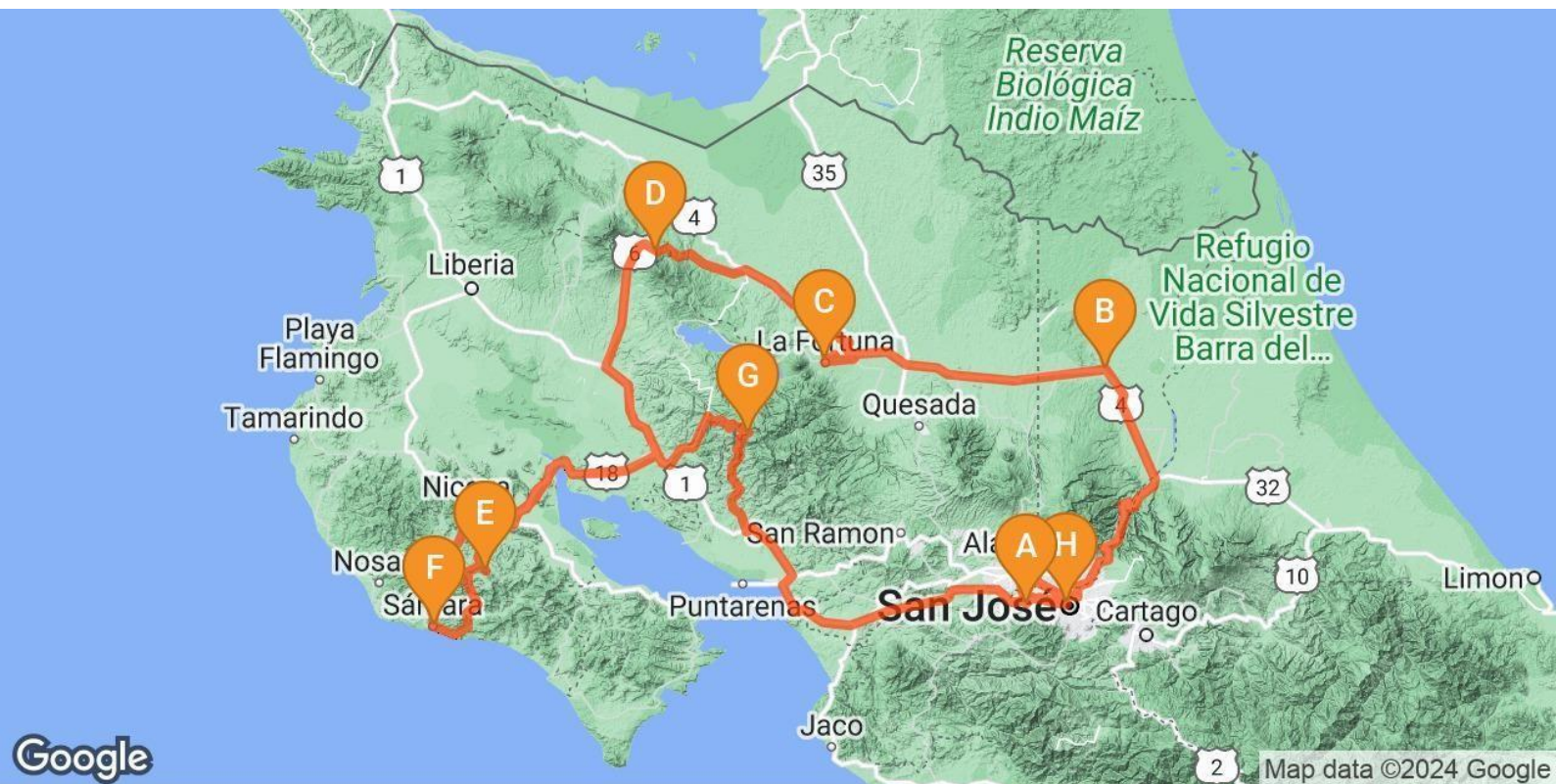




15 Tage / 14 Nächte

Costa Rica Cycling - Gruppenreise

Gruppengröße 6 - 14 Pax

San Jose | Puerto Viejo de Sarapiquí | La Fortuna | Bijagua | Nicoya Peninsula | Samara | Santa Elena

Ausstellungsdatum: 04. Juni 2025

Referenz: CRCY26

[Webversion anschauen >](#)

Reise-Zusammenfassung

Costa Ricas einzigartige Natur entfaltet sich zu einem atemberaubenden Panorama vielfältiger Landschaften: Von rauchenden Vulkanen zu dicht bewaldeten Bergen, von einsamen Stränden zu reißenden Gebirgsflüssen. Dunkle Tieflandsdschungel gehen über in weite Savannen; die Surfwellen des Pazifiks schlagen gegen felsige Landzungen in Kontrast zur Stille palmenumsäumter Karibikstrände. In tropischen Breiten gelegen, begrenzt durch zwei Ozeane, ist Costa Rica Nahtstelle der immensen biologischen Einflüsse Nord- und Südamerikas.

Erleben Sie die atemberaubende Natur dieses Landes auf zwei Rädern! Auf ausgesuchten Routen geht es mit erfahrenem Guide durch einige der schönsten Landschaften, an den Vulkanen, Regenwäldern, Seen und Traumstränden entlang, in Naturschutzgebiete und ökotouristische Projekte, die Halbinsel von Nicoya, die ideal zum Biken ist. Unser Guide zeigt Ihnen viele Attraktionen des Landes und vermittelt Ihnen einen Einblick in Biologie und Ökologie, soziale und wirtschaftliche Hintergründe sowie in Kultur und Lebensweise der Ticos, wie sich die CostaricanerInnen selbst nennen.

Tag	Unterkünfte	Zimmerkategorie
Tag 1 - 3	Studio Hotel (2 Nächte) in San Jose	1x Studio Standard
Tag 3 - 4	Hotel El Bambu (1 Nacht) in Puerto Viejo de Sarapiquí	1x Standard
Tag 4 - 6	Hotel Arenal Montechiari (2 Nächte) in La Fortuna	1x Standard
Tag 6 - 8	Celeste Mountain Lodge (2 Nächte) in Bijagua	1x Standard
Tag 8 - 9	Hotel El Regalo (1 Nacht) in Nicoya	1x Standard
Tag 9 - 12	Hotel Belvedere Samara (3 Nächte) in Samara	1x Standard
Tag 12 - 14	Montana Monteverde Hotel (2 Nächte) in Santa Elena	1x Standard
Tag 14 - 15	Parque del Lago Boutique Hotel (1 Nacht) in San Jose	1x Standard
Tag 15	Ende der Reise	Heimkehr

| Preis

Termine, Preise & Buchung unter: <https://www.aventoura.de/reisen/costa-rica-cycling>

Hinweis: bei einigen Terminen ist keine Flugverbindung inkludiert. Gerne machen wir Ihnen hier ein passendes Flugangebot.

| Inklusive

Internationaler Flug (abhängig Termin)

- Linienflug i.d.R. mit IBERIA via Madrid ab/bis Frankfurt, Düsseldorf oder München (weitere Abflughäfen, sowie andere Airlines auf Anfrage und gegen Aufpreis- bei kurzfristigen Anfragen kann es ebenfalls zu Aufpreisen kommen)

Unterkünfte & Mahlzeiten

- Halbpension an den Tagen 2 & 3, 5-8,10,12 & 13
- 14 Übernachtungen in den genannten Hotels oder in gleichwertigen Unterkünften inklusive Frühstück, eine definitive Hotelliste erhalten Sie mit den Reiseunterlagen
- Wasser, Früchte, Getränke & Snacks während der Radtouren

Exkursionen & Eintritte

- Bike Tour El Rodeo
- Eintritt Nationalpark Póas
- Bike Tour Vara Blanca
- Bike Tour Sarapiquí
- Bike Tour Arenal
- Eintritt Thermalbäder Paradise Hot Springs o.ä.
- Bike Tour Nuevo Arenal
- Eintritt Nationalpark Vulkan Tenorio
- Bike Tour Ruta de la leche
- Bike Tour Vamos a la Playa
- Beach Bike Tour + Beach Picknick
- Bike Tour Porozal
- Bike Tour Monteverde
- Bike Tour Rio Lagarto

Sonstiges

- Qualifizierter, langjähriger Bikeguide Tag 2-14 (englischsprachig)
- Hochwertiges Radtrikot, USB & Trinkflasche

Transfers

- Flughafentransfer am Ankunftstag inkl. Meet & Greet
- Transport im modernen Fahrzeug Tag 2-14
- Flughafentransfer am Abflugtag

| Exklusive

- Klickschuhe + passende Pedale, diese können gerne von Ihnen mitgebracht werden, unsere Bike-Mechaniker werden diese gerne für Sie installieren
- persönliche Ausgaben & Trinkgelder
- als optional gekennzeichnete Ausflüge & Eintritte
- nicht genannte Mahlzeiten & Getränke
- Krankenversicherung

Tägliche Informationen



Tag 1

San Jose

San José, von seinen Bewohnern liebevoll "Chepe" genannt, liegt im Herzen Costa Ricas und beherbergt fast zwei Drittel der Bevölkerung des Landes. Mit nur wenigen Gebäuden, die älter als 100 Jahre sind, ist die gebirgige Hauptstadt im Vergleich zu ihren lateinamerikanischen Pendants relativ modern, bietet aber dennoch eine Menge Kultur, Kunst und Geschichte, die es zu entdecken gilt. Mit einer Reihe von Theatern voller costaricanischer Kultur, Museen, die unter anderem die größte Sammlung amerikanischer Jade der Welt beherbergen, und Straßen voller bunter Wandmalereien und bemalter Busse ist San José eine vielseitige Stadt, die darauf wartet, erlebt zu werden.

| Tagesnotizen Tag 1

Willkommen in Costa Rica! Am Flughafen angekommen werden Sie von unserem Fahrer direkt am Ausgang des Flughafens erwartet. Nach einem kurzen Briefing geht es auch schon zum Hotel nach Alajuela. Nutzen Sie den ersten Abend um sich vom Flug zu erholen, denn morgen startet ihr Cycling-Abenteuer durch das wunderschöne Costa Rica!

| Inklusive

- Transfer Flughafen San José - Hotel San José



Übernachtung Studio Hotel

[Ibroschure Anschauen >](#)

| Tagesnotizen Tag 2

Nachdem wir uns mit einem landestypischen Frühstück gestärkt haben gehen wir das Programm durch und machen uns dann auf den Weg nach Ciudad Colon, wo wir wenn nötig Erledigungen wie Geldtausch oder Einkäufe machen können. Danach führt es uns durch Kaffeeplantagen zum Dorf El Rodeo, wo wir unsere erste Radtour starten um einen ersten Eindruck vom Radfahren in Costa Rica zu erhalten. Den Nachmittag ruhen wir uns im Hotel aus, bevor wir uns am Abend wieder treffen, um den Abend bei einem gemeinsamen Abendessen in einem landestypischen Restaurant ausklingen lassen.

| Experten-Tipps

Bike Tour

- 22km, Dauer ca. Stunden
- ca. 400 Höhenmeter hoch, 500 runter
- Strecke: Asphalt
- Schwierigkeitsgrad 2 von 3
- **Hinweis:** Die Strecke unterliegt operativen Änderungen, entsprechend dem Hotel als Ausgangspunkt.

| Inklusive

- Abendessen

| Aktivitäten



Ciudad Colón

Information: Ciudad Colon liegt in der Provinz San José in Costa Rica, etwa 45 Minuten von der Provinzhauptstadt entfernt, und ist eine kosmopolitische Metropole, die für ihre künstlerische Atmosphäre und die malerischen Landschaften ihrer Umgebung bekannt ist. Menschen aus aller Welt strömen hierher, um an der

Universität der Vereinten Nationen für Frieden zu studieren,
während Schriftsteller, Musiker, Maler und Designer die

zahlreichen Galerien, Ateliers und Aufführungsorte der Stadt schätzen. Zu den beliebtesten gehören die außergewöhnlichen Virilla Caverns, eine Reihe von Höhlen, die jeweils einem bestimmten Thema gewidmet sind und in denen Live-Shows stattfinden. In der Nähe befinden sich herrliche Berge mit großartigen Wander-, Rad- und Reitwegen, und der Wasserfall von La Paz beherbergt eine beeindruckende Vielfalt an Pflanzen und Tieren. Die herrlichen Strände des Pazifiks sind nur 1,5 Autostunden entfernt.



Tag 3 - 4

Puerto Viejo de Sarapiquí

Diese malerische Marktstadt, einst der wichtigste Flusshafen Costa Ricas, liegt am Zusammenfluss des Rio Sarapiquí und des Rio Puerto Viejo im Nordosten des Landes. Besucher werden von der natürlichen Schönheit der Gegend angezogen - beeindruckende tropische Regenwälder laden zum Erkunden ein. Genießen Sie herrliche Wanderungen, exzellente Vogelbeobachtungen und Flussboottouren, bei denen Sie Tukane, Affen, Faultiere und Krokodile in ihrem natürlichen Lebensraum beobachten können. Alternativ können Sie die üppige Landschaft und die Tierwelt auf dem Rücken eines Pferdes genießen, während Abenteuerlustige bei Kajakfahrten, Wildwasser-Rafting und Seilrutschen in den Baumkronen Adrenalin tanken können. Bei einem Besuch des faszinierenden Museums für indigene Kulturen, in dem Musikinstrumente, Masken und schamanische Heilgeräte ausgestellt sind, erhalten Sie einen Einblick in die alten Traditionen der Region.

| Tagesnotizen Tag 3

Nach dem Frühstück fahren wir mit unserem Bus in das Zentrum des Kaffeeanbaus auf den fruchtbaren Hängen

des Vulkan Poas. Hier werden wir den Poas einen Besuch abstatten, der jedoch zeitlich begrenzt ist, aufgrund seiner Aktivität. Dennoch bleibt natürlich genug Zeit, damit wir genügend Erinnerungsschnappschüsse schießen können. An den Hängen des Vulkans starten wir dann auch unsere Fahrradtour bergab. Nachdem wir die

Gemeinde Vara Blanca passiert haben, erreichen wir den majestätischen Wasserfall La Paz. Zeit für ein erstes Gruppenfoto. Mit etwas Glück können wir entlang des Weges ein paar Tiere beobachten. Wir beenden unsere heutige Tour in der Gemeinde San Miguel und steigen in unseren Bus um, welcher uns ins Hotel nach Sarapiquí bringt.

Bitte beachten: Wenn der Poas Nationalpark aufgrund erhöhter Aktivität geschlossen werden muss, wird der Nationalpark nicht besucht.

| Experten-Tipps

Bike Tour

- 40 km, Dauer ca. 2 Stunden
- ca. 400 Höhenmeter hoch, 2350 runter
- Asphalt
- steil bergab, kleine Aufstiege
- Schwierigkeitsgrad 2 von 3

| Inklusive

- Eintritt in den Poas Nationalpark
- Abendessen

| Aktivitäten



Poas Volcano

Geplant, Morgen: Mit einer Höhe von 2708 Metern über dem Meeresspiegel ist der Vulkan Poas eine der spektakulärsten Attraktionen des Central Valley und liegt im Poas Volcano National Park. Er bietet einen atemberaubenden Blick auf seinen gewaltigen Krater - 1050 Fuß tief und fast eine Meile breit - einer der größten Krater der Welt. Hier können Besucher die besonderen Anblicke und Gerüche eines aktiven Vulkans erleben,

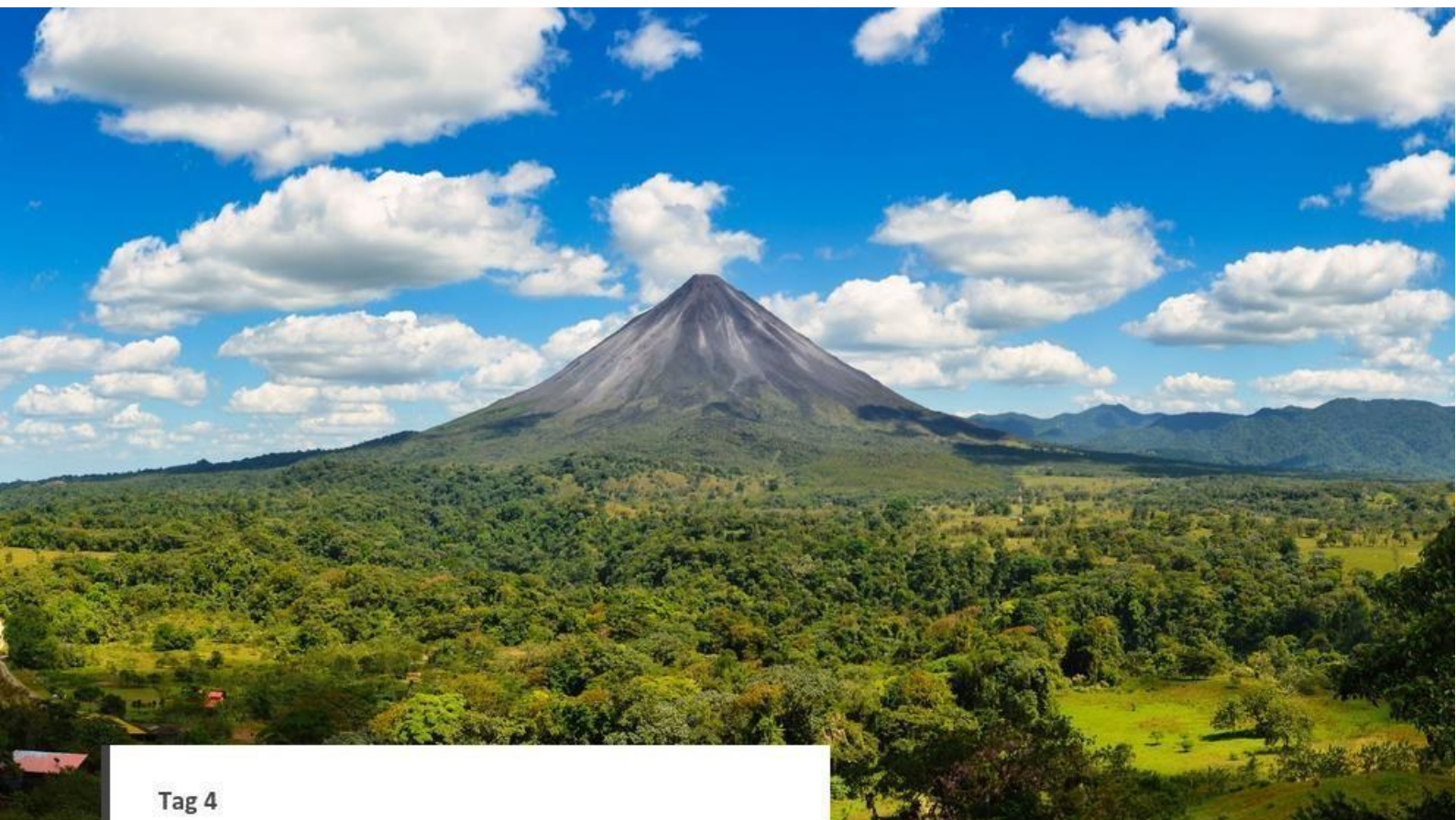
von seinem schwefelhaltigen See bis zu den Fumarolen, aus denen ständig Dampf aufsteigt. Naturliebhaber werden den Reichtum der Tierwelt entlang des Botos-Lagunenpfads zum Botos-See bewundern: Kolibris, Tangaren, Fliegenfänger, Tukane, Costa Ricas Nationalvogel, die Lehmdrossel und sogar der majestätische Quetzal sind hier zu finden. Der 1 km lange Escalonia-Nebelwaldpfad ist ein hervorragender Weg, um alle im Park lebenden Vögel und zwei der endemischen Arten zu sehen - Poás-Eichhörnchen und Escalonia-Bäume.



Übernachtung

Hotel El Bambu

Das Hotel El Bambu befindet sich im Herzen von Puerto Viejo de Sarapiquí in Costa Rica. Das Hotel verfügt über insgesamt 40 Zimmer, darunter 15 Standardzimmer und 25 Superior-Zimmer. Jedes Zimmer ist mit Kabelfernsehen, Klimaanlage, Deckenventilator, Safe, Telefon und Internetzugang ausgestattet. Das hoteleigene Restaurant serviert traditionelle und internationale Küche. Die Bar bietet außerdem eine große Auswahl an Cocktails und exquisiten costaricanischen Bieren.



Tag 4

La Fortuna

Die kleine costa-ricanische Stadt La Fortuna liegt nur 2 Autostunden nordwestlich von San Jose und befindet sich am Fuße des majestätischen Vulkans Arenal. La Fortuna ist ein hervorragender Ausgangspunkt für die Erkundung der wunderschönen Umgebung, vor allem des malerischen Arenal-Vulkan-Nationalparks. Fotografen werden sich an den spektakulären Aussichten erfreuen, die sich von mehreren Aussichtspunkten entlang der herrlichen Wanderwege bieten, die sich durch üppige Regenwälder und vorbei an idyllischen natürlichen heißen Quellen schlängeln. Der glitzernde Arenalsee, der größte See des Landes, bietet fantastische Möglichkeiten für Wassersport. Verpassen Sie nicht den wunderschönen Wasserfall La Fortuna und den natürlichen Pool.

| Tagesnotizen Tag 4

Heute starten wir mit einer Bike Tour in der dschungelartigen Region von Sarapiquí. Die Gegend ist geprägt von Ananasplantagen, Palmenplantagen, Weiden und teilweise von Wald, wo man mit etwas Glück Tiere wie Affen, Leguane, Insekten, Schmetterlinge und viele Arten von Vögeln entdecken kann. Wir genießen die Tour und die bezaubernde Landschaft bis wir zur Laguna Rio Cuarto gelangen, wo wir wohlverdient ein erfrischendes Bad nehmen können. Die exakte Route hängt von den Wetter- und Gruppenkondition ab, unser Guide wird uns heute Morgen unsere heutige Route erklären.

Danach machen wir uns auf den Weg nach La Fortuna, wo wir bei gutem Wetter bereits von weitem einen Blick auf den Bilderbuchvulkan Arenal erhaschen können. Den Abend können wir gemütlich im Hotel ausklingen lassen.

| Experten-Tipps

Bike Tour

- *ca. 35 km, Dauer ca. 2 Stunden*
- *ca. 540 Höhenmeter*
- *Schotter & Asphalt*
- *Schwierigkeitsgrad 3 von 3*
- **Hinweis:** *die Tour ist abhängig von der Gruppe und den Wetterbedingungen!*

| Aktivitäten

Rio Cuarto Lake

Übernachtung

Hotel Arenal Montechiari

Das Hotel Arenal Montechiari befindet sich in Alajuela, Costa Rica, mit Blick auf den Vulkan Arenal und in unmittelbarer Nähe des Central Park. Die Gästezimmer sind mit Klimaanlage, Warmwasser, Kabelfernsehen, einem Minikühlschrank und einer Kaffeemaschine ausgestattet. Das Hotel verfügt über ein hauseigenes Restaurant, einen Außenpool, einen Tourenschalter, Parkmöglichkeiten und kostenloses WLAN in den öffentlichen Bereichen. Für die täglichen Aktivitäten können die Gäste Stand-up-Paddle-Boarding betreiben oder einen Liquid Lava Volcano Walk, Rainforest Mysteries Tour und Safari Float auf dem Penas Blancas River buchen.

| Tagesnotizen Tag 5

Mit dem majestätischen Arenal vor Augen fahren wir mit unseren Rädern auf einer Straße entlang des Arenalsees. Am größten See Costa Ricas werden wir den Blick auf den Vulkan genießen können, der sich im See spiegelt, und mehrere Flüsse passieren. Den Nachmittag bzw. Abend werden wir ganz entspannt in den Thermalquellen von La Fortuna und anschließend mit einem leckeren Abendessen ausklingen lassen.

| Experten-Tipps

Bike Tour

- *ca. 25 km, ca. 1,5 Stunden*
- *ca. 370 Höhenmeter*
- *teilweise Schotterpiste*
- *Schwierigkeitsgrad 1 von 3*

| Inklusive

- Eintritt Thermalbäder Paradise Hot Springs o.ä.
- Abendessen

| Aktivitäten



Hot Springs in La Fortuna

Geplant, Abend: Die heißen Quellen in San Carlos. Zu den Einrichtungen gehören ein rustikales Restaurant und eine Terrassenbar. Die Besucher können die 37 bis 41 Grad warmen Thermalbecken genießen, die vom Vulkan Arenal gespeist werden, oder in den kühlen Wasserbecken und dem Wasserfall entspannen.



Tag 6

Bijagua

Bijagua de Upala, auch einfach Bijagua genannt, liegt zwischen den Hängen des Vulkans Miravalles und des Vulkans Tenorio in einem grünen Tal südlich von Upala und ist eine kleine Bauerngemeinde an der Grenze zwischen Guanacaste und Alajuela. Dieses abgelegene Dorf ist ein rustikaler Rückzugsort, der perfekt als Tor zum berühmten Tenorio-Vulkan-Nationalpark gelegen ist. Outdoor-Liebhaber können eine malerische Wanderung entlang der Pfade unternehmen und den hypnotisierenden Wasserfall Rio Celeste beobachten, der sich in das türkisfarbene Wasser der Blauen Lagune stürzt. Nach einer stundenlangen Erkundungstour durch die grüne Landschaft des Waldes können müde Reisende ein entspannendes Bad in den heißen Thermalquellen des Parks nehmen. Versäumen Sie nicht, die Heliconias Rainforest Lodge zu besuchen, wo Besucher über ein Netz von Pfaden und Hängebrücken inmitten des üppigen Regenwaldes wandern können.

| Tagesnotizen Tag 6

Nach dem Frühstück fahren wir mit dem Bus in das Dorf Nuevo Arenal, etwa eine Stunde Fahrt entlang des Arenalsees. Dort steigen wir auf die Fahrräder um und fahren über Schotter- und Asphaltstraßen mit einem atemberaubenden Blick auf die nördlichen Ebenen, Sarapiquí, die Karibikküste usw. Neben uns liegt der Vulkan Tenorio und zwischen den Dörfern erreichen wir die Stadt San Rafael de Guatuso. Von hier aus setzen wir unseren Weg durch kleine Dörfer und Yucca- und Süßkartoffelplantagen fort, bis wir einen Fluss erreichen, an dem wir einen kleinen Snack zu uns nehmen und eine Pause einlegen können. Von dort fahren wir mit dem Bus zu unserem nächsten Hotel am Fuße des Vulkans Tenorio.

| Experten-Tipps

Bike Tour

- *ca. 40 km, ca. 2 Stunden*

- ca. 410 Höhenmeter hoch, 1050 runter
- Schwierigkeitsgrad 2 von 3

| Inklusive

- Abendessen



Übernachtung

Celeste Mountain Lodge

Die Celeste Mountain Lodge befindet sich in idealer Lage direkt außerhalb des Nationalparks Volcan Tenorio und bietet einen spektakulären Blick auf den Vulkan Miravalles. Die Unterkünfte sind komfortabel, geräumig und durchdacht eingerichtet. Jedes Zimmer ist mit WLAN, Möbeln im Öko-Design, einem Haartrockner und einem eigenen Bad ausgestattet.

Die Gäste können im hauseigenen Restaurant speisen, das auf Tico-Fusion-Küche spezialisiert ist, oder an der Bar mit Panoramablick und ausgezeichneten Getränken entspannen. Zu den weiteren Annehmlichkeiten gehören ein 2 km langer privater Wanderweg, eine konzeptionelle Verkostungsküche, Lunchpakete und ein Tourenschalter. Der Wasserfall Rio Celeste, das Bijagua-Zentrum und der Parque Nacional Volcan Tenorio befinden sich in unmittelbarer Nähe des Hotels.

| Tagesnotizen Tag 7

Heute werden wir einmal die Fahrräder stehen lassen und zu Fuß unterwegs sein. Wir besuchen den Tenorio-Nationalpark, berühmt für seinen gleichnamigen Vulkan und den Celeste-Fluss, seinen türkisblauen Wasserfall, und die Teñideros, wo sich das Wasser vermischt und seine schöne türkise Farbe annimmt. Mit etwas Glück können wir einige Tiere wie Faultiere, Weißrüsselnasenhörnchen, Tukane, Affen, Vögel usw. beobachten. Ein etwa 3-stündiger Spaziergang durch den Wald, bei dem wir diese Wunder der Natur beobachten können. Der Nachmittag steht uns zur freien Verfügung.

| Inklusive

- Eintritt Nationalpark Vulkan Tenorio
- Abendessen

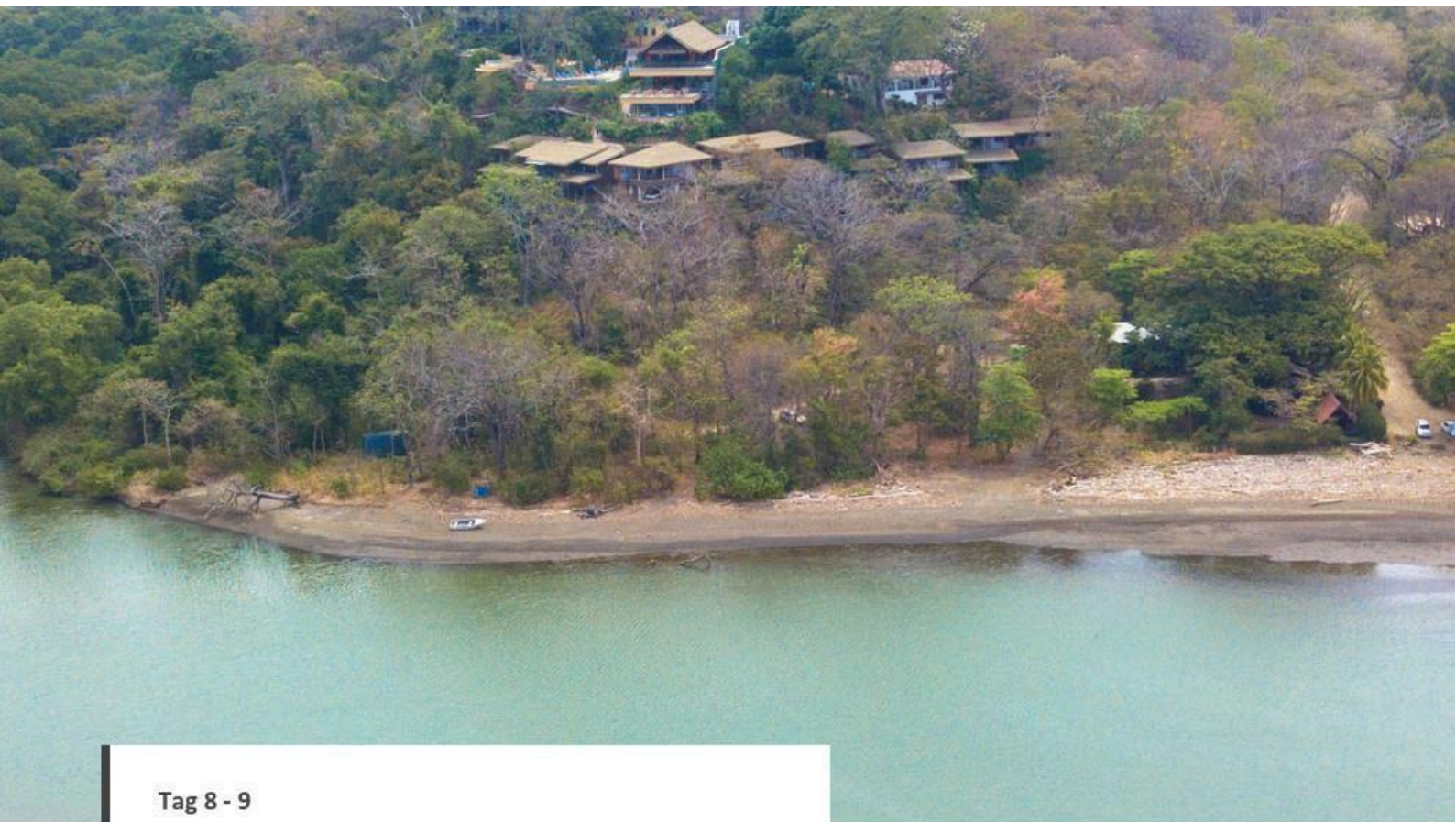
| Aktivitäten



Tenorio Volcano National Park

Geplant, Morgen: Der Tenorio-Vulkan-Nationalpark im Norden Costa Ricas beherbergt einen prächtigen Vulkan, dem er seinen Namen verdankt. Der Park ist mit natürlichen tropischen Wäldern bedeckt und mit Flüssen und Wasserfällen geschmückt. Einer der vielen Höhepunkte hier ist eine Wanderung zum herrlichen Celeste-Wasserfall, der für sein atemberaubendes blaues Wasser bekannt ist. Besucher können auch über die vielen

Hängebrücken im Regenwald wandern, die Blaue Lagune besuchen und durch den Nebelwald auf dem Kraterpfad zum Gipfel des Vulkans klettern, um den dampfenden Lago Dante zu sehen. Die Wanderer werden wahrscheinlich eine Vielzahl von Wildtieren sehen, vielleicht sogar den scheuen Tapir und den Puma. Der Park bietet auch die Möglichkeit, in wunderbaren natürlichen heißen Quellen zu baden.



Tag 8 - 9

Nicoya Peninsula

Die Halbinsel Nicoya ist eines der spektakulärsten Reiseziele Costa Ricas, das durch den Golf von Nicoya und die Mündung des Tempisque vom Festland getrennt ist. Die idyllischen Sandstrände, die aquamarinblauen Buchten, die charmanten Dörfer und die hervorragenden Möglichkeiten für den Ökotourismus machen Nicoya zu einem

unvergesslichen Reiseerlebnis. Zu den beliebten Aktivitäten gehören Sportfischen, Angeln, Schnorcheln, Tauchen, Surfen oder einfach nur Sonnenbaden an den herrlichen Stränden der Halbinsel sowie die Beobachtung von Vögeln und Wildtieren in den verschiedenen Naturreservaten.

| Tagesnotizen Tag 8

An diesem Tag fahren wir nach einem frühen Frühstück mit dem Bus von den Bergen ins Flachland von Guanacaste. Wir fahren durch Ebenen mit völlig unterschiedlichen Landschaften und passieren die Amistad-Brücke, die größte Brücke des Landes über den Tempisque-Fluss. Sobald wir das Dorf Quebrada Honda erreicht haben, steigen wir auf die Bikes um. Wir werden durch kleine Dörfer fahren, die Sabaneros in Aktion sehen, Melonenplantagen und große Rinderfarmen. An diesem Tag werden wir den flacheren Teil der Tour genießen, eine Fahrt von etwa 40 km, bis wir die Stadt Nicoya erreichen. Hier kehren wir in ein lokales Restaurant ein und lassen den Abend in unserer Unterkunft, dem El Regalo, ausklingen.

| Experten-Tipps

Bike Tour

- *ca. 37 km, ca. 1,5 Stunden*
- *ca. 300 Höhenmeter*
- *Asphalt & teils Schotter*
- *Schwierigkeitsgrad 1 von 3*

| Inklusive

- Abendessen



Tag 9

Samara

Das kleine Dorf Samara liegt an der malerischen Pazifikküste Costa Ricas in der Provinz Guanacaste und ist bekannt für seinen palmengesäumten goldenen Sandstrand und das kristallklare türkisfarbene Wasser. Erkunden Sie die faszinierenden Straßen des Ortes, die von gehobenen Boutiquen, Reiseveranstaltern und einer Vielzahl von Restaurants, Cafés und Bars gesäumt sind. Die Umgebung bietet eine herrliche Landschaft mit üppigem Tropenwald, in dem eine Vielzahl von Tieren lebt, darunter Leguane, Affen und viele verschiedene Vogelarten. Besucher können ein eiskaltes Bier in einer der Strandbars genießen, einen Spaziergang bei Sonnenuntergang an der spektakulären Playa Samara machen und an einer Vielzahl von Wassersportarten wie Kajakfahren, Surfen und Stand-up-Paddleboarding teilnehmen. Beliebte Attraktionen sind das Biologische Reservat Werner-Sauter, der Belen-Wasserfall und das vorgelagerte Korallenriff.

| Tagesnotizen Tag 9

Man könnte sagen, dass der heutige Tag einer der anspruchsvollsten Tage auf dem Fahrrad ist. Die Hitze der Gegend, die Feuchtigkeit und die Pisten werden Sie dazu bringen, Ihr fahrerisches Können unter Beweis zu stellen. Wir verlassen Monte Alto auf Schotter- und Asphaltstraßen, auf steilen Hängen, mit Blick auf die berühmte Tortura-Piste, dann zwischen Teakholzfarmen erreichen wir den schönen Strand von Carrillo, wo wir eine Pause einlegen können, bevor wir die letzten 6 km zum Hotel im Dorf Samara zurücklegen.

Der Abend steht uns zur freien Verfügung. Unser Reiseleiter hat auch hier natürlich die besten Restaurantempfehlungen für uns parat.

| Experten-Tipps

Bike Tour

- ca. 44 km, ca. 860 Höhenmeter rauf, 1430 runter
- Asphalt & Schotter
- Schwierigkeitsgrad 3+ von 3



Übernachtung

Hotel Belvedere Samara

Das Hotel Belvedere Samara befindet sich in idealer Lage an der Bucht von Samara. Strände, Restaurants, Bars und Geschäfte sind von hier aus leicht zu erreichen.

| Tagesnotizen Tag 10

Wir fahren heute von Samara nach Playa de Barco Quebrado, die ganze Zeit auf unbefestigten Straßen, durch Dörfer und an Flüssen vorbei. Wir werden zur gleichen Zeit Playa Buena Vista und Playa Barrigona besuchen. Wenn wir in Cangrejal ankommen, werden wir uns mit einem wohlverdienten Picknick belohnen und den Strand genießen. Danach steht uns frei, diesselbe Strecke mit dem Rad zurück nach Samara zu fahren oder die Strecke mit dem Bus zurückzulegen.

| Experten-Tipps

Bike Tour

- ca 26 km, ca. 1,5 Stunden
- ca. 300 Höhenmeter
- Schwierigkeitsgrad 1 von 3

| Inklusive

- Picknick am Strand

| Tagesnotizen Tag 11

Genießen Sie den heutigen freien Tag ganz nach dem Motto Pura Vida! Es bietet sich an, in der Bucht von Sámara zu baden, einen Strandspaziergang zu unternehmen oder einen Cocktail zu genießen. Optional kann eine geführte Bootstour auf dem Pazifik zur Beobachtung von Delfinen (mit etwas Glück kann man auch Schildkröten und Wale sehen, abhängig von der Jahreszeit), eine Kayakfahrt zur Insel Chora zum Schnorcheln unternommen werden oder nachts können Schildkröten im Tierschutzgebiet Camaronal, einem wunderschönen Naturstrand, beobachtet werden. Einmal im Monat finden sich auch zahlreiche Schildkröten in Ostional, dem zweitwichtigsten Schildkrötenstrand weltweit. (Gestaltungsmöglichkeiten optional & abhängig von den Wetterbedingungen). Unser Reiseleiter ist uns bzgl. Ausflugstipps selbstverständlich sehr gerne behilflich.

| Aktivitäten



Mangrove Kayak

Optional: Wildlife & Mangrove Kayak bietet Touristen die Möglichkeit, die Gewässer und Mangroven in der Gegend von Samara Beach zu erkunden. Bei dieser geführten Kajaktour paddelt man entlang des Ora-Flusses durch Mangroventunnel in Richtung Camaronal Beach. Unterwegs können die Besucher nach einheimischen Vögeln Ausschau halten. Am Strand werden Erfrischungen, darunter Säfte und Bier, serviert, während die

Besucher mehr über das Ökosystem der Region erfahren. Die Startzeiten variieren und hängen von der Flut ab.



Samara Trails Hike

Optional: Samara Trails findet in Playa Samara statt, wo die Wege des Biologischen Reservats Werner Sauter zu einer fantastischen Wandertour führen. Der tropische Trockenwald ist eines der empfindlichsten und seltensten Biome Mittelamerikas. Daher haben sich die Tierwelt und die Ökosysteme so angepasst und entwickelt, dass sie mit weniger Nährstoffen auskommen als andere tropische Wälder und gleichzeitig sechs Monate lang

intensiven tropischen Regen aushalten.



Tag 12

Santa Elena

Santa Elena liegt in den nördlichen Ausläufern der Provinz Puntarenas in der atemberaubenden Tilaran-Kordillere und ist eine kleine Stadt in unmittelbarer Nähe des beeindruckenden biologischen Reservats Monteverde Cloud Forest. Die Stadt teilt ihren Namen mit dem etwa 5 km entfernten Nebelwaldreservat Santa Elena, was ihren natürlichen Charme noch verstärkt. Trotz seiner Größe verfügt Santa Elena über ein bequemes Stadtzentrum, das eine Vielzahl von luxuriösen und preisgünstigen Hotels, Lodges und Unterkünften bietet, um den Bedürfnissen aller Reisenden gerecht zu werden. Von der Stadt aus kann man Reittouren durch die herrlichen Reservate Monteverde und Santa Elena unternehmen, aber auch spannende Wanderungen und aufregende Canopy-Touren, bei denen man die Schönheit der Umgebung bewundern kann.

| Tagesnotizen Tag 12

An diesem Tag werden wir nach dem Frühstück mit dem Bus in Richtung Puente de la Amistad fahren. Dort nehmen wir die Fahrräder und fahren auf einer Strecke nach Porozal, die zwischen Teakholz- und Rinderfarmen verläuft und durch kleine Dörfer führt. Wir nehmen wieder den Bus, um nach Monteverde zu fahren, das die Wiege des Ökotourismus des Landes darstellt und eine enorme Artenvielfalt aufweist. Nebelschwaden umspielen den dichten Urwald und erzeugen eine mystische Atmosphäre inmitten dieses komplexen Ökosystems voller Farben und Gerüche! Diesen Tag lassen wir gemeinsam mit einem landestypischen Abendessen ausklingen.

| Experten-Tipps

Bike Tour

- *ca. 45 km, ca. 2,5 Stunden*
- *ca. 260 Höhenmeter*
- *Asphalt*
- *Schwierigkeitsgrad 2 von 3*

| Inklusive

- Abendessen



Übernachtung

Montana Monteverde Hotel

[Ibrochure Anschauen >](#)

| Tagesnotizen Tag 13

An diesem Tag werden wir nach dem Frühstück und wenn das Wetter es zulässt, da es in Monteverde aufgrund des Nebelwaldes manchmal sehr viel regnen kann, mit dem Bus in Richtung der Wolken (die Höhen) von Monteverde fahren. Dort angekommen, nehmen wir unsere Fahrräder und fahren in Richtung des Ortes, der als die 2 von Tilarán bekannt ist, über eine unbefestigte Straße mit Auf- und Abschwüngen und einer beeindruckenden Landschaft auf beiden Seiten, wo wir den majestätischen Nebelwald in seiner ganzen Pracht genießen werden. Der Nachmittag steht zur freien Verfügung, um einige Optionen in der Umgebung zu genießen. Ihr Reiseführer gibt Ihnen natürlich auch hier gerne die besten

Empfehlungen. Unser Reiseleiter gibt uns natürlich auch hier gerne die besten Empfehlungen.

Heute Abend treffen wir uns noch einmal für ein letztes gemeinsames Abendessen in einem lokalen Restaurant.

| Inklusive

Bike Tour

- *ca. 25 km, ca. 3,5 Stunden*
- *größtenteils bergauf*
- *Asphalt*
- *Schwierigkeitsgrad 2,5 von 3*
- *Abendessen*



Tag 14 - 15

San Jose

| Tagesnotizen Tag 14

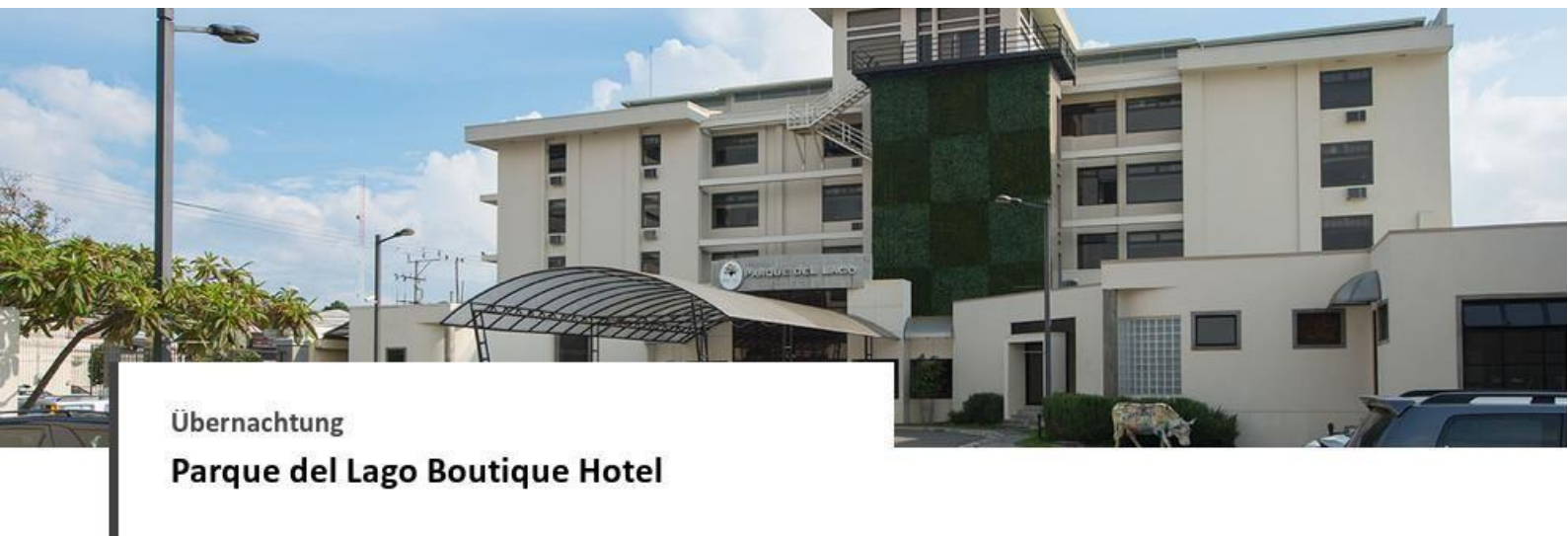
Heute schwingen wir uns ein letztes Mal auf die Räder (wetterabhängig) und genießen dabei unglaubliche Ausblicke auf die Küste, die Berglandschaft & Kaffeeplantagen. Unsere Tour führt uns bis zum Rio Lagarto, wo wir

bei gutem Wetter die Möglichkeit haben uns im Fluss zu erfrischen. Anschließend geht es per Bus zu unserem Hotel nach San José, wo wir uns von unserem Reiseleiter und Fahrer verabschieden.

| Experten-Tipps

Bike Tour

- ca. 32 km, ca. 1,5 Stunden
- ca. 300 Höhenmeter rauf, 1560 runter
- Schotter & Asphalt
- Schwierigkeitsgrad 1 von 3



Übernachtung

Parque del Lago Boutique Hotel

Das Parque del Lago Boutique Hotel ist nur 20 Minuten vom internationalen Flughafen in San José entfernt. Es bietet die perfekte Lage zur Ankunft oder zur Abreise, denn von hier aus hat man die Möglichkeit alle wichtige Infrastruktur zu erreichen und eventuell sogar noch die ein oder andere Sehenswürdigkeiten wie z.B. das Jade-Museum zu besuchen.

| Tagesnotizen Tag 15

Passend zur Abflugzeit werden Sie zum Flughafen gebracht. Mit ganz vielen spannenden Eindrücken & Erlebnissen treten Sie nun Ihren Rückflug nach Deutschland an. Wir wünschen Ihnen eine gute Heimreise!

Rückankunft in Deutschland am darauffolgenden Tag.

Noch nicht genug von Costa Rica? Gerne kann ein individuelles Verlängerungsprogramm an die Gruppenreise angehängt werden. Sei es ein paar Strandtage, eine individuelle Mietwagenrundreise oder ein Abstecher in den Nationalpark Tortuguero an der Karibikküste. Sprechen Sie uns gerne an!

| Inklusive

- Transfer Hotel San José - Flughafen San José

Transportmittel

Transfers

Datum & Uhrzeit	Route	Fahrzeug
Tag 1 Tag 1	Abfahrt: Juan Santamaria International Airport [SJO] Ankunft: Studio Hotel	Gruppen-Transport
Tag 3 Tag 3	Abfahrt: Studio Hotel Ankunft: Hotel El Bambu	Gruppen-Transport
Tag 4 Tag 4	Abfahrt: Hotel El Bambu Ankunft: Hotel Arenal Montechiari	Gruppen-Transport
Tag 6 Tag 6	Abfahrt: Hotel Arenal Montechiari Ankunft: Celeste Mountain Lodge	Gruppen-Transport
Tag 8 Tag 8	Abfahrt: Celeste Mountain Lodge Ankunft: Reserva Natural Monte Alto	Gruppen-Transport
Tag 9 Tag 9	Abfahrt: Reserva Natural Monte Alto Ankunft: Hotel Belvedere Samara	Gruppen-Transport
Tag 12 Tag 12	Abfahrt: Hotel Belvedere Samara Ankunft: Montana Monteverde Hotel	Gruppen-Transport
Tag 14 Tag 14	Abfahrt: Montana Monteverde Hotel Ankunft: Parque del Lago Boutique Hotel	Gruppen-Transport
Tag 15 Tag 15	Abfahrt: Parque del Lago Boutique Hotel Ankunft: Juan Santamaria International Airport [SJO]	Gruppen-Transport

Dringende Kontakte

Kontaktperson	Email Adresse	Telefon
avenTOURa Centroamérica	Juanmanuel.cordero@aventoura-ca.com y.kifel@aventoura-ca.com	+50686369333

Reiseinformationen

Ein offenes Wort zu Aktivitäten & Fitnesslevel

Wir freuen uns sehr, dass Sie sich für unsere Costa Rica Cycling Reise interessieren. Diese Reise wurde mit viel avenTOURa Herzblut und unserem Fachwissen als Aktivreiseveranstalter sowie als langjähriger Costa Rica Spezialist für Sie zusammengestellt. Uns ist sehr wichtig, dass Sie sich auf Ihrer Reise wohlfühlen und Sie an allen aktiven Unternehmungen mit Freude teilnehmen können!

Costa Rica ist ein ideales Reiseziel für Aktivurlaub. Auch bekannt als „Schweiz Mittelamerikas“ wird das Land von drei Gebirgszügen durchzogen, so dass sich hier viele Erhebungen auftun, wenn man zu Fuß oder mit dem Fahrrad unterwegs ist. Deshalb überprüfen Sie bitte für sich selbst, ob die Costa Rica Cycling Reise für Sie passend ist. Wenn Sie Zweifel haben, ob Sie den körperlichen Anforderungen gewachsen sind, stehen wir Ihnen auch sehr gerne für ein klärendes Gespräch zur Verfügung. Wir empfehlen außerdem, vor der Reise einen Gesundheitscheck durchzuführen.

Diese Fahrradtour ist für anspruchsvolle Biker konzipiert. Sie benutzen Mountainbikes und bewegen sich auf dem Niveau 2-3. Wenn möglich, fahren Sie auf Landstraßen, Schotterpisten & Feldwegen. Die Tour stellt zwar kein Hochleistungsanspruch, eine gute Grundkondition sollte jedoch vorhanden sein. Das tropische Klima verlangt dem Radfahrer doch meist etwas mehr ab als eine vergleichbare Radtour in heimischen Gefilden. Sie haben jederzeit die Option in unser Begleitfahrzeug umzusteigen.

Ihr Guide ist stets darauf bedacht, dass Sie sicher unterwegs sind und die gesamte Gruppe die Aktivität gemeinsam erlebt. Sollte Ihr Guide aus seiner Erfahrung heraus Ihre Sicherheit in Gefahr sehen, oder sich der geplante Ablauf des Tages verzögern, bitten wir Sie, den Empfehlungen der Reiseleitung zu folgen. Es besteht ebenso die Möglichkeit, gegen eine einmalige Gebühr von 350 Euro ein E-Bike in Anspruch zu nehmen.

Packliste (Empfehlungen)

- Für eine Fahrradtour entsprechende Radbekleidung. Spezielle Radlerschuhe müssen nicht unbedingt sein, Radlerhose und evtl. auch Handschuhe sind hingegen empfehlenswert. Denken Sie auch an Ersatzkleidung zum wechseln.
- Auf Wunsch können die persönlichen Klickschuhe und Pedale mitgebracht werden.
- Fahrradhelme werden zur Verfügung gestellt, wer möchte, darf auch gerne seinen eigenen mitbringen
- Regenschutz
- Hut/ Kappe o.ä. Kopfschutz
- Sonnenschutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor
- Mückenschutz
- Notfallapotheke
- Mineral- / Vitamintabletten (z.B. Vitamin C)
- Energieriegel, Nüsse, etc. (gegen den plötzlichen „Unterzucker“)
- Kleiner Rucksack für Tagesgepäck

Wichtig: Programmablauf

Insbesondere in den infrastrukturell schwächer entwickelten Ländern muss damit gerechnet werden, dass eine Anpassung des Reiseprogramms durch unvorhersehbare Geschehnisse erforderlich sein kann. Programmumstellungen oder Änderungen, die soweit möglich den Charakter dieser Reise nicht verändern, sind vorbehalten. Selbstverständlich werden wir Sie unverzüglich davon in Kenntnis setzen.

Bei Reisen, die während der Weihnachts- bzw. Osterfeiertage stattfinden, kann es vermehrt zu Programmänderungen kommen. Sofern eine Programmumstellung aus logistischen Gründen nicht möglich ist, können einzelne Besuche ggfs. auch ganz entfallen. Gelegentlich Hotelbetriebe, Restaurants oder andere Dienstleister verfügen zu diesen Tagen über eine eingeschränkte Personalausstattung, was sich auf die Servicequalität niederschlagen kann.

Der Bike-Guide hat jederzeit die Möglichkeit ein Programm, eine Strecke oder sonstige nötige Umstände zu ändern, wenn sonst der Ablauf und die Sicherheit der Reise und ihrer Teilnehmer in Gefahr

geraten. Alle Angaben der Strecken sind Richtwerte der vorraussichtlich gefahrenen Wege. Kurzfristige Änderungen vorbehalten durch den Guide.

Wichtig: Die angegebenen Streckendistanzen und -zeiten, sind zur Orientierung und stellen keine vertragliche Verpflichtung der Einhaltung dar. Bei operativer Notwendigkeit, kann die Strecke angepasst werden.