

## COSTA RICA & PANAMA



« Costa Rica, où la nature prend vie »  
Circuit 12 jours - 10 nuits + extension 5 nuits Panama

- Circuit Costa Rica
- Extension à Panama
- Découverte du volcan Poás et du Mont Arenal
  - Découverte du parc Tortuguero
- Séjour « Tout inclus » au Barcelo Playa Tambor
  - Rencontre avec la population Embera

## COSTA RICA

12J / 10N



*A la découverte des perles de l'Amérique Centrale. Merveilleux jardin tropical, blotti entre Caraïbe et Pacifique, le Costa Rica n'en finit pas de nous dévoiler ses fantastiques richesses naturelles. Plages de sable blanc des Caraïbes, sable foncé de Tortuguero, où les tortues géantes viennent pondre depuis des millénaires avec une régularité déroutante pendant les mois de septembre et octobre.*

*Assurément l'un des plus beaux voyage sélectionné par Décalage Horaire*

### Visites & excursions

- Visite du parc national du volcan Poàs et dégustation de produits locaux
- Découverte de la réserve de La Paz Waterfall Gardens
- Journée consacrée à la visite du parc National de Tortuguero
- Visite guidée de San José
- Approche de la culture locale à Arenal
- Deux journées de détente en « tout compris » à Playa Tambor



**Jour 1 : FRANCE / SAN JOSE**

- Rendez-vous à l'aéroport/
- Assistance aux formalités d'enregistrement.



*Envol pour SAN JOSE sur vol régulier.  
(Repas servi à bord)*

- Arrivée à l'aéroport international Santamaria de San José, accueil par notre équipe.
- Départ en bus climatisé vers l'hôtel.
- Accueil et distribution des chambres. Le pré enregistrement sera fait d'avance dans tous les hôtels.
- Cocktail de bienvenue.
- Dîner libre et nuit à l'hôtel.

**Jour 2 : SAN JOSE / POAS – LA PAZ / SAN JOSE (environ 120km – environ 3h)**

- Petit-déjeuner.
- Départ par la route de San José, situé dans la grande plaine centrale, en direction du parc national du volcan Poás.
- En cours de route, arrêt dans une petite vente de produits locaux, le guide vous fera découvrir et déguster quelques produits locaux et typiques de la région (fraises, chips...).
- Par la route qui serpente à travers les plantations de café, vous rejoindrez le volcan Poas.



★ **Découverte du volcan Poás : un lac au centre du cratère laisse s'échapper un nuage et une odeur de soufre. La beauté de ce spectacle ne vous laissera pas indifférent.**

- Ouverte de la réserve de La Paz Waterfall Gardens et de ses magnifiques chutes d'eaux.
- Promenade sur les sentiers dans une dense forêt tropicale. Visite de la ferme aux papillons, du jardin de colibris puis promenade le long de la rivière et des chutes d'eau sur des passerelles métalliques.
- **Déjeuner buffet sur place.**
- Retour à San José.
- Dîner et nuit à l'hôtel.



**Jour 3 : SAN JOSE / TORTUGUERO (environ 150km + bateau – environ 5h)**

- Petit-déjeuner.
- Départ pour la région caraïbe pour rejoindre le **Parc national de Tortuguero**. (*Transport collectif de l'hôtel*)  
En chemin vous traverserez le luxurieux **parc Braulio Carrillo**.
- Arrêt en cours de route pour prendre un **petit déjeuner complet**

*Pour rejoindre votre Lodge, il vous faudra 1h30 de navigation sur des canaux où vous ne manquerez pas d'observer la faune et la flore.*

- **Déjeuner au Lodge.**
- L'après-midi sera consacrée à la **visite du village de Tortuguero**.
- Retour au Lodge pour profiter de sa tranquillité et de sa piscine.

*Les Lodges se trouvent dans la partie nord-est de la Côte Caraïbe du Costa Rica. Nichée dans l'exubérante forêt tropicale, la propriété est le havre rêvé des amoureux de la nature et le lieu idéal pour découvrir les merveilles du Parc National Tortuguero.*



- **Dîner et nuit au Lodge.**

**Jour 4 : TORTUGUERO**

- Petit-déjeuner.

★ **Journée consacrée à la visite du Parc National de Tortuguero**

- **2 excursions :**
  - Promenade en bateau sur les canaux naturels et artificiels, bordés par la forêt tropicale pour observer les oiseaux et les mammifères qui peuplent cette région (tortues, crocodiles, singes, paresseux, perroquets et aras, toucans et autres oiseaux).
  - Marche dans un petit sentier de l'hôtel, si les conditions climatiques le permettent, pour découvrir de plus près l'exubérante flore de la région.



*Nb : les bateaux étant de petite capacité, le groupe sera scindé en deux et votre guide francophone embarquera sur un des bateaux. L'autre bateau sera accompagné par un guide local hispanophone.*

- **Déjeuner, dîner et nuit au lodge.**

### Jour 5 : TORTUGUERO / SAN JOSE (environ 150km + bateau – environ 5h)

- Petit-déjeuner.
- Vous quitterez la région Caraïbe pour rejoindre la vallée centrale du pays.

*Sur la route, vous traverserez une plantation industrielle de bananes. De l'arrivée des régimes à leur sélection pour l'exportation, le lavage etc... avec explication de votre guide naturellement. Le Costa Rica est le deuxième exportateur mondial de bananes derrière l'Equateur.*

- Déjeuner sur la route.
- Arrivée à San José en fin d'après-midi.
- **Tour à pied dans le centre ville** de la capitale avec votre guide.

*Ce petit tour panoramique vous permettra d'avoir un aperçu des sites et monuments les plus intéressants de San José : la place de la culture sur laquelle on peut admirer le théâtre national, le Grand Hotel, une des plus vieilles bâtisses de San Jose (entrées aux musées et sites non inclus).*

**Ou pour ceux qui préfèrent : temps libre pour la promenade et les achats** (avec plan de la ville et heure de RV avec le guide pour le retour à l'hôtel).

- Dîner et nuit à l'hôtel.

### Jour 6 : SAN JOSE / ARENAL (environ 150km – environ 3h)

- Petit-déjeuner.
- Départ par la route de San José, situé dans la grande plaine centrale, en direction de la ville de San Ramon.
- **Petit arrêt à Grecia** pour y visiter sa fameuse église métallique.
- **Arrêt à Sarchi**, où vous découvrirez le mode de fabrication de la fameuse charrette colorée, qui servait jadis au transport du café et des fruits vers les ports d'exportation maritime. La charrette est assortie au joug des bœufs et est devenue un objet de décoration aux multiples facettes.

*Sarchi est aussi l'endroit idéal pour l'achat de souvenirs. Vous profiterez donc d'un petit temps pour faire du shopping.*

- **Visite d'une grande coopérative de producteurs de café** pour en déguster une bonne tasse, et à la fois découvrir les secrets derrière cette plante qui constitue l'or noir de ce pays....

*Les plantations sont situées à Naranjo, une des meilleures régions du pays. Cette visite permettra de connaître toutes les étapes de l'élaboration du café, de la plante jusqu'à votre table...*



- Déjeuner.
- Puis Route vers Arenal.

*Jusqu'au petit matin du 29 Juillet 1968, le Mont Arenal était une montagne tranquille, couverte de végétation luxuriante. Depuis trois mille ans, le volcan était resté inactif. Depuis son réveil, le volcan n'a pas cessé d'être actif, comme en témoigne son cône parfait qui n'a pas eu le temps de s'éroder, ni d'être emporté par une explosion. De ses 1600 m d'altitude, l'Arenal incline ses pentes vers le village.*

- Dîner et nuit à votre hôtel.

## Jour 7 : ARENAL

- Petit-déjeuner.

★ **Départ pour le CULTOUR : partager avec nous la culture, les traditions et le mode de vie du pays grâce à un voyage unique combinant la beauté de la nature et des rencontres avec la population locale. Une expérience inoubliable.**



### Les activités incluses :

- ✓ Déjeuner typique à la Casona Río Fortuna, cuisine au poêle à bois et servi de manière traditionnelle
- ✓ Présentation de la Casona Río Fortuna et de sa riche histoire
- ✓ Balade dans le verger, la cuisine et les jardins fleuris
- ✓ Préparation du traditionnel café Tico et des tortillas de maïs
- ✓ Excursion sur une charrette, tractée à travers les plantations d'ananas, papaye, banane plantain
- ✓ Présentation de danses folkloriques locales dans une école, par des étudiants



- En après-midi, temps libre dans la ville de La Fortuna ou à **l'hôtel pour profiter des thermes.**

**Possibilité d'activités optionnelles** : ponts suspendus, parc national du volcan Arenal, canopy tour... (à voir sur place avec votre guide en fonction du temps disponible et des conditions météo).

- Dîner et nuit à l'hôtel.

## Jour 8 : ARENAL / TAMBOR (environ 150km + ferry – environ 4h)

- Petit-déjeuner à l'hôtel ou panier repas en route (en fonction des horaires de ferry).
- Départ tôt le matin vers le Pacifique pour rejoindre la **péninsule de Nicoya.**
- **Traversée en ferry.**
- Installation à l'hôtel BARCELO PLAYA TAMBOR et déjeuner tardif.
- **Après-midi libre en balnéaire "tout inclus".**
- Dîner et nuit au BARCELO PLAYA TAMBOR.

## Jours 9 et 10: TAMBOR

### ★ Séjour au Barcelo Playa Tambor en « tout inclus ».

*L'hôtel Barcelo Playa Tambor est situé au sud de la péninsule de Nicoya, au bord de l'Océan Pacifique. Il dispose de 6 km de plage dans une enclave naturelle unique, la baie « des baleines ».*

*Des jardins bien entretenus aux plantes tropicales variées entourent l'hôtel.*

*Il dispose de 402 chambres avec tout le confort moderne : air climatisé et ventilateur au plafond, salle de bain privée avec baignoire, eau chaude et sèche-cheveux, téléphone, télévision câblée et minibar.*

*L'hôtel propose une cuisine variée internationale et locale que vous pourrez découvrir dans tous les restaurants pendant leurs heures d'ouverture à l'exception du restaurant à la carte qui n'est pas inclus dans le système « tout compris ». Toutes les boissons nationales sont incluses.*

*L'hôtel met également à votre disposition un salon de coiffure, une boutique de souvenirs, une bijouterie, une discothèque, une salle de sport et des courts de tennis.*



Possibilité d'activités optionnelles : excursion à l'Ile de la Tortue, au Parc National Curu, au Parc National Cabo Blanco... (Achat sur place).

- Dîners et nuits au BARCELO PLAYA TAMBOR.

## Jour 11 : TAMBOR / SAN JOSE / FRANCE (environ 160km + ferry – environ 4h)

- Petit-déjeuner.

Départ matinal et traversée en ferry pour prendre la route vers San Jose sur la “uno”, la panaméricaine qui se déroule à travers toute la région côtière du Guanacaste avant de regagner la Vallée Centrale.

- Déjeuner en cours de route **avant de rejoindre l'aéroport international.**
- Formalité d'enregistrement



*Envol pour la France. Dîner et nuit à bord.*

## Jour 12 : FRANCE

- Petit-déjeuner à bord.
- Arrivée en France dans la matinée

## EXTENSION PANAMA

---

### Jour 11 : SAN JOSE → PANAMA

- Accueil à l'aéroport
- Transfert et installation à l'hôtel.
- Dîner libre et nuit à l'hôtel.

### Jour 12 : PANAMA CITY : VISITE DE LA VILLE

- Petit-déjeuner.
- La découverte de cette capitale commence par **Panamá La Vieja**, les ruines du premier emplacement de la ville. L'occasion de se plonger dans l'histoire de la Conquista espagnol et de ses conflits avec les pirates. Traversée de la ville moderne, découverte du marché des fruits de mer.
- La visite se poursuit dans la partie coloniale de la capitale : **Le Casco Viejo, déclaré patrimoine de l'humanité**. Balade au long des ruelles jusqu'à la place de France, hommage rendu aux français qui lancèrent la construction du canal.
- Déjeuner.
- Dans l'après-midi, découverte des écluses de **Miraflores et de son musée interactif**. Superbe vue panoramique des Panamax qui franchissent les portes des écluses.
- Retour à l'hôtel en fin d'après-midi.
- Dîner et nuit à l'hôtel.



### Jour 13 : LES CARAÏBES (environ 3h30 de route)

- Petit-déjeuner.
- Départ pour une journée à la découverte de la côte caraïbe, de la culture afro caribéenne et des repaires de pirates.
- **Direction Colon et le parc national de San Lorenzo.**  
*Pour y accéder vous devrez tout d'abord passer au travers des écluses de Gatun, puis du Fort Sherman, ancienne base militaire Américaine.*  
*Très belle forêt tropicale dense en faune et flore. La piste vous mènera aux **ruines de la forteresse de San Lorenzo**, site dominant l'embouchure de la rivière Chagres avec la mer Caraïbe.*
- **Déjeuner de spécialités locales.**
- **Tour panoramique de la ville de Colon**
- Continuation pour Portobelo.
- Découverte de Portobelo, **petit port du 17<sup>ème</sup> siècle découvert par Christophe Colomb** puis protégé par 5 forts des attaques des pirates.
- Retour à Panama City en fin d'après-midi. **Dîner. Nuit à l'hôtel.**

### Jour 14 : COMMUNAUTE INDIENNE EMBERA (environ 3h de route et 1h30 de pirogue)

- Petit-déjeuner.
- Départ pour une étonnante **journée culturelle sur les traces des indiens Emberas** qui vivent au bord de la rivière Chagres.
- Transfert jusqu'au bord du **lac Alajuela et remontée de la rivière Chagres** jusqu'à leur village du « bout du monde » sur pilotis.

*Une journée pour partager avec les Emberas leur connaissance de la jungle et des plantes médicinales, leur art du tatouage, leurs musiques et danses sans oublier leur très riche artisanat et **leur repas simple mais excellent de poissons grillés et bananes plantains.***

- Retour à l'hôtel en fin d'après-midi.
- Dîner et nuit à l'hôtel.



### Jour 15 : PARC DE SOBERANIA ET LAC GATUN (environ 2h de route)

- Petit-déjeuner.
- Une journée dédiée à la **rencontre avec la faune du Panamá**, le parc national de Soberania et la réserve de Gamboa. Une forêt tropicale luxuriante qui entoure le canal du Panamá, la rivière Chagres, et le lac Gatún.
- Découverte du « camino del Oleoducto », projet de conservation naturel, fondation avifaune « Eisenman ».

*Beaux sentiers au cœur d'une forêt tropicale abondante, ce site est considéré comme l'un des meilleurs pour l'observation d'oiseaux. Une tour dominant la canopy, observation panoramique du parc national Soberania.*

- **Déjeuner au bord de la rivière Chagres.**
- Dans l'après-midi, **tour en bateau sur le canal et sur le lac Gatún vers les îles Mono** (singe).

*Une balade contrastée entre l'univers sauvage du lac avec les singes qui viennent dans les mangroves pour observer les visiteurs, les paresseux, les nombreux oiseaux et les immenses bateaux Tanker qui croisent sur le canal.*



- Retour à l'hôtel en fin d'après-midi.
- Dîner et nuit à l'hôtel.

### Jour 16 : PANAMA / FRANCE

- Petit-déjeuner.
- Selon l'horaire de votre vol, transfert à l'aéroport
- Déjeuner libre.
- Formalité d'enregistrement



*Envol pour la France. Dîner et nuit à bord.*

### Jour 17 : FRANCE

- Petit déjeuner à bord.
- Arrivée en France.