

PANORAMA TRAVEL

Costa Rica og Panama

- natur og indianere



Tag med til to meget smukke lande fulde af liv og glæde. Costa Rica er kun lidt større end Danmark og er Mellemamerikas mest progressive land. Det er et velkendt rejsemål og berømt for sit rige dyreliv og fine nationalparker. Vi besøger både højdepunkter som Monteverde og Arenal men også steder, hvor turister sjældent kommer. Costa Rica er et tropeparadis, som man ikke kan undgå at forelske sig i.

Panama ligger turistmæssigt i skyggen af Costa Rica men har meget at byde på. Panamas natur er faktisk på højde med Costa Ricas, og regnskoven og øer i Caribien er hjemsted for spændende indianersamfund, som vi skal besøge. Panama Citys gamle bydel (UNESCO) osrer af stemning fra kolonitiden, mens byens flotte skyline vidner om stigende velstand. Panamakanalen er verdensberømt, og de massive slusesystemer kan ikke undgå at imponere.

- *Betragt det fantastiske fugle- og dyreliv*
- *Mærk tågeskovens omklamrende friskhed i Monteverde*
- *Oplev vulkanernes storhed og den frodige regnskov*
- *Smag de tropiske frugter og den lokale kaffe*
- *Få indblik i indianernes hverdag i regnskoven og på tropiske paradisøer*
- *Lad dig imponere af Panamakanalens mastodontiske sluseanlæg*

PANORAMA TRAVEL

Oversigt

Dag 1: København – San José

Dag 2: Til Poas-vulkanen og Boca Tapada

Dag 3: Naturreservat og flodsejls

Dag 4: Til Monteverde med Arenal Vulkan og varme kilder

Dag 5: Tågeregnskov og landsted med kaffe, sukker og kakao

Dag 6: Ned til Rio Tarcoles og Carara Nationalpark

Dag 7: Til Uvita og Marino Ballena Nationalpark med hvaler

Dag 8: Over grænsen til Volcan i Panama og arkæologiske udgravninger

Dag 9: Afslapning eller morgenvandring i Panamas højland med orkidéfarm

Dag 10: Flyvning til Panama City, byrundtur og Panama Kanal

Dag 11: Tur til Colón, byrundtur, vandring i regnskoven og San Lorenzo

Dag 12: Besøg hos emberá-indianerne og bådture på Gatunsøen

Dag 13: 4x4 og sejls til San Blas-øerne med besøg hos guna-indianerne

Dag 14: Afslapning eller parkvandring, museum og hjemrejse

Dag 15: Ankomst til Danmark

Dag 1: København – San José

Ved ankomsten til San José sidst på eftermiddagen hentes vi i lufthavnen og køres til hotellet. Vi passerer gennem Alajuela, som ligger i en smuk dal. Byen var tidligere kendt som Villahermosa og var rent faktisk hovedstad i en kort periode. Den var desuden hjemby for Costa Ricas nationalhelt, Juan Santamaria, som ofrede livet for sit land i 1856 i slaget mod William Walker.

Måltider: på flyene

Overnatning: Hotel Buena Vista (eller lignende)

Dag 2: Til Boca Tapada via Poás Vulkan (150 km / 4 timers kørsel)

Inden morgenmaden har man mulighed for at gå en tur i hotellets haver og nyde fuglelivet i dagens første timer. Klokken 8 mødes vi med naturguiden og kører mod Poás Vulkan. Landskabet og temperaturen ændrer sig eftersom vi bevæger os opad til 2700 meters højde gennem kaffe- og jordbærplantager og med en flot udsigt over dalen.

Poás-vulkanen er aktiv og hører til en af sværvægterne med et krater på 1300 meter i diameter og en dybde på 320 meter. Området har geysere og *fumaroles*, der spyr vanddamp og gasser højt op i luften. Vi tilbringer 20 minutter ved kraterkanten.

Derefter fortsætter vi til La Paz Vandfald og Haver, hvor vi spiser frokost (stor buffet). I naturparken ved siden af ser vi kolibrier, og vi besøger de forskellige huse for sommerfugle (et af Costa Ricas bedste), aber, vildkatte, fugle, slanger – og så selvfølgelig de smukke vandfald.

Om eftermiddagen kører vi ned igen og mærker snart det caribiske klima. Vi kører nordpå og ankommer til Boca Tapada, som ligger ved Rio San Carlos' udspring og langt fra de gængse turistruter og bare 10 kilometer fra grænsen til Nicaragua. De sidste 30 kilometers kørsel foregår ad grusvej.

Måltider: morgenmad og frokost

Overnatning: Ecolodge Pedacito de Cielo (eller lignende)

PANORAMA TRAVEL

Dag 3: Boca Tapada

Inden morgenmaden har man igen mulighed for at gå en tur i haverne og nyde det rige fugleliv i dagens første timer. Efter morgenmaden besøger vi naturreservatet Camino a San Juan, som blev grundlagt af ejeren af det hotel, vi bor på. Reservatet er en del af den biologiske korridor, San Juan La Selva, der har til formål at forbinde skovområder i et tiltagende fragmenteret landskab.

På en større skala er San Juan La Selva del af den større mesoamerikanske korridor og bidrager også til beskyttelse af den meget truede Stor soldaterara (*ara ambiguus*). I 2010 blev verdensbestanden estimeret til bare 1500, hvor 350 befinder sig i Costa Rica.

I den tætte regnskov er det vanskeligt at se fugle, men de gigantiske træer og besynderlige planter er i sig selv interessante, og det er sjovt at gå på udkig de meget små pilegiftfrøer med blå "bukser" eller de jordbærplettede.

Vi vender tilbage for at spise frokost på lodgen. Om eftermiddagen skal vi sejle på San Carlos-floden på udkig efter fugle, skildpadder og reptiler. Vi sejler til det punkt, hvor San Carlos løber sammen med Rio San Juan, som danner grænse til Nicaragua.

Måltider: morgenmad og frokost

Overnatning: Ecolodge Pedacito de Cielo (eller lignende)



PANORAMA TRAVEL

Dag 4: La Fortuna, Arenal Vulkan og Monteverde (90+110 km / 4-5 timers kørsel)

Klokken 8 er der afgang mod Monteverde – "Det Grønne Bjerg" – og tågeregnskoven. Vejen går via den lille by, La Fortuna, og den ikoniske vulkan Arenal. Vi gør holdt for at slappe af i de varme kilder, som er et naturparadis i regnskoven. Kilderne er opvarmet af vulkanen, og vandet fordeles i forskellige bassiner med temperaturer fra 37 til 41 grader. Der er desuden kolde bassiner og vandfald, som giver vandmassage.

Vi nyder en dejlig frokost ved kilderne, hvorefter vi fortsætter til Arenal Sø og Dæmning ad en smuk vej med fantastiske landskaber og udsigt til Arenal Vulkan. De sidste 40 km kører vi på grusvej, og Monteverdes køligere klima venter os i 1400 meters højde med flere smukke udsigter, tågeregnskov og en rig biodiversitet.

Måltider: morgenmad og frokost

Overnatning: Hotel Montaña Monteverde (Superior Room) (eller lignende)

Dag 5: Monteverde – tågeskov og besøg på traditionel farm

Monteverde er formentlig et af de mest artsrige områder i verden med over 3000 plantearter og 800 træsorter. Imponerende er det store antal epifytter (en plante der gror på en anden plante) – 900 arter – og orkidéer, hvor der er registreret omkring 500 arter i området. Også dyr og fugle trives i Monteverde: reptiler, flagermus, aber, vild-katte, vaskebjørne, næsebjørne, myreslugere, dovendyr, hjorte, tapirer og over 500 fuglearter!

For at få mest muligt ud af vores ophold spiser vi en tidlig morgenmad kl. 6:30, og derefter kører vi til tågeregnskoven. Der er omtrent 13 kilometer stisystem, og vi går et stykke ad dem og beundrer biodiversiteten.

Vi spiser frokost i landsbyen Santa Elena, hvorefter vi fortsætter til en klassisk costaricansk kaffe- og sukkerfarm. Vi får en to timers rundvisning, som inkluderer selve farmen, og vi hører om, hvordan de dyrker kakao, sukkerrør, kaffe, bananer, macadamia-nødder og appelsiner. Vi prøver at køre i en traditionel oksekærre gennem en lille lund på vej til møllen. Der bliver mulighed for at smage på kaffen og Costa Ricas nationale likør, "Guaro".

Måltider: morgenmad og frokost

Overnatning: Hotel Montaña Monteverde (Superior Room) (eller lignende)

Dag 6: Carara Nationalpark og Rio Tarcoles (100+130 km / 5 timers kørsel)

Vi forlader Monteverde og kører til Carara Nationalpark ved Stillehavskysten. De første 30 kilometer foregår ad grusvej for derefter at følge et stykke ad den berømte Pan-American Highway til vi når ud til kystvejen.

Carara ligger i en overgangszone mellem tør, tropisk skov og regnskov og er hjemsted for en interessant blanding af flora og fauna. Næsten halvdelen af Costa Rica fuglearter er repræsenteret her, fx den røde ara, der er en af verdens største papegøjearter. Måske er vi heldige at høre og se den kraftfulde brøleabe, den hvidhovedede capuchinerabe og andre pattedyr blandt skovens kæmpetræer.

PANORAMA TRAVEL

Efter besøget kører vi et kvarters tid til Tarcolesfloden. Vi sejler ud på floden og for at spotte efter krokodiller, som her kan blive op til fire meter lange. Fugle er her mange af, og vi ser formentlig et sted mellem 50-100 arter på denne 1½ times bådtur.

Sidst på dagen kører vi til Dominical, som ligger ved Barufoden omgivet af regnskov. Inden aftensmaden er der mulighed for at nyde hotellets swimmingpool.

Måltider: morgenmad og frokost

Overnatning: Hotel Villas Rio Mar (eller lignende)

Dag 7: Delfiner og hvaler i Marino Ballena Nationalpark (1/2 times kørsel)

Vi kører til Uvita for at opleve Costa Rica fra søsiden. På en 3-timers sejlads skal vi ud og kigge efter delfiner og hvaler i Marino Ballena Nationalpark. Der er også mulighed for at snorkle, så glem ikke at medbringe badetøj (eller hav det på under tøjet, når vi forlader hotellet). Snorkeludstyr, frugt og vand er inkluderet på turen.

Pukkelhvaler ankommer fra Antarktis i perioden juli til oktober og fra Arktis i perioden februar til april for at parre sig og yngle i det varmere vand ved Uvita. Delfiner findes som regel i farvandet året rundt, og indimellem kan man også være heldig at se Brydes-hvaler og andre hvaler. Selv hvis vi ikke ser hvaler, er det en skøn sejltur.

Frokosten indtages i en restaurant i Uvita. Eftermiddagen kan enten tilbringes på stranden eller ved hotellets pool.

Måltider: morgenmad og frokost

Overnatning: Hotel Villas Rio Mar (eller lignende)



Dag 8: Palmar Sur, Panamas grænse og Sitio Barrilles (65+90+70 km / 4 timers kørsel)

Efter morgenmaden kører vi mod grænsen til Panama. Vi følger kystvejen og gør holdt i Palmar Sur, hvor vi besøger parken med de historiske lokomotiver. De tilhørte The United Fruit Company, som i årene 1938-84 omdannede over 200.000 hektarer til

PANORAMA TRAVEL

bananplantager, hvorved man desuden fandt nogle store og mystiske granitkugler. Omkring 500 kugler af varierende størrelser er blevet fundet; de største er 257 cm i diameter og vejer 16 ton. Hvordan de er skabt, hvorfor og af hvem er fortsat et mysterium.

Vi ankommer til grænsen ved halvellevetiden (11:30 Panamatid) og tager afsked med vores costaricanske guide og chauffør.

NB! Ved grænsen betales 8 USD i afrejseskat. I Panama betales 3 USD i indrejseskat, og man skal kunne dokumentere at være i besiddelse af mindst 500 USD samt fremvise sin flybillet.

Efter grænseformaliteterne hilser vi på vores nye team i Panama, hvorefter vi kører til Volcán. Byen ligger i 1000 meters højde, og i dette lidt ukendte hjørne af Panama, finder man det arkæologiske område "Sitio Barriles". Det er et område, der summer af mystik og magi omkring stenfigurer og helleristninger. De er efterladenskaberne fra en ældgammel civilisation, som forsvandt sporløst på uforklarlig vis for flere hundrede år siden.

Måltider: morgenmad og frokost

Overnatning: Hotel Dos Rios (eller lignende)

Dag 9: Vandring i Chiriqui og orkidéfarm

Dagen begynder med en smuk vandretur gennem tågeskov i nationalparken "La Amistad" ("Venskab"). Parken er på over 400.000 hektarer, og er fordelt ligeligt imellem Costa Rica og Panama – deraf navnet. Her er god mulighed for at stifte bekendtskab med Panamas rige biodiversitet. Selvom Panama i turistmæssig henseende må siges at ligge i skyggen af Costa Rica, så har Panama enormt meget at byde på, og ikke mindst regionen Chiriqui. Her trives en mangfoldighed af blomster, gamle træer, vilde orkidéer og fugle.

Efter frokost på en traditionel restaurant kører vi til en privat orkidéfarm, som tilhører Maduro-familien. Farmen hedder "Finca Dracula" og er opkaldt efter den berømte orkidé. Under vores besøg får mulighed for at se både nogle af verdens mindste og verdens største orkidéer, nogle med inciterende dufte, andre med den værste stank (men med samme formål – at tiltrække bestøvere), og så selvfølgelig de berømte Draculaorkidéer. De er farmens stolthed, og samlingen tæller over 1500 arter plus en masse hybride orkidéarter.

Måltider: morgenmad og frokost

Overnatning: Hotel Dos Rios (eller lignende)

Dag 10: Via David til hovedstaden og Panamakanalen

Vi kører til provinshovedstaden David og flyver til Panama City. Flyvningen varer en times tid, og efter ankomsten begynder vores historiske rejse i Panama.

Panama Citys spændende og dramatiske historie går tilbage til det tidlige 1500-tal. Byen blev grundlagt på Stillehavskysten af spanierne i 1519 og blev op gennem 1500- og 1600-tallet en af de vigtigste og rigeste kolonibyer i Den Nye Verden. Vi ser ruinerne af den oprindelige by, Panama Viejo (UNESCO), hvorefter vi vandrer gennem den maleriske og livlige gamle bydel (UNESCO), som blev grundlagt i slutningen af 1600-tallet, efter piraten Henry Morgans ødelæggelse af byen i 1671.

PANORAMA TRAVEL

Om eftermiddagen har vi et andet af Panamas absolutte højdepunkter på programmet: Panamakanalen – også kaldet ”verdens største genvej”, som forbinder Caribien med Stillehavet. Vi kører til sluserne ved Miraflores, hvor der også er et spændende museum, der fortæller den fascinerende historie om kanalens tilblivelse og den nylige udvidelse. Fra observationsdækket er der en fantastisk udsigt over kanalens største sluser og de enorme skibe, som passerer igennem.

Måltider: morgenmad og frokost

Overnatning: Hotel Tryp Panama Centro (eller lignende)

Dag 11: Den caribiske side af Panamakanalen

I dag krydser vi landtangen med bus langs kanalen til den caribiske side. Turen går gennem regnskov, og vi ser smukke strækninger af kanalen. Man kan desuden være heldige at få øje på aber og tukaner i træerne eller krokodiller i den smaragdgrønne Gatun-sø.

Ved ankomsten til Colón kører vi det sidste korte stykke til besøgscenteret for kanalens udvidelse ved Aguas Claras. Her kan vi betragte de nye imponerende sluser og lære mere om det gigantiske byggeprojekt til 5,2 milliarder dollars og dets betydning for verdenshandlen.

Efter besøget fortsætter vi vores kørsel gennem regnskoven til San Lorenzo, hvor det berømte fort er en af Panamas vigtige seværdigheder (UNESCO). Det blev bygget i 1500-tallet på en lille halvø ved udløbet af Chagresfloden for at beskytte sejlruten til Panama City fra den caribiske side under den spanske kolonisering.

Måltider: morgenmad og frokost

Overnatning: Hotel Tryp Panama Centro (eller lignende)



PANORAMA TRAVEL

Dag 12: Gæstfrit møde med emberafolket

Efter morgenmaden kører vi til Alajuela Sø, som ligger i Chagres Nationalpark. Her mødes vi med nogle emberamænd, som hjælper os ombord i de traditionelle kanoer. Vi sejler op ad floden og lader emberamændene styre os sikkert frem, mens den frodige regnskov glider forbi. Oppe ad floden går vi i land og bydes varmt velkommen til emberafolkets land, som er et beskyttet område på over 135.000 hektarer.

Landsbyen ligger midt i regnskoven. Her oplever vi det daglige liv og fascineres af traditionerne og dansene samt emberafolkets raffinerede kunsthåndværk og smukke kurveflet. Vi mærker lydene og duftene i regnskoven, som er emberafolkets hjem, og hører måske den kloge medicinmand øse lidt ud af sin enorme viden om regnskoven og de utallige nyttige funktioner, som planterne har i de rette hænder.

Vi skal naturligvis også nyde emberafolkets friske og veldækkede frokostbord, hvor retterne serveres på bananblade. Der er mulighed for en svømmetur i floden, inden vi tager afsked med dette venlige og kloge folk og går ombord i kanoerne for at sejle tilbage.

NB! Husk badetøj og håndklæde.

Måltider: morgenmad og frokost

Overnatning: Hotel Tryp Panama Centro (eller lignende)

Dag 13: Guna Yala – en pause fra verden (2½ times kørsel hver vej)

Denne morgen kører vi til San Blas. Turen tager os gennem Panamas landskaber af åbne vidder og dybe skove på vores vej til gunaernes land ude på San Blas-øerne. Guna Yala er lige som embera et af Panamas mange oprindelige folk, som den dag i dag lever i pagt med naturen og forholdsvis tilbagetrukket fra civilisationen.

Ved ankomst til havnebyen Cartí går vi ombord i båden, som skal sejle os det korte stykke til gunalandsbyen. Mens vi går rundt i landsbyen, fortæller vores gunaguide om livet på San Blas-øerne og de strenge love, som beskytter gunaernes land og deres traditioner.

Næste stop er en lille privat ø, hvor vi kan nyde det varme caribiske vand og snorkle hen over det smukke koralrev, hvor det myldrer med småfisk i alle regnbuens farver.

NB! Husk badetøj og håndklæde.

Frokosten er en lækker introduktion til gunaernes køkken, hvor hovedingredienserne er friskfanget fisk, kokosris og madbananer (plantain). Efter frokost bliver der igen mulighed for en svømmetur på vejen tilbage til Cartí, som også er godt til snorkeldykning.

Vi er tilbage på hotellet først på aftenen efter en skøn og begivenhedsrig dag i gunaernes caribiske paradys.

Måltider: morgenmad og frokost

Overnatning: Hotel Tryp Panama Centro (eller lignende)

Dag 14: Panama City og hjemrejse

Dagen begynder stille og roligt med en spadseretur gennem byparken, som er endnu et eksempel på landets rige biodiversitet. Her er mange slags fugle og også dyr. Vi vender

PANORAMA TRAVEL

tilbage til hotellet og kan tage et brusebad, inden vi tjekker ud. Ønsker man ikke at vandre i parken, kan man sove længe og slappe af i stedet.

Efter en lækker frokost på en lokal restaurant besøger vi juvelen indenfor panamansk arkitektur, Frank Gehrys Bio Museum, hvor vi – udover at beundre bygningens unikke design – lærer om de vulkanudbrud, som skabte Panama for over 3 millioner år siden. Vi hører om, hvordan de spillede en vigtig rolle for verdenshavene og havstrømme, og hvordan dette havde en direkte indvirkning på menneskehedens udvikling.

Sidst på eftermiddagen kører vi til lufthavnen for at flyve hjem. Vi tager afsked med vores hjertevarme værter og siger ikke farvel – men på gensyn. Indtil næste gang.

Måltider: morgenmad og frokost

Dag 15: Hjemrejse

Vi ankommer til København om aftenen.

Prisen inkluderer

- Fly København – San José / Panama City – København
- Hotelpakke STANDARD: Overnatning på gode 3-4* hoteller og lodges i delt dobbeltværelse (med eget bad/toilet)
- Alle entréudgifter ifølge program
- Halvpension (morgenmad og frokost)
- Al transport i bus, 4x4, tog og båd ifølge program
- Engelsktalende følgeguider i Costa Rica og Panama
- Dansk rejseleder

Ikke inkluderet

- Afbestillings- og rejseforsikring
- Drikkevarer
- Visse måltider ifølge program
- Drikkepenge til guider og chauffører

Praktiske oplysninger

Passet skal være gyldigt 6 måneder efter hjemrejse.