

# NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

*professionisti per natura*

## COSTA RICA

### Un viaggio responsabile tra due oceani

Questo tour ti porterà a contatto con le principali attrattive del Costa Rica, il paese con uno dei più alti gradi di biodiversità del mondo, con un quarto del proprio territorio protetto, che ti sorprenderà per le innumerevoli bellezze naturali. Un viaggio da un oceano (Pacifico) all'altro (Atlantico), attraverso la zona settentrionale del paese, che ti condurrà a contatto con le comunità indigene e rurali che sono fiere della loro attività di conservazione della natura ed ansiosi di condividere il loro stile di vita con i viaggiatori. Accompagnati ed "accuditi" per tutta la durata del tour da una guida locale, cui si affianca un nostro accompagnatore, esperto ornitologo. Scegliendo questa proposta ti sarà data l'opportunità di divenire parte di un'esperienza che ti arricchirà, che non solo andrà oltre le tue aspettative e conoscenze, essa contribuirà anche al benessere delle comunità locali, alla stabilità delle loro culture ed alla conservazione dell'ambiente.

Ci rilasseremo sulle spiagge, visiteremo montagne e vulcani, attraverseremo tipiche foreste. L'ululato delle scimmie ci sveglierà la mattina; nel pomeriggio, le coloratissime farfalle ci accompagneranno ed alla sera ci addormenteremo al canto delle rane. Sicuramente un'esperienza ed un viaggio indimenticabile!



**dal 1985**

Via Montebello 118 - 57126 Livorno - Tel. 0586 444407  
[naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)

## NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

*professionisti per natura*

### **Programma di viaggio**

**15 giorni / 14 notti**

#### **1° giorno: volo Italia - San Jose**

Ritrovo dei partecipanti all'aeroporto di Milano incontro con l'accompagnatore Natura da Vivere e check-in. Partenza per San José. Arrivo all'aeroporto di San Jose nel pomeriggio, incontro con la Guida locale e trasferimento in hotel. Sistemazione, cena libera e pernottamento.

#### **2° giorno: Parco Nazionale Los Quetzales**

Colazione in hotel e partenza per il Parco Nazionale "Los Quetzales". Sosta pranzo lungo il percorso. Il Quetzal è nome dell'uccello sacro agli Aztechi ed ai Maya; oggi specie minacciata. L'ambiente che visiteremo, tipico per questa specie, è la foresta nuvolosa, generata dalle diverse condizioni climatiche, con alberi ricoperti da una grande varietà di specie vegetali, che li rende più attraenti per gli uccelli e gli animali che abitano la zona. Qui vive un gran numero di specie endemiche di flora e fauna. Visita del parco lungo uno dei sentieri presenti all'interno. Al termine, sistemazione in hotel, cena libera e pernottamento.

#### **3° giorno: Tour del caffè**

Colazione e partenza per il "Tour del caffè", con visita ad una locale azienda produttrice: la storia del caffè, alcuni aspetti della biologia della piante dal caffè (*Coffea sp.*), la sua coltivazione, raccolta e trattamento sino alla tostatura dei chicchi. Nel pomeriggio, un'altra escursione lungo un altro sentiero del Parco Nazionale. Rientro in hotel, cena libera e pernottamento.



#### **4° giorno: Tour delle mangrovie**

Colazione e partenza per Tarcoles, dove, alla foce dell'omonimo fiume nell'Oceano Pacifico, si trovano i boschi di mangrovie. Le mangrovie sono una varietà di specie arbustive e arboree che vivono lungo le coste, i fiumi e gli estuari, dove l'acqua salata si mescola con quella dolce. Sono ambienti presenti solo ai tropici e ai subtropici, ad alta valenza biologica. Faremo un tour in barca lungo il fiume, sino alla foce, per osservare da vicino questo



**dal 1985**

Via Montebello 118 - 57126 Livorno - Tel. 0586 444407  
[naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)

## NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

*professionisti per natura*

particolarissimo ecosistema, ricchissimo di presenze faunistiche. Tra queste, anche incontri ravvicinati con i coccodrilli del rio Tarcoles, tra i più grandi delle Americhe.

Al termine ci spostiamo a Puntarenas, sistemazione in hotel, cena libera e pernottamento.

### **5° giorno: Parco Nazionale di Palo Verde**

Colazione e partenza per il Parco Nazionale Palo Verde, uno dei luoghi di maggior diversità biologica del Costa Rica. Comprende un ricco mosaico di oltre 15 diversi ecosistemi naturali, inclusi il bosco deciduo di pianura, il bosco sempreverde, il bosco umido, il bosco deciduo e le mangrovie. Le zone umide rappresentano più del 50% dell'area del parco, sono un santuario per migliaia di uccelli acquatici, ragion per cui il parco venne dichiarato di importanza internazionale dalla convenzione mondiale delle zone umide. Sono state inoltre identificate oltre 750 specie di piante, tra le quali spiccano il Palo verde, il Pochote, il Cedro amaro ed il Guanacaste. Pausa pranzo e trasferimento a Monteverde. Sistemazione in hotel, cena libera e pernottamento.

### **6° giorno: Riserva biologica di Monteverde**

Colazione e partenza per la visita della Foresta Pluviale di Monteverde lungo uno dei tanti sentieri di scoperta. All'interno della foresta pluviale sembrerà di essere in mezzo a una nuvola, in mezzo agli alberi pieni di nebbiolina che si produce costantemente stando a 1600 m. di altitudine. Una delle caratteristiche che rendono questa ambiente così unico è il fatto che le foreste pluviali sono uno degli ecosistemi più minacciati sulla Terra. La Riserva è l'habitat di migliaia di specie di piante e animali: ospita circa 420 specie di orchidee e 200 specie di felci ed è anche il territorio di animali come il giaguaro, il puma, le scimmie, le raganelle dagli occhi rossi e tanti altri. Pausa pranzo e visita del villaggio. Cena libera e pernottamento.



### **7° giorno: Arenal - Tour del cacao - Bagni termali**

Colazione e partenza per la zona del vulcano Arenal. Sosta pranzo lungo il tragitto. Nel pomeriggio, andremo a visitare una azienda che coltiva le piante di cacao (*Thebroma cacao*), la "bevanda degli dei", per scoprire tutte le fasi della coltivazione e della produzione del cacao: scopriremo aspetti di queste piante per noi insoliti e curiosi. Al termine, ci trasferiamo in una delle terme presenti nella zona, che sfruttano la vicinanza del vulcano e delle sue acque calde termali. Sistemazione in hotel, cena libera e pernottamento.



**dal 1985**

Via Montebello 118 - 57126 Livorno - Tel. 0586 444407  
[naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)

## NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

*professionisti per natura*

### **8° giorno: Visita ad azienda biologica - Visita popolazione Maleku**

Colazione e partenza per la visita ad una azienda locale che attua la coltivazione biologica. Saremo introdotti alla conoscenza delle varie colture attuate in questa azienda familiare, che adotta il protocollo bio anche per l'allevamento della Tilapia, pesce d'acqua dolce. Ci sarà servito il pranzo, preparato sul posto con i prodotti dell'azienda ed anche noi prenderemo parte alla preparazione di alcuni piatti. Nel pomeriggio, ci trasferiamo nel vicino pueblo per un incontro con i rappresentanti della locale comunità indigena Maleku.

La comunità Maleku è la più piccola del Costa Rica, con sole 650 persone, ma tiene molto a mantenere le sue tradizioni, la sua cultura e la sua lingua viva ed è molto orgogliosa di ciò che ha fatto.

Al termine, sistemazione in hotel, cena libera e pernottamento.

### **9° giorno: Rio Celeste - Caño Negro**

Sveglia presto e partenza per Rio Celeste. Il Parco Nazionale Vulcano Tenorio è localizzato nella Catena Vulcanica di Guanacaste: in quest'area sono presenti un'ampia varietà di ambienti, ecosistemi e specie, distribuite in 8 differenti zone, che variano dalla foresta pluviale pre-montana, alla foresta montano - tropicale. Il percorso nel Parco Nazionale è lungo circa 3,5 km e le seguenti attrazioni vengono visitate durante il percorso: la cascata del Rio Celeste, la Laguna Blu, le acque bollenti e le sorgenti calde del "Teñideros" dove, se il meteo lo permette, si può osservare il curioso fenomeno della colorazione blu delle acque.

Al termine della visita, partenza per la zona di Caño Negro, dove, una volta giunti, visiteremo la locale "casa delle farfalle". Sistemazione in hotel, cena libera e pernottamento.



### **10° giorno: Eскурione in barca - Cahuita**

Colazione ed uscita in barca lungo i canali presenti nella zona umida del "Rifugio della Vita Selvatica di Caño Negro", per l'avvistamento di specie di uccelli tipici di questi ambienti.

Al termine della visita, partenza per la costa caribica del Costa Rica. Attraversiamo la cordillera centrale con le sue foreste "nebulose", lungo la caretera nazionale che collega la capitale con il porto di Limon. Breve sosta a Limon e proseguiamo per Cahuita, nostra meta finale. Sistemazione in Hotel, breve passeggiata lungo la spiaggia. Cena libera e pernottamento.



**dal 1985**

Via Montebello 118 - 57126 Livorno - Tel. 0586 444407  
[naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)

## NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

*professionisti per natura*

### **11° giorno: Parco Nazionale di Cahuita**

Colazione e, a piedi dall'hotel, con il nostro pranzo al sacco, ci addentriamo nel Parco Nazionale di Cahuita il cui nome deriva dal termine "Kawe" che significa "Sangrillo" (albero locale) e da "Ta" che significa "punta"; in altre parole "la punta del sangrillo". Il parco include un'area di 1100 ha nella parte terrestre, 600 ha di barriera corallina e 22400 ha nella parte a mare. Il parco fu istituito per proteggere la flora e la fauna terrestre, la barriera corallina e molti ecosistemi marini. Esso possiede una delle barriere coralline meglio sviluppate di tutta la costa caraibica. Viene inoltre protetta una foresta palustre con una vegetazione unica, comprendente piante di Yolillo e di Sangrillo. Questa è una delle più belle parti di tutto il paese con le sue spiagge bianche e nere, le migliaia di palme da cocco, il mare di color turchese e la barriera corallina. Un posto perfetto dove nuotare e rilassarsi. Al termine dell'escursione, rientro in paese, cena libera e pernottamento.

### **12° giorno: Tortuguero**

Colazione e partenza per il piccolo villaggio di Tortuguero sul mare Caraibico, famoso per la possibilità di osservare le tartarughe. Raggiungibile a piedi o in barca si trova nel cuore del Parco Nazionale Tortuguero. I canali che oggi vengono utilizzati per raggiungere il villaggio, in passato erano utilizzati per il trasporto del legname da Tortuguero. In alcuni periodi dell'anno (da aprile a ottobre) è possibile anche osservare le tartarughe marine giganti che depongono le loro uova sulla spiaggia durante le ore notturne. Nel pomeriggio, visita al Centro informativo della Conservazione delle tartarughe marine con proiezione di filmato. Cena libera e sistemazione in Hotel.



### **13° giorno: Escursione e navigazione al Tortuguero**

Colazione e partenza per una escursione in barca tra i canali del Tortuguero per osservare i caimani, le diverse specie di scimmie, serpenti e tantissimi uccelli di specie diverse. Dopo pranzo, escursione a piedi, lungo uno dei sentieri che si inoltrano nel Parco. Cena libera e pernottamento in Hotel.



**dal 1985**

Via Montebello 118 - 57126 Livorno - Tel. 0586 444407  
[naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)

## NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

*professionisti per natura*

### **14° giorno: San Jose**

Colazione e partenza in barca ripercorrendo i canali che ci hanno portato sino qui due giorni addietro. Ritroviamo la macchina e riprendiamo la strada sino a rientrare a San Josè per l'ultima serata in Costa Rica. Sistemazione in hotel e cena libera.

### **15° giorno: partenza**

Colazione e trasferimento all'aeroporto di San Josè in orario per la partenza del volo di rientro in Italia.

**NB: il programma potrebbe subire variazioni a discrezione della guida**



### **Scheda Tecnica**

**Partecipanti:** minimo 8 - massimo 12 partecipanti

**Sistemazione:** in alberghi, strutture agro-ecoturistiche, ecolodge

**Partenze:** 3 novembre 2024 e 8 marzo 2025

**Durata:** 15 giorni / 14 notti

**Quota individuale:** a partire da **Euro 3450,00**

**Supplemento camera singola:** **Euro 550,00**

**La quota comprende:** n. 14 pernottamenti con prima colazione; tutti i trasferimenti in mini-bus privato con autista locale; accompagnatore Natura da Vivere dall'Italia; servizio di guida locale per tutta la durata del tour; entrate ai Parchi e Riserve Nazionali; entrata ai bagni termali; tutti gli ingressi ai parchi e riserve come da programma; tutte le escursioni come da programma; visita all'azienda agricola biologica comprensivo di pranzo; tour del caffè; tour del cacao; incontro con la popolazione Maleku; tour in barca alle mangrovie sul rio Tarcoles;



**dal 1985**

Via Montebello 118 - 57126 Livorno - Tel. 0586 444407  
[naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)

## NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

*professionisti per natura*

tour in barca a Caño Negro; uscita in barca lungo i canali a Tortuguero; trasferimento in barca per/da Tortuguero; assicurazione medico - bagaglio

**La quota non comprende:** il volo intercontinentale; tutti i pasti; le tasse doganali in uscita dal paese se richieste; le bevande alcoliche; le mance e gli extra in genere; visite ed ingressi non previsti nel programma; tutto quanto non riportato alla voce "la quota comprende"

**Parità valutaria: Euro 1 = USD 1,088**

**Una variazione del +/- 5% del tasso di cambio potrebbe portare ad un ritocco delle quote.**



**dal 1985**

Via Montebello 118 - 57126 Livorno - Tel. 0586 444407  
[naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)