

## COSTA RICA E PANAMA



### **Introduzione**

*Vulcani attivi, foreste pluviali, canali, animali, pianure, montagne, città con una ricca storia e soprattutto la calda accoglienza della gente. E' qui dove si respira più che altrove la vera anima dell'America Centrale, dove la terraferma si restringe fino al punto in cui fu possibile nel 1914 l'apertura del famoso canale che unì per la prima volta nella storia i due oceani più importanti e al tempo stesso divise per sempre le due Americhe.*

### **I punti di forza**

- *Ottime sistemazioni in città e nella natura*
- *Foreste tropicali*
- *Ricchezza culturale e gastronomica afro-caraibica*
- *Isole paradisiache con acque cristalline, tra cui la magnifica spiaggia delle stelle marine*
- *Città cosmopolita e multiculturale*



## ITINERARIO DETTAGLIATO

### 1° GIORNO - ITALIA – SAN JOSÉ (-/-/C)

---

Partenza dall'Italia con volo intercontinentale per **San José**.

Arrivo, accoglienza e trasferimento in albergo. Cena e pernottamento.

### 2° GIORNO - SAN JOSÉ – PARCO NAZIONALE ARENAL (C/P/-)

---

Dopo la prima colazione partenza per il **villaggio di Sarchi, famoso per la realizzazione artigianale dei carri colorati** e decorativi sono un simbolo del paese. Visita inoltre di una piantagione di caffè dove è previsto anche il pranzo.

Proseguimento per La Fortuna, località ai piedi del **Vulcano Arenal, una delle meraviglie naturali del Costa Rica** grazie alla sua maestosità. Anche se il vulcano ormai non è più attivo, si possono ancora vedere delle nuvole di fumo o di cenere uscire dal suo cratere conico. La regione del Vulcano Arenal è una destinazione perfetta grazie ai suoi paesaggi pittoreschi, alle sorgenti termali naturali e al lago Arenal. Sistemazione in prestigioso hotel-resort e tempo libero **per usufruire delle piscine termali**.

### 3° GIORNO - PARCO NAZIONALE ARENAL (C/-/C)

---

Prima colazione. Questa mattina faremo una **camminata nel Parco Nazionale Vulcano Arenal, dove potrete ammirare le antiche colate di lava** e, mentre percorrerete i sentieri del parco potrete anche osservare la gran varietà di flora e fauna tipica della zona.

Nel pomeriggio andremo a visitare **i ponti sospesi che permettono di esplorare dall'alto la riserva biologica del bosco tropicale** umido pre-montano di transizione che forma parte del Parco Nazionale Vulcano Arenal. Cena e pernottamento.

### 4° GIORNO - ARENAL – TORTUGUERO (C/P/C)

---

Questa giornata inizierà all'alba. Dopo un rapido caffè, si partirà per Guápiles, dove si incrocerà la via principale che collega San José con Limón. Qui si gusterà una tipica colazione prima di proseguire per La Pavona / Caño Blanco. Questa zona è importante per la produzione di banane e se ne potranno osservare estesissime piantagioni.

Nei pressi di La Pavona/Caño Blanco ci si imbarcherà per raggiungere il Tortuguero, percorrendo numerosi canali e fiumi. Sistemazione presso il lodge e pranzo.

Nel pomeriggio passeggiata fino al villaggio di Tortuguero, dove è possibile visitare il centro di conservazione delle tartarughe. Cena in lodge.

*Nota: Il bagaglio massimo consentito durante il trasferimento in barca al Tortuguero è di 12 kg. E' possibile lasciare in custodia parte del bagaglio a Guapiles*

### 5° GIORNO - TORTUGUERO (C/P/C)

---

Prima colazione. Di mattina faremo una camminata guidata lungo i sentieri privati del lodge. In seguito avrete del tempo libero per rilassarvi in hotel e poi pranzare. Di pomeriggio tour in barca lungo i canali del Parco Nazionale Tortuguero. **Il Parco Nazionale Tortuguero è una delle aree silvestri con la maggior diversità biologica**, famosa per essere l'habitat de sette specie di tartarughe, circondato da boschi tropicali e da un'esuberante fauna. Cena inclusa.

### 6° GIORNO - TORTUGUERO – PUERTO VIEJO DE LIMON (C/P/-)

---



Prima colazione. Oggi lasceremo il lodge per ritornare prima in barca e poi in bus verso Guápiles. Dopo pranzo, proseguimento verso i Caraibi del sud, in direzione di Puerto Viejo de Limón.

**La zona dei Caraibi si identifica per la sua ricchezza culturale legata alle discendenze africane** ed indigene, che insieme formano una peculiarità tipica di queste zone e dell'intero paese. Sistemazione in hotel.

#### 7° GIORNO - PUERTO VIEJO DE LIMON (C/-/C)

---

Prima colazione. Questa mattina visiterete **un centro di recupero di animali selvatici**, malati o orfani che non sarebbero capaci di sopravvivere da soli nella selva tropicale.

Inoltre camminata all'interno del **Parco Nazionale Cahuita che si sviluppa lungo la costa**, con bellissime spiagge circondate di vegetazione tropicale. Cena con musica sulla spiaggia.

#### 8° GIORNO - PUERTO VIEJO DE LIMON – BOCAS DEL TORO (C/-/C)

---

Prima colazione. Trasferimento a Sixaola dove realizzerete le formalità migratorie per passare la frontiera di Panama e in seguito continuare il viaggio verso Almirante. Qui, salirete su una barca che vi porterà fino a Bocas del Toro.

Quest'isola si trova nell'arcipelago di Bocas del Toro nel Mar dei Caraibi e possiede diverse barriere coralline, una diversità multiculturale e una bellezza naturale con specie esotiche di flora e fauna, il tutto immerso in una tranquilla atmosfera caraibica. Sistemazione in resort sul mare e cena.

#### 9° GIORNO - BOCAS DEL TORO (C/P/-)

---

Dopo la prima colazione tour in barca per visitare la pittoresca e bella spiaggia di Bocas del Drago situata nel lato opposto dell'Isola Colón, circa a 14-17 km di distanza, luogo ideale per lo snorkeling quando le condizioni del mare lo permettono. In seguito, **visiterete un magico posto dove si concentrano decine di stelle marine gigantesche**, Playa La Estrella, dove la natura vi sorprenderà e vivrete un'esperienza unica. Inoltre, avrete del tempo libero per godere delle sue acque cristalline. Pranzo in corso di escursione e rientro in hotel.

#### 10° GIORNO - BOCAS DEL TORO - PANAMA (C/-/C)

---

Prima colazione e ultime ore a disposizione. Trasferimento all'aeroporto dell'Isola Colón per prendere il volo interno che vi porterà a Ciudad de Panamá. Una volta atterrati, un trasferimento vi porterà in **hotel di grande fascino situato nel bellissimo centro storico coloniale**. Resto della giornata libero per primo contatto con la città e per fare qualche acquisto nei suoi negozi.

Panama è una città multiculturale piena di contrasti, eclettica e vivace. È il principale centro culturale ed economico del paese ed offre un'alta offerta culturale e gastronomica. Cena in ristorante.

#### 11° GIORNO - PANAMA (C/P/-)

---

Prima colazione. Escursione al **Parco Nazionale Soberanía e al santuario dei bradipi**, situato nella zona di Gamboa. Una volta lì, raggiungeremo la funivia del parco. Pronti a sorvolare la giungla panamense? Avremo l'opportunità di ammirare la sua natura esuberante sfiorando le cime degli alberi.

Inoltre, da lassù, godremo di viste mozzafiato sul Canale di Panama e sul Lago Gatun. Pranzo e in seguito, continueremo l'escursione andando al santuario dei bradipi, dove avrete modo di vedere questi animali da vicino. Nel corso della visita, impareremo come vivono e come il personale si prende cura di loro, in modo che possano tornare al loro habitat naturale. Un'esperienza unica!

#### 12° GIORNO - PANAMA - ISOLE SAN BLAS - PANAMA (C/P/-)

---

Giornata dedicata all'**escursione alle Isole di San Blas**.

*L'Arcipelago di San Blas rappresenta un ecosistema delicato ed affascinante, costituito da centinaia di atolli*



*disseminati lungo la costa caraibica. È anche la patria degli indios Kuna, che le amministrano con grande autonomia rispetto al governo nazionale. La combinazione di mare caraibico e popolazione autoctona offre uno scenario affascinante per gli amanti dei luoghi insoliti e isolati.*

Di prima mattina ci dirigeremo verso il porto di Dibin. Il tragitto durerà circa due ore e mezza.

Arrivati al molo, ci imbarcheremo su un motoscafo che ci condurrà su una piscina naturale in mezzo al mare. Sì, avete letto bene! Si tratta di un banco di sabbia dove potremo camminare e nuotare circondati da stelle marine. Un'esperienza meravigliosa!

Successivamente, ci dirigeremo verso la prima isola dell'escursione, famosa per la serie La Casa di Carta, Isla Pelicano! Una volta qui, ricaricheremo le pile con un caffè e uno snack e avrete del tempo libero per praticare qualche sport acquatico o, semplicemente, rilassarvi in spiaggia.

Pranzo.

Infine, saliremo nuovamente a bordo della barca e faremo tappa in una comunità Guna per scoprire le tradizioni della popolazione locale. Inizieremo quindi il viaggio di rientro verso Panama per arrivare nel tardo pomeriggio.

*Non incluso*

*Tassa di accesso all'isola di San Blas: 20US\$ a persona.*

*Tassa di accesso a Isla Pelicano: 3US\$ a persona.*

*Teli da mare*

### 13° GIORNO - PANAMA – ITALIA (C/P/-)

---

Prima colazione. Questa mattina visita panoramica della città moderna, continuando verso l'Edificio dell'Amministrazione del Canale, in seguito Le Chiuse di Miraflores con il suo "Centro de Visitantes". Quando tornerete in città, vi fermerete a visitare la "Calzada de Amador" e il suo mercato di artigianato. Infine passeggiata per il centro storico coloniale. Pranzo in ristorante.

In seguito trasferimento in aeroporto e partenza con volo intercontinentale per l'Italia. Pasti e pernottamento a bordo.

### 14° GIORNO - ITALIA (-/-/-)

---

Arrivo in Italia e fine dei servizi.

#### **LEGENDA PASTI:**

(C/-/-) = COLAZIONE INCLUSA

(-/P/-) = PRANZO INCLUSO

(-/-/C) = CENA INCLUSA



## GLI ALBERGHI

CITTÀ	HOTEL	NR. NOTTI
San José	HILTON CARIARI	1
Arenal	ARENAL SPRINGS	2
Tortuguero	EVERGREEN LODGE	2
Pto Viejo Limon	LE CAMALEON	2
Bocas del Toro	LA CORALINA	2
Panama City	CENTRAL PANAMA	3

## QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE IN CAMERA DOPPIA

### LA QUOTA COMPRENDE

- Voli intercontinentali (**voli non opzionati** la quota volo è stimata e deve essere ricalcolata al momento della richiesta)
- Voli domestici in classe economy con 1 bagaglio da 15kg in stiva per persona
- Hotel come sopra indicato, in camera standard salvo diversamente indicato
- Pasti come indicato nel programma
- Guide locali parlanti spagnolo/inglese (italiano soggetto a riconferma e solo a Panama)
- Tutti i trasferimenti con veicolo condiviso
- Tasse di ingresso ai parchi/musei/monumenti durante le visite guidate
- Gadget e guida di viaggio
- Assistenza telefonica 24h
- **Assicurazione medico, bagaglio e annullamento Top Pianeta Gaia**

### LA QUOTA NON COMPRENDE

- Quota iscrizione
- Tasse aeroportuali
- Bevande e pasti non espressamente indicati nel programma
- Mance, extra e tutto quanto non espressamente indicato alla voce "Servizi inclusi"

