



# Naturparadies Costa Rica

*Wir entdecken die Vulkane, Regenwälder und Nationalparks dieses paradiesischen Landes! Mehr über das tägliche Leben und die sinnlichen Genüsse der Region erfahren wir von den freundlichen „Ticos“, wie die Costa-Ricaner sich nennen, beim Besuch einer Ananas- und einer Kakaoplantage und auf einer Kaffeefinca. Zwei Kochkurse laden dazu ein, die Küche des Tropenparadieses auch aktiv zu erleben und mit allen Sinnen zu genießen!*

**1. Tag: Anreise nach Costa Rica** Flug nach San José. Nach Ankunft fahren wir zu unserem Hotel im idyllischen Vorort Alajuela. Willkommen im Herzen Mittelamerikas!

**2. Tag: Von Alajuela nach Sarapiquí** Was wäre passender zu Beginn einer Costa Rica Reise als der Besuch einer Kaffeepflanzung? Wir besuchen die Familie Vargas-Ruiz, die seit über 70 Jahren ihre Plantage betreibt und zu den Pionieren der nationalen Kaffeeproduktion zählt. Wir sehen die Saatbeete, die älteste Feucht-Kaffeeverarbeitungsanlage des Landes und werden in den Produktionsprozess eingeführt. Schließlich erreichen wir die Rösterei, den aromareichsten Teil der Tour. Am Ende der Tour haben Sie sicherlich Lust, einen

leckeren Kaffee zu probieren oder ein Andenken für zu Hause mitzunehmen. Nach dem Mittagessen überqueren wir die Zentral-Kordillere und besichtigen den Archäologischen Garten Alma Ata, der einen Einblick in die Lebensweise der Urbevölkerung vermittelt. Anschließend erreichen wir unsere Lodge inmitten idyllischer Natur, wo uns der Herr des Hauses persönlich bekocht. 90 km (F, M, A)

**3. Tag: Baumprojekt und Bootsfahrt** Wir nutzen die Gelegenheit, nachhaltig aktiv zu werden und pflanzen im Rahmen eines Aufforstungsprojektes

einen Baum. Den Rest des Vormittags können Sie in Ihrer Lodge entspannen und die Natur genießen – oder Sie nehmen an einem optionalen Besuch der biologischen Station La Selva teil und entdecken bei einem Spaziergang den Regenwald. Zusammen geht es danach in den Hauptort Puerto Viejo, in dem wir das bunte Treiben beobachten können, bevor wir bei einer Bootsfahrt auf dem Rio Sarapiquí Ausschau nach Krokodilen, Leguanen und bunten Wasservögeln halten. Tagesabschluss ist der Einblick in die Geheimnisse der costa-ricanischen Küche, bei der wir allerlei über den Anbau und Verarbeitung hiesiger Spezialitäten lernen. 20 km (F, A)

**4. Tag: Regenwald und Spezialitäten Zentralamerikas** Nach dem Frühstück steht eine ausgedehnte Regenwalderkundung an. Im biologischen Reservat Tirimbina werden wir mit etwas Glück verschiedene Tiere beobachten können: Affen,

Faultiere, Nasenbären, Gürteltiere und natürlich zahlreiche Vogelarten. Beim Besuch einer Kakaoplantage erfahren wir anschließend alles Wissenswerte über Anbau und Verarbeitung der kleinen braunen Bohne und wie daraus die

köstliche Schokolade entsteht. Am Nachmittag nehmen wir den Anbau der Ananas etwas genauer unter die Lupe. Dazu besuchen wir die Familie Gómez auf ihrer Finca Surá in Chilamate de Sarapiquí. Neben Ananas werden hier auch

**Kochkurs im Regenwald**  
**Manuel-Antonio-Nationalpark**  
**Aktive Mithilfe bei einem Aufforstungsprojekt**



