

Nivel técnico

3-4 de 5 (medio/alto)

[Ver detalle](#)

Fechas de salida 2016

Junio 13 - 24
Septiembre 12 - 23
Octubre 15 - 25

Precio 2.850 €
Tasas aéreas 290 €
Hab. Individual 320 €
Supl. Vuelo desde 12 Sep 250 €

Tamaño Grupo

Min 2 y máx 10 personas

Dificultad del terreno

Pedaleo con terreno suelto e inclinado.

Duración viaje

12 días/11 noches

Días en Bici

8 días

Horas de bici/día

6/7 horas con paradas

Kilometros en bici

396 Km aprox

Altitud máx alcanzada

2.557 m

Tipo de viaje

Aventura y naturaleza en bicicleta de montaña.

COSTA RICA: PAISAJES TROPICALES Y EL PACÍFICO EN BICICLETA DE MONTAÑA

Viaje a Costa Rica en bicicleta de montaña con vehículo de apoyo cada día y un guía que nos acompaña en esta exótica aventura. Recorreremos la zona central y el Pacífico, lo mejor que podemos hacer en 11 días de viaje, visitando los pueblos coloniales, volcanes, paisajes tropicales de ensueño, lagos, playas de arena blanca y acantilados...Recorreremos en bicicleta kilómetros de divertidas pistas y a veces complicadas, muchas exigentes con desniveles, carreteras llenas de baches que tendremos que ir sorteando, los más habilidosos tendrán en estos días su gran recompensa.

Nos esperan días de cansancio pero tambien de grandes y bonitas sorpresas, sonrisas y gente hospitalaria y acogedora que nos recibirá en cada pueblo.

Un viaje lleno de experiencias y de convivencia...con todo esto, es fácil elegir Costa Rica para descubrirlo de otra manera, en bicicleta, mucho mejor.



[Visita nuestra Galeria de Fotos](#)

Puntos DESTACADOS

- * Descenso desde el Volcán Poas con 2.708 m de altura.
- * Recorrido por las faldas del activo Volcán Arenal.
- * El paraíso tropical en Guanacaste y playas vírgenes del Pacífico.
- * Manuel Antonio, uno de los parques naturales más bello del mundo

RESERVAS WEB

Puedes tramitar tu reserva a través

Web

Necesitamos tus datos personales completos, pasaporte escaneado y número de DNI.

Un pago a cuenta del 40% del total del viaje por transferencia o con Tarjeta

PARA MAS INFORMACION

Telf. 34 91 522 8681

Email

SERVICIOS INCLUIDOS

- Vuelo ciudad de origen/San José/Ciudad de origen (conexiones intermedias)
- **Bicicleta, casco y utensilios de reparación**
- Recepción en el aeropuerto de San José a la llegada.
- Traslados especificados.
- Transporte en vehículo privado especificado en el itinerario
- Alojamientos en hoteles de categoría turista y lodge en habitaciones dobles con baño privado (según cuadro).
- Alimentación según cuadro basada en desayuno y almuerzo.
- Ferry Montezuma/Manuel Antonio
- Guía experto para toda la ruta
- Tasas aéreas (importe aprox.)
- **AXA Seguro de asistencia en viaje, 2.000 € gastos de cancelación**

SERVICIOS NO INCLUIDOS

- Vuelos nacionales
- Alimentación no especificada en el cuadro.
- Equipo personal
- Entrada a Manuel Antonio (10 usd por parque)
- Visitas y actividades opcionales y las no especificadas..
- Extras personales, como bebidas (fuera de las rutas de bicicleta), lavandería, teléfono...etc.
- Propinas.
- Cualquier otro concepto no mencionado como incluido.
- Visado
- Tasas por el transporte de la bicicleta con la compañía aérea
- Tasas de aeropuerto

DÍAS	ITINERARIO	ALIMENTACIÓN	ALOJAMIENTOS
1	Vuelos Ciudad de origen/San Jose	../..	Hotel turista
2	San Jose/Volcán Poas/Quesada/Florenca	D/A..	Hotel turista
3	Florenca/La Fortuna	D/A..	Hotel turista
4	La Fortuna/Nuevo Arenal	D/A..	Lodge
5	Nuevo Arenal/Cañas/Tamarindo (Pacífico norte)	D/A..	Hotel turista
6	Tamarindo/Playa de San Juanillo	D/A..	Hotel turista
7	Playa San Juanillo/Playa Samara	D/A..	Hotel turista
8	Samara/Montezuma	D/A..	Resort
9	Montezuma/Manuel Antonio	D/A..	Hotel turista
10	Manuel Antonio/Puriscal/Santa Ana/San Jose	D/A..	Hotel turista
11	Vuelo San Jose/Ciudad de origen	D/../..	-----
12	Ciudad de origen		

D.- desayuno A.-almuerzo C.- cena P.- picnic

ITINERARIO PREVISTO

DÍA 1.- SAN JOSE

A la llegada a San José de Costa Rica, nos esperan en el aeropuerto, para el traslado al hotel.

SAN JOSE DE COSTA RICA

Fundada por los españoles en 1.737, no fue capital de la nación hasta 1.823. Se encuentra en un fértil valle a 1160m de altitud que se eleva a más de 1.000 metros rodeado de montañas y cafetales. La mayor parte de los edificios públicos, así como los más notables se encuentran en la confluencia de la avenida Central y la calle Central; por esta zona se encuentran el teatro Nacional, la catedral, el palacio Nacional, el parque Central y el museo Nacional, erigido sobre el emplazamiento que ocupó un antiguo cuartel. El museo, guarda importantes colecciones de arte precolombino y cuenta asimismo con salas dedicadas a la historia de Costa Rica, en las que se puede ver, entre otras cosas curiosas, detalles referentes a la guerra contra los filibusteros en 1.856, y a los orígenes del cultivo del café. San José posee asimismo uno de los museos más valiosos de toda América: el museo del Oro del banco Central, que guarda más de 1.600 piezas de oro, rescatadas de cementerios indígenas y diversas excavaciones.

DÍA 2.- SAN JOSE/VOLCÁN POAS/QUESADA/FLORENCIA

Bici: 78 km y 100% carretera pavimentada

Altitud: 2.557m

Ascenso: 955m

Por la mañana muy temprano, preparación de las bicicletas para salir en vehículo, unas 3 hrs aprox., hacia el volcán Poas (2.708m), uno de los Parques más antiguos de Costa Rica y de los volcanes eruptivos más importante del país, cuyo cráter es un lago de agua de color verde, rodeado de un bosque nuboso con gran variedad de especies animales, ardillas, aves, saínos y gran variedad de flora orquídeas, bromelias etc....Después de recorrer la zona y de disfrutar con este entorno tan especial, descenderemos ya en bicicleta hacia la ciudad de Quesada (650m). Allí nos espera nuestro vehículo que nos llevará hasta el pequeño pueblo de Florencia.(215 m)

DÍA 3.- FLORENCIA/LA FORTUNA

Bici: 40 km y 100% carretera pavimentada

Altitud alcanzada: 335m desnivel + 560m (ruta por la mañana)

Altitud alcanzada: 520m desnivel + 270m (ruta por la tarde)

Por la mañana muy temprano salida en bicicleta ya desde el hotel con dirección a la ciudad La Fortuna, conocida por tener cerca otro de los volcanes más famosos del mundo, El Arenal. Tendremos oportunidad de recorrer esta pintoresco pueblo colonial y después del almuerzo podremos continuar en bicicleta recorriendo la zona y disfrutando de los paisajes tan especiales que nos ofrece la zona.

VOLCÁN ARENAL

Situado a 7 km de la Fortuna y a con una altura de 1.670 m, cuenta con un área es de 33 km cuadrados y cuya forma es la de un cono perfecto. Se ha mantenido en constante actividad desde el 29 de Julio de 1968, posee dos paisajes diferentes, uno cubierto con una exuberante vegetación que alberga una diversidad de fauna silvestre y una zona agreste de coladas de lava y arenas resultado de las erupciones.

Su observación se da tanto de día como de noche, debido a la posibilidad de disfrutar de algunas de sus constantes explosiones y erupciones.

DÍA 4.- LA FORTUNA/NUEVO ARENAL

Bici: 40 Km y 100% carretera pavimentada

Altitud alcanzada: 700m desnivel + 570m

Salida del hotel por una carretera con bastante desnivel y pavimentada que nos llevará alrededor del lago Arenal con excelentes vistas sobre el volcán Arenal y sus montañas, continuación hasta el Nuevo Arenal, uno de los pueblos más pintorescos de la zona. Llegada al lodge y tiempo libre para disfrutar de la zona.

DÍA 5.- NUEVO ARENAL/CAÑAS/TAMARINDO (PACÍFICO NORTE)

Bici: 42 km y 100% carretera pavimentada

Altitud alcanzada: 710m desnivel + 610m

Salida en bicicleta hacia Cañas unos 40 Km aprox, situada ya en la provincia de Guanacaste, conocida por ser una paraíso tropical, de playas vírgenes, montañas y majestuosos volcanes, con este entorno y en dirección al Pacífico continuamos a Tamarindo ya en vehículo, por una carretera con desniveles hasta llegar a una pequeña ciudad costera, que conserva un espíritu "hippy" y su buen ambiente. Llegada al hotel y resto del tiempo libre para recorrer la zona.

DÍA 6.- TAMARINDO/PLAYA DE SAN JUANILLO

Bici: 50 Km 20% carretera pavimentada y 80% pista

Altitud alcanzada: 50m desnivel + 400m

Hoy nos toca disfrutar de un merecido descanso y aprovecharemos la mañana para darnos un baño en playa o un recorrido por el pequeño pueblo. Por la tarde y ya con la bicicleta preparada, exploraremos la costa del Pacífico llegando a la playa de San Juanillo por una pista con bastantes desniveles y algo difícil, pero tendremos nuestra recompensa disfrutando de un paisaje sin igual, playas de arena blanca, aguas cristalinas de color turquesa, curiosas formaciones rocosas....una de las zonas muy pintoresca del Pacífico Norte, donde se respira mucha tranquilidad y tendremos la oportunidad de vivir una experiencia única. Alojamiento en hotel

DÍA 7.- PLAYA SAN JUANILLO/PLAYA SAMARA

Bici: 55 km y 20% carretera pavimentada

Altitud alcanzada: 100m desnivel + 550m

La ruta exigente también de hoy nos lleva desde Playa San Juanillo a playa Samara, una playa típica del golfo de Nicoya que además de ser tranquila y bonita es conocida por el buen trato de sus amables gentes. La carretera es muy dura, con importantes desniveles y un piso inestable sin separarnos del acantilado donde no perdemos la vista a playas desiertas de arena volcánica que nos incitaran en más de una ocasión a darnos un merecido baño para continuar nuestra ruta hasta Samara. Los últimos 13 km se complican por el cansancio acumulado de los días y de esta jornada, en algún momento decidiremos hacerlos a pie...pero la jornada de hoy es así y Samara es un pequeño pueblo especialmente acogedor que nos espera a nuestra merecida llegada al hotel. Tiempo libre para descansar y reponer fuerzas.

DÍA 8.- SAMARA/MONTEZUMA

Bici: 55 km y 10% carretera pavimentada,90% pista

Altitud alcanzada: 170m desnivel + 760m

Hoy nuevamente tenemos un día espectacular de costa pero intenso....comenzaremos muy pronto por la mañana pedaleando hacia la playa Montezuma, rodeados de naturaleza tropical, bosques, zonas rocosas, cascadas, pequeños arroyos y estanques de gran belleza, así será la pista por la que llegaremos a nuestro objetivo del día, no exentos de desniveles, cuevas, baches.....pero siempre disfrutando del entorno y de los amables lugareños. Llegada al resort y tiempo libre para descansar y comentar los mejores momento del día.

DÍA 9.- MONTEZUMA/MANUEL ANTONIO

Por la mañana salida en ferry hasta Manuela Antonio. Hoy tenemos el día dedicado a disfrutar de uno de los 12 parques nacionales más bellos del mundo, así está considerado Manuel Antonio, sus

impresionantes paisajes, múltiples playas de arena blanca, exuberante vegetación, grandes montañas y bosques. Así será nuestro día de descanso....

Alojamiento en hotel.

P. N. MANUEL ANTONIO

Es una pequeña isla biológica dentro de un área sometida a diferentes actividades, como la agricultura, la ganadería y un alto desarrollo turístico, parte del bosque se encuentra en proceso de regeneración, pues en el pasado fue objeto de una extracción selectiva de árboles maderables

Situado en una zona de bosque muy húmedo tropical, el manglar cubre aproximadamente 18 ha y está constituido por tres especies: mangle colorado, mangle blanco y mangle negro. En la vegetación de playa sobresale el manzanillo (árbol que posee una sustancia lechosa y frutos venenosos), el almendro, el roble sabana y el coco. Entre la fauna más sobresaliente encontramos el mapache, el pizote, el perezoso de dos dedos, el mono carablanca, el mono tití (subespecie endémica del parque que se encuentra en peligro de extinción debido a la destrucción de su hábitat y su utilización como mascota). En el área también es frecuente observar especies de aves como el tucancillo, el pelícano, el gavilán pescador y el martín pescador verde. Además pueden verse iguanas. La fauna marina es muy exuberante, con morenas, peces ángel, erizos y estrellas de mar.

DÍA 10.- MANUEL ANTONIO/PURISCAL/SANTA ANA/SAN JOSE

Bici: 36 Km y 100% carretera pavimentada

Altitud alcanzada: 1.200m desnivel + 790m

Hoy tendremos nuestra última jornada de bicicleta por estos parajes. Por la mañana muy temprano, saldremos en vehículo hasta Puriscal, un hermoso pueblo a las afueras de San Jose donde cogeremos nuestras bicicletas y por una carretera preciosa nos llevará hasta Santa Ana donde nuevamente nuestro vehículo nos espera para llevarnos al hotel en la ciudad. Llegada y resto del tiempo libre para preparar el regreso y cerrar esta experiencia.

DÍA 11.- SAN JOSE. TRASLADO DE SALIDA

Hotel hasta las 12.00 hrs

A la hora indicada, traslado al aeropuerto. Llegada y fin de los servicios.

INFORMACIONES PRÁCTICAS DEL VIAJE

DOCUMENTACION

- Pasaporte en vigor, con una validez mínima de 6 meses.
- No hace falta visado para ciudadanos de la Unión Europea siempre que la estancia sea inferior a 90 días.

* Para conocer la situación actual del país consultar la página WEB del Ministerio de Asuntos Exteriores

**Ministerio Asuntos
Exteriores**

SANIDAD

IMPRESCINDIBLE consultar cualquiera de los Centros de Vacunación Internacional autorizados ya que pueden ser recomendables vacunas y tratamiento antipalúdico, cuya prescripción deberá realizarse de forma personalizada.

**Centros de
Vacunación**

SEGURO ASISTENCIA EN VIAJE Y GASTOS DE CANCELACION



Incluido en el precio Seguro de asistencia en viaje y gastos de cancelación:

VIP PLUS 2000 EXPERIENCE 2.000

Póliza específica para viajes combinados, con práctica de deportes de aventura. Incluye garantías sanitarias, **2.000 eur en gastos de cancelacion** e incumplimientos de compañías transportistas

Ver Condiciones
VIP PLUS

Consultar otras opciones con Garantías superiores.

ALOJAMIENTO

Hoteles de categoría turista en habitaciones dobles con baño privado, lodge y resort

El listado de alojamientos definitivos será entregado con la documentación 10-12 días antes de la fecha de salida y pueden sufrir algún cambio con los que aparecen en este listado:

Hotel Casa Conde:	http://www.grupocasaconde.com
Hotel Tilajari:	http://www.tilajari.com
Hotel San Bosco:	http://www.hotelsanbosco.com
Ceiba Tree Lodge:	http://www.ceibatree-lodge.com
Tamarindo Vista Villas:	http://www.tamarindovistavillas.com
Cabinas Punta India:	http://www.puntaindia.com
Hotel Guanamar:	http://www.hotelguanamar.com
Ylang Ylang Beach Resort:	http://www.ylangylangbeachresort.com
Hotel Karahe:	http://www.karahe.com

Se puede solicitar habitación 'a compartir', para evitar el suplemento individual. Hasta que el grupo no esté cerrado, no podremos garantizar este servicio, ya que SOLAMENTE depende, que otra persona en el grupo también desee compartir habitación. Para ello, tomaremos como referencia la fecha de la recepción del depósito y se confirmará lo antes sea posible.

Consultar al tramitar la reserva. Gracias

ALIMENTACION

Excepto el día de llegada, está incluido el desayuno en los hoteles y/o alojamiento correspondiente y almuerzo de cada día será en base a picnic o en restaurantes locales típicos de la zona donde estemos. Las cenas que no están incluidas es porque hay gran variedad para poder elegir cada noche, el guía podrá orientar y sugerir cuando se le consulte, sin mayor interés por ninguno.

DIVISAS

La unidad monetaria es el colón (CRC).

Puedes consultar la equivalencia en

Convertor divisas

Recomendable llevar USdólar o Euros, es posible realizar el cambio en aeropuerto, hoteles y bancos en las grandes ciudades. En zonas rurales conviene llevar moneda local. Una vez finalizado el viaje conviene realizar el cambio porque fuera de Costa Rica esta moneda no cotiza. Tarjetas de crédito son aceptadas en restaurantes y hoteles y para el pago de actividades extras de importes grandes.

PROPINAS

Cada vez son más frecuentes y en lo que al viaje se refiere, las personas que en un momento u otro están en contacto con el viajero y le prestan algún tipo de servicio esperan una compensación económica (guias, conductores, maleteros, camareros.....).

Están en función del grado de satisfacción con el servicio recibido y sugerimos la cantidad de 3-4 Us dólar/€ por persona y día al guía y la mitad al conductor y ayudantes o cocinero.

CLIMA

Costa Rica presenta un clima variado según la altitud de las tierras. Su clima tropical es cálido y húmedo en las llanuras costeras hasta los 1.000 m, con una temperatura media o promedio anual de 28 °C.

En el interior de la meseta Central el clima se vuelve más agradable, con una temperatura anual entre los 15 y los 25 °C. A partir de los 2.000 m. de altitud el clima es frío. La estación de lluvias se extiende desde mayo hasta noviembre y son muy abundantes en la costa del Caribe. El promedio de precipitaciones anuales es superior a los 2.500 milímetros

TASAS DE AEROPUERTO

Son impuestos por la utilización de los aeropuertos que se pagan en efectivo directamente, antes de realizar el embarque.

San José: 26 dólares aprox.

INFORMACIONES TÉCNICAS

DIFICULTAD DEL VIAJE

Este viaje está clasificado en el nivel 3-4 de 5 (medio/alto), diseñado para viajeros con algo de experiencia en bicicleta de montaña, los recorridos son de dureza media, entre el nivel 3 pero con jornadas más exigentes y cansadas en la zona del Pacífico, clasificadas como nivel 4.

Recorreremos pistas, carreteras asfaltadas con irregularidades, terreno suelto e inclinado en la zona del Pacífico con cortos y exigentes ascensos y descensos.

La duración de cada día está prevista entre las 6/7 horas aprox con paradas y vamos a recorrer un total de 396 Km aprox en bicicleta.

Durante las jornadas de descanso y en todo momento, la organización y el guía del grupo serán flexibles a posibles cambios que fueran necesarios en el recorrido del día siguiente ya sea por la dureza ó por el interés del mismo, ajustándose a las condiciones climatológicas.

Flexibilidad para adaptarse a cada participante durante los recorridos planteados por la organización teniendo en cuenta de que todos y cada uno de las jornadas tienen final de ruta en los lugares señalados.

VEHÍCULO DE APOYO

El vehículo de apoyo siempre va cerca, cualquier incidencia y/o cansancio durante la ruta, siempre es posible continuar en vehículo hasta llegar al alojamiento.

En caso que vayamos por pistas, senderos donde el vehículo no pueda tener acceso, siempre tendremos puntos de encuentro con él a lo largo del recorrido.

Los guías son expertos conocedores del terreno y con conocimientos de primeros auxilios. Todo el equipaje y carga va en el vehículo. Sólo tienes que llevar una pequeña mochila con agua, cortavientos, forro etc.. y objetos personales, el resto lo lleva el vehículo

NO LLEVES TU BICICLETA

Existe la posibilidad de alquilar la bicicleta en destino, siendo más cómodo y seguro. Además no tendrás que ocuparte de ninguna incidencia, pinchazos etc..porque el guía se hace responsable de todo, incluso en nuestra organización llevamos 1 ó 2 bicicletas adicionales, por si acaso fuera necesario.

EQUIPO DE BICICLETA

- Bicicleta
- Casco (obligatorio)
- Silbato (recomendable)
- Mochila pequeña (de unos 15/20L)
- Gafas de sol
- Crema protectora (factor alto)
- Ropa de abrigo, lluvia y corta vientos.
- Guantes cortos
- Guantes largos de abrigo
- Guantes largos impermeables para países de climas fríos
- Ropa cómoda para la bicicleta, Maillot/Culote (Recomendable corto y largo de abrigo)
- Siempre contaremos con material de protección para el frío, la lluvia y el viento sobre la bicicleta, este puede ser más ligero para aquellos que lo precisen o usar el mismo que llevaremos como material recomendado.
- Zapatillas cómodas para bicicleta, automáticas o deportivas dependiendo del tipo de pedales, para aquellos que contraten las bicicletas de alquiler en destino, podrán llevar sus pedales automáticos desde España para ponérselos allí.
- Cantimplora ó sistema de hidratación
- Linterna ó frontal y pilas de repuesto

PARA AQUELLAS PERSONAS QUE LLEVEN SUS BICICLETA DESDE LA CIUDAD DE ORIGEN

- Utensilios de reparación, herramientas, cámaras, parches, bomba de hinchar, troncha cadenas, sirgas de freno y cambios, zapatas, pastillas de freno, etc..
- Se recomienda llevar siempre algún tornillo de sobra de las diferentes partes de la bicicleta.
- Cinta Americana o adhesiva para reparación
- Parrilla trasera para aquellos que quieran transportar la mochila sobre ella.

En este caso No se cuenta con apoyo mecánico para las reparaciones aunque existirá la colaboración del personal de la organización y del propio grupo.

Se aconseja llevar la bicicleta en perfecto estado antes de empezar el viaje especialmente la cadena, los cambios y las ruedas.

Recordar que nuestros petates ó maletas irán siempre transportados por nuestros vehículos de apoyo, en las bicicletas iremos solo con el material justo y necesario para la actividad y sin ningún peso extra.

NOTA: para cumplir con la normativa de las compañías aéreas las bicicletas han de ir siempre bien embaladas en bolsas o preferentemente en cajas de cartón para evitar roturas con los golpes, las ruedas han de ir siempre deshinchadas, los pedales desmontados y el manillar girado, la caja ha de ir completamente cerrada y bien precintada, conviene proteger bien los cambios y zonas débiles de la bicicleta con espuma o plástico de burbujas para los golpes.

A TENER EN CUENTA: A la hora de pensar en el transporte de las bicicletas, tener en cuenta que hay que pagar un porte que nos pone la compañía aérea y que en condiciones viene a ser lo mismo que el alquiler de la propia bicicleta en destino. Consultar dicho suplemento al tramitar la reserva.

EQUIPO Y MATERIAL RECOMENDADO PARA EL VIAJE

Ropa cómoda de viaje adaptada a un clima cálido y húmedo.

Mochila ligera para objetos personales/ calzado deportivo /sandalias de goma/ capa de lluvia/ bañador y toalla.

Gorro y gafas de sol/ navaja multiusos/ bolsas de plástico.

Bolsa de aseo (incluir toallitas húmedas, crema protección solar, protector labial).

Prismáticos y material fotográfico.

BOTIQUIN

Antibiótico de amplio espectro / analgésicos (Aspirina, Gelocatil, Nolotil...) / antiácido/ anti-inflamatorio/ antidiarreico/ antihistamínico/ laxante/ pomada antibiótica/ desinfectante/ algodón/ tiritas/ venda/ esparadrapo/ repelente de mosquitos/ recomendable pomada o gel de recuperación para después de la bicicleta/vaselina.

Nota. Es importante que el lleves el equipo adecuado, para disfrutar del viaje. Si dudas algo consúltanos que podamos informarte.

*Las informaciones contenidas en este dossier, han de tomarse única y exclusivamente a título informativo, estando sujetas a posibles variaciones.

Viajes Trekking y Aventura declina toda responsabilidad por cualquier circunstancia derivada de una interpretación errónea de la información arriba publicada.



Trekking y Aventura S.L
www.trekkingyaventura.com