Costa Rica

Caminatas en los parques naturales entre el Caribe y el Pacífico

Especial Semana Santa

Salida 22 Marzo

Un viaje a Costa Rica a través de sus más interesantes reservas naturales. Siguiendo nuestro estilo de viajes, hemos incluido diferentes caminatas por los senderos de las reservas naturales, baños en aguas termales, en las aguas del Caribe y la observación del quetzal.

Las costas

La vida en los tranquilos arrecifes coralinos caribeños y las agitadas aguas del Pacífico

Los parques

Volcanes activos, estanques de lodo hirviendo, bosques tropicales y fuentes termales

Tortuguero

La selva se abre en manglares sobre el mar Caribe, donde miles de tortugas acuden a poner sus huevos

c/Rodriguez San Pedro 2,piso 9,oficina 909 · 28015 Madrid · Spain +34 915 228 681
www.trekkingyaventura.com info@trekkingyaventura.com
CIC MA 1038

DIA	ITINERARIO	ALIMENTACION	ALOJAMIENTOS
1	Vuelo ciudad de origen/San José	../../..	Hotel
2	San José/Volcán Irazú/Cartago/San Gerardo de Dota	D/../..	Hotel
3	San Gerardo de Dota: caminata/Manuel Antonio	D/P/..	Hotel
4	Parque Nacional Manuel Antonio	D/../..	Hotel
5	Manuel Antonio/P.N. Carara/Tárcoles/Monteverde	D/P/..	Hotel
6	Reserva biológica Monteverde/Arenal	D/../..	Hotel
7	P. N. del Volcán Arenal. Caminata Senderos Bosque 1968	D/../..	Hotel
8	Arenal/Parque Nacional Canales de Tortuguero	D/A/C	Lodge
9	P. N. Canales de Tortuguero. Navegación por los canales/San José	D/A/..	Hotel
10	San José. Visitas. Traslado aeropuerto/vuelo de regreso	D/../..	Vuelo
11	Llegada a ciudad de origen	------	-----

Desayuno **D** Almuerzo **A** Cena **C**

ITINERARIO DETALLADO

DÍA 1.- VUELO CIUDAD DE ORIGEN/SAN JOSÉ
Embarque en vuelo con destino a San José. Llegada, traslado al hotel al hotel y alojamiento.
Traslado en vehículo: 20 km-35 min

DÍA 2.- SAN JOSÉ/VOLCÁN IRAZÚ/CARTAGO/SAN GERARDO DE DOTA
Después del desayuno salida temprano hacia el Volcán Irazú. Caminata.
Continuamos nuestro viaje hacia la ciudad de Cartago. Visitaremos la Basílica Nuestra Señora de Los Ángeles, en honor a la Negrita, la Santa Patrona del país. Justo al lado encontramos las ruinas de una iglesia que nunca se completó debido a un terremoto.
Terminamos la visita en el mercado municipal de la ciudad, ubicado en el corazón de la provincia e históricamente administrado por la Municipalidad de Cartago. Es el principal referente comercial del centro de Cartago. Su infraestructura cuenta con más de 109 años de existencia y fue declarado de interés histórico, por Ley 5397 en el año 1991. El Mercado Municipal de Cartago funciona todos los días de la semana ofreciendo a la ciudadanía todo tipo de productos y servicios. La feria del Agricultor se desarrolla en los pasillos externos del mercado de jueves a domingo.
Salida hacia San Gerardo de Dota. Alojamiento en el hotel.

Volcán Irazú
Situado a 31 kilómetros al norte de Cartago, el volcán culmina a 3.432 metros de altitud dentro del Parque Nacional Irazú. Su nombre viene de un pueblo indígena llamado Istaru (que significa terremoto, temblor) que habitaba al pie del volcán. Su cráter de 1.050 metros de diámetro se abre sobre un impresionante lago de color verde esmeralda. Su última erupción importante se remonta a 1.963: Durante diez años el volcán Irazú escupió cenizas negras.

Cartago
Cartago fue la capital de Costa Rica en 1.823. Después de haber apoyado la adhesión de Costa Rica al Imperio Mexicano defendido por el general Iturbide, fue retirada de su estatus en beneficio de San José, después de la victoria de los independientes en 1.823. En 1.841 y 1.910, terremotos violentos destruyeron casi por completo el patrimonio histórico de la ciudad, sin embargo, hoy es posible visitar varios restos de este período, como la iglesia parroquial que nunca fue reconstruida.

Trayecto en vehículo: San José-Volcán Irazú 57km/2h; Volcán Irazú-Cartago 32km/1,30h; Cartago-San Gerardo de Dota 72km/2,30h

DÍA 3- SAN GERARDO DE DOTA. CAMINATAS/MANUEL ANTONIO
Salida muy temprano por la mañana a la búsqueda del resplandeciente Quetzal, una de las aves más llamativas del mundo. Continuamos la caminata en esta reserva biológica privada de casi 400 has., con una red de 30kms. de senderos, cuya biodiversidad atrae a investigadores y científicos de todo el mundo.
Seguidamente realizaremos una caminata de descenso del Cerro de la Muerte.
Situado en esta región de bosque primario y secundario de mediada altitud (de 2.200 a 2.400 m.), descubrimos gran riqueza en cuanto a su biodiversidad; habitan 71 especies endémicas del país, destacándose tucanes, picos verdes, trogonidos y el famoso quetzal, ave mítica cuyas plumas adornaban la cabeza de los mayas. Almuerzo pic-nic incluido.
Para aquellos que no deseen realizar el trekking: caminata corta y ligera por los senderos de la Reserva biológica Savegre hasta el mirador

Salida hacia la costa del Pacífico, Dominical, un pequeño balneario entre los surfistas. Continuación hasta Manuel Antonio. Llegada y alojamiento en el hotel.

Caminata Cerro de la Muerte:5 h - 12 km -Terreno pendiente descendente y barro -Dificultad "avanzada" -Desnivel: -1.004 m.
Caminata senderos Reserva Biológica Savegre: 1,30h - 2 km.
Trayecto en vehículo: San Gerardo de Dota-Dominical 80km/2,30h; Dominical-Manuel Antonio 50km/1h

DÍA 4.- PARQUE NACIONAL MANUEL ANTONIO
Desayuno. Visita del Parque Nacional Manuel Antonio, uno de las reservas naturales más visitado de Costa Rica. Cubierto por un bosque de transición donde se encuentran bosques tropicales secos y húmedos y varias playas de arena blanca.
Entre los animales del parque se encuentran monos capuchinos de cara blanca, monos aulladores, coatíes, agutíes, iguanas, perezosos, mapaches, cangrejos coloridos y gran cantidad de aves. La segunda playa del Parque, conocida como Playa Manuel Antonio, es una bahía protegida que, con sus aguas tranquilas, es un lugar ideal para nadar.
Tarde libre.

DÍA 5.-MANUEL ANTONIO/P.N. CARARA/TÁRCOLES/MONTEVERDE
Después del desayuno, salida hacia la región de Carara.
Carara es un lugar ideal para la observación de aves de bosque seco tropical y también especies endémicas del Pacífico Sur. Este ecosistema de transición es obligatorio para los entusiastas de la naturaleza. Almuerzo picnic incluido.
Seguimos nuestra ruta hasta Tárcoles, donde se encuentra el río con el mismo nombre, hogar de la colonia de cocodrilos más grande del país.
Nos detendremos sobre el puente del río sobre el Río Tárcoles para observación de cocodrilos.
Continuación hacia el área de Monteverde, famosa por su bosque nuboso. Esta área silvestre ha sido creada para proteger la flora, la fauna y los recursos hídricos, y para llevar a cabo tanto estudios científicos como programas de educación ambiental.
Traslado al hotel. Tarde libre.
Opcional: Sky Tram, Sky Trek en Treetopia y Sly Tram en Treetopia

Parque Nacional Carara
En lengua indígena Huetar significa "Río de lagartos". Cuenta con el único bosque de transición del Pacífico Central, lo que se traduce en diversidad de flora y fauna, donde convergen especies propias de los bosques seco y húmedo. Con casi el 47% de todas las especies de aves reportadas en Costa Rica, es uno de los sitios más importantes del país, para la observación de aves en estado natural y donde sobresale la Lapa Roja (Ara macao), especie que se encuentra en peligro de extinción. El parque cuenta con cinco senderos, de los cuales uno es de acceso universal y Carara es de hecho, el primer parque nacional en contar con este tipo de senderos.
Trayecto en vehículo: Manuel Antonio-P.N. Carara 95km/2h; P.N. Carara-Puente Río Tárcoles 3km/10 min; Tárcoles-Monteverde 100km/3h

DÍA 6.- RESERVA BIOLÓGICA DE MONTEVERDE/ARENAL
Desayuno. Visita de la Reserva Biológica Monteverde. Cruzaremos desde Monteverde hasta el lago Arenal (4 horas).
Seguimos nuestra ruta hacia Arenal, cruzando una gran área de agricultura y ganadería.
Llegada a la población de La Fortuna. Traslado al hotel.

Reserva Biológica de Monteverde
Fundada en 1950 por los cuáqueros de Alabama. Es un bosque tropical húmedo que además de albergar abundante flora y fauna como ranas, alimenta los múltiples valles circundantes. La reserva está habitada por un centenar de especies de mamíferos como el jaguar, el ocelote y el tapir Baird, cuyas huellas se pueden observar. También se encuentran hasta 120 especies de anfibios y reptiles, así como más de 400 especies de aves, formando un verdadero paraíso ornitológico.

P.N. Arenal
Por su riqueza natural y geológica, el Arenal se ha convertido en una visita imprescindible. Con su cono casi perfecto, este volcán da nombre a un parque nacional en el área noroeste de Costa Rica. Su selva, biodiversidad y frecuentes avistamientos de vida silvestre crean una mezcla atractiva para los visitantes que desean vivir una experiencia de aventura al aire libre o bien, de total relajación rodeados por los sonidos del volcán con ríos y montañas que rodean toda la zona. Desde el 2010 el volcán se encuentra dormido, no hace erupciones de lava, el tremor volcánico es ocasional, pero en cualquier momento podría sorprendernos al observar fumarolas, columnas blancas de gas que emite desde su majestuoso cono.
Trayecto en vehículo: 130km/3h

DÍA 7.- P.N. ARENAL/CAMINATA SENDEROS BOSQUE 1968
Desayuno. Caminata por los puentes colgantes de Arenal, a través de la naturaleza de la selva tropical y vida silvestre de Místico Park. Paseo a través de los puentes colgantes hasta una cascada de 18 mts por un sendero no resbaladizo.
Seguimos con una caminata por los senderos privados de Arenal 1968, llamado así por la famosa erupción del volcán Arenal en 1968. Recorrido de una hora que incluye las mejores vistas panorámicas del lago y el Volcán Arenal. Parte del recorrido es por rocas volcánicas, que datan de la erupción del 29 de julio de 1968. A lo largo de la caminata, verás monos aulladores y tucanes...
Regreso a La Fortuna. Tiempo para visitar esta población situada en el valle del volcán Arenal, en las faldas del Río Burio, desde donde es visible el volcán desde cualquier lugar del pueblo. Es uno de los destinos más populares de Costa Rica, donde pueden encontrar muchos restaurantes.

Opcional: Ecotermales.
Trayecto en vehículo: hotel - Puentes colgantes 20km/45 min; Senderos 1968 - La Fortuna 18km/35 min

DÍA 8.- ARENAL/PARQUE NACIONAL CANALES DE TORTUGUERO
Salida temprano con transporte compartido hasta los canales que bordean la costa atlántica. Desayuno en restaurante local en Guápiles.
Llegada al muelle y traslado compartido en bote hasta el lodge en el P.N. Tortuguero. Almuerzo.
Por la tarde visitaremos el pueblo de Tortuguero; la iglesia, la escuela y el centro de reciclaje, que es uno de los más importantes del país,
El guía explicará la historia del pueblo y como las generaciones pasadas vivieron de la caza y la tala, para más tarde lograr reconvertirse en actividades más ecológicas, como la protección del medio ambiente y el turismo sostenible.
Regreso al lodge y tiempo libre para disfrutar de las instalaciones del hotel y la piscina. Si las condiciones climáticas lo permiten, posibilidad de caminar por un pequeño sendero del lodge para descubrir más de cerca la exuberante flora de la región.
Cena y alojamiento.

Parque Nacional de Tortuguero
Ubicado al noreste del país, es uno de los principales atractivos turísticos de Costa Rica. Reconocido internacionalmente por proteger la playa donde las tortugas verdes vienen a desovar año tras año. Tortuguero se encuentra alejado de la ciudad y conformado por una extensa red de ríos y canales, el acceso es posible únicamente a través de lanchas pequeñas y por vía aérea.

Trayecto en vehículo: Arenal-Guápiles 120km/2,30h; Guápiles-Muelle aprox. 65km/2h
Navegación según nivel del río: 1-1,30h

DÍA 9.-NAVEGACIÓN POR LOS CANALES DE P.N. TORTUGUERO/SAN JOSÉ
A primerísima hora de la mañana, navegación en pequeños botes por los canales naturales y artificiales el Parque Nacional Tortuguero. Observación de la exuberante biodiversidad de flora y fauna en este ecosistema complejo y dinámico.
Acompañados de un guía naturalista y del capitán del bote, intentaremos observar las diferentes especies de animales que alberga el Parque Nacional, como por ejemplo 3 especies de monos, 400 especies de aves, cientos de reptiles y anfibios como iguanas, cocodrilos, caimanes, tortugas, entre otros, y mamíferos...
Nota: Las actividades en Tortuguero pueden variar de orden, según las condiciones climáticas u operativa del hotel
Regreso al lodge para el desayuno. Check out y traslado compartido en bote hasta el muelle principal. Continuación por carretera (transporte compartido) saliendo de la región del Caribe para dirigirse a la cuidad de San José. Almuerzo en ruta en un restaurante local de Guápiles.
Llegada a San José por la tarde. Traslado al hotel. Alojamiento.

Navegación según nivel del río: 1-1,30h
Trayecto en vehículo: Muelle-Guápiles aprox.65km/2h; Guápiles-San José 75km/1,30h

DÍA 10.-SAN JOSÉ. VISITAS/TRASLADO AL AEROPUERTO/VUELO DE REGRESO
Desayuno en el hotel. Visita de la ciudad de San José. Empezamos por el Parque de Sabana, legado que dejó en 1783 el párroco de San José al municipio y que luego se transformó en aeropuerto internacional de 1940 a 1977. El antiguo monumento histórico, clasificado como aeropuerto, alberga ahora el Museo de Arte Costarricense y funciona desde el siglo XIX hasta la actualidad. El edificio neocolonial, diseñado por el arquitecto José María Barrantes, tiene dos niveles que dan acceso a las terrazas y la torre central, la antigua torre de control del aeropuerto. Continuamos hacia el centro de la ciudad por el Paseo Colón, distrito residencial privilegiado durante el período de entreguerras. Algunas casas han mantenido el registro de este tiempo. Visita del mercado central, que ofrece un entorno popular ideal para descubrir a los "Ticos" en su vida cotidiana. Buen lugar para comprar café!.

Después del almuerzo (no incluido) traslado privado al aeropuerto. Embarque en vuelo con destino a ciudad de origen. Noche a bordo.

San José
Ubicado en el corazón del Valle Central, es donde reside la mitad de la población de Costa Rica. De color intenso, San José es el centro comercial y cultural del país. El clima todavía es primaveral debido a su ubicación y altitud.
Trayecto en vehículo: 20km/45min

DÍA 11.- LLEGADA CIUDAD DE ORIGEN
Llegada a las ciudades de origen y fin de nuestros servicios.

Notas Itinerario
Las visitas dependen de la climatología y de los días de apertura de los Parques Nacionales, pudiendo ser modificadas o adaptadas si fuera necesario.

FECHAS DE SALIDA
22 MARZO 2024

GRUPO MÍNIMO 6 PASAJEROS

Precio del viaje

POR PERSONA	Precio 4 primeras plazas	Precio Base
En base a grupo de 10 a 16 personas	**3.190,00 €**	**3.300,00 €**
En base a grupo de 6 a 9 personas	**3.470,00 €**	**3.670,00 €**
Tasas aéreas (aprox.)	**392,00 €**	
SUPLEMENTOS		
Habitación individual		**1.110,00 €**

Notas salidas y precios
Nota I: Precios calculados en base vuelos de la Cia. aérea IBERIA con salidas desde Barcelona o Madrid.
Consultar disponibilidad y suplemento desde otras ciudades y/o clase de reserva.
Nota II: Consultar suplemento en base grupo de 4 a 5 personas.

Por lo general los vuelos utilizados en nuestros grupos están basados en tarifas de grupo, que ofrecen unas condiciones ventajosas en cuanto a precio y fecha de emisión. Pero estas tarifas tienen también limitaciones, especialmente en lo relativo a la posibilidad de realizar el check-in on line, la reserva previa de asientos, que o bien no están permitidos, o solo son posibles con una antelación de 24 h., los cambios de horario, fecha o destino, y las cancelaciones.

SERVICIOS INCLUIDOS
Vuelo Barcelona o Madrid -San José - Barcelona o Madrid. Clase turista con restricciones.
Traslados privados de entrada y salida de aeropuertos.
Traslado por tierra en minibús con aire acondicionado durante toda la ruta
Traslado terrestre y fluvial colectivo en Tortuguero
Alojamiento en hoteles, lodges y haciendas según itinerario. habitaciones dobles/baño.
1 día en pensión completa en Tortuguero, 1 almuerzo picnic y desayuno el resto.
Guía local de habla hispana para toda la ruta.
Excursiones guiadas en barca por los canales de Tortuguero, compartidas con otros viajeros.
Caminatas guiadas en todos los parques naturales y reservas.
Entradas a todos los parques nacionales y reservas
Tasas aéreas
Seguro de asistencia en viaje y anulación Vip Plus 1000.
IVA e Impuestos hoteleros

SERVICIOS NO INCLUIDOS
Comidas no mencionadas como incluidas y bebidas.
Excursiones opcionales
Excursión nocturna de observación del desove de tortugas en Tortuguero
Opcional Ecotermales (P.N. Volcán Arenal). Entrada aprox. 45 $
Propinas para guías, chóferes y maleteros
Propinas y extras personales.
Ampliación de coberturas del seguro de asistencia y anulación
Cualquier otro servicio no indicado como incluido.

ALOJAMIENTOS

Alojamiento en hoteles de categoría turista superior - primera categoría. Habitaciones dobles con baño privado y aire acondicionado. En Tortuguero el alojamiento será en un lodge dentro del parque en pensión completa.

Todos los hoteles y restaurantes que utilizamos siguen todos los protocolos establecidos por las autoridades sanitarias.
La mayoría de restaurante de los hoteles tienen opciones de buffet y carta.

Comidas:
Algunos alojamientos se encuentran situados en las reservas o parques nacionales, donde la oferta gastronómica disminuye y, en ocasiones, no hay posibilidad de elección.
Precio aproximado por comida/cena 20-25€

Alojamientos previstos o similares:
San José: Hotel Barceló San José Palacio o similar
San Gerardo de Dota: Savegre Lodge o similar
Manuel Antonio: Oceans Two Resort o similar
Monteverde: Monteverde Country lodge o similar
Volcán Arenal: Hotel Arenal Montechiari o similar
Tortuguero: Pachira Lodge o similar

Compartir Habitación
Los precios publicados corresponden al alojamiento en habitaciones dobles. Puede disponerse de una habitación individual mediante el pago de un suplemento. En caso de viajar solo y desear compartir habitación con otra/s persona/s, puede solicitarse la reserva como "habitación a compartir". Si hay otros participantes del mismo sexo que también lo hayan solicitado, la agencia les facilitará la acomodación compartida, ya sea en habitación doble o en triple. En caso contrario deberá abonarse el suplemento de habitación individual.
Habitación triple: Pocos hoteles disponen de habitaciones triples. Suelen facilitar una doble a la que se añade una cama suplementaria, quedando limitados el espacio libre y el confort. Conviene tenerlo en cuenta antes de solicitar la reserva de una habitación de esa capacidad (caso de que viajen tres personas juntas) o de solicitar la inscripción como "habitación a compartir".

TRANSPORTE

Transportes que utilizamos: vehículo microbús privado con aire acondicionado durante toda la ruta.
Tortuguero: Transporte turístico compartido. Los barcos que permiten el acceso a Tortuguero son lanchas privadas, grandes y con techo. Para recorrer los canales, son barcas pequeñas de aluminio, quilla plana y sin toldo.

ACTIVIDADES OPCIONALES
La ruta está diseñada para conocer el país en sus aspectos más interesantes - vegetación y fauna - y dirigida a viajeros con especial interés por la naturaleza.
<u>INFORMACIÓN DE POSIBLES ACTIVIDADES EN LOS DIFERENTES PARQUES Y RESERVAS NATURALES</u>

Actividades opcionales en Monteverde:
Tour en Sky Tram & Sky Trek en Treetopia: Se inicia con Sky Tram, un teleférico de alta tecnología e incluye un recorrido de 1600 metros (ida y vuelta) con altitudes entre los 1400 y los 1600 m.s.n.m., que llega a la División Continental y a una de las montañas más altas de Monteverde. Posibilidad de realizar paradas intermedias para observar la biodiversidad del bosque nuboso, los volcanes Arenal, Tenorio, Miravalles y Orosi, el golfo de Nicoya y la llanura Guanacasteca, si las condiciones climatológicas lo permiten.
Sky Trek consiste en un sistema de tirolesas que van de montaña a montaña, sumando aproximadamente 4 Km. lineales de cable, a velocidades de hasta 60Km/h con distancias que van hasta 770 metros y alturas de hasta 160 metros. Ofrece 5 torres de observación que sobrepasan la copa de los árboles brindando una vista panorámica. Para iniciar el recorrido en Sky Trek es necesario llegar por medio del Sky Tram al primer cable.
Precio aprox. por persona: US$ 95

Sky Tram en Treetopia es un teleférico en el que irá en una góndola al aire libre, elevándose a través del bosque, ofreciendo vistas infinitas como la extensión de la selva. Llegada con el teleférico hasta una amplia plataforma de observación en el punto más alto de la reserva.
Duración trayecto Hotel-Treetopia: 30 min. Distancia: 5.5 km.
Precio aprox. por persona: US$ 45

Ecotermales en Arenal:
Retiro para aquellos que buscan relajarse en cálidos manantiales naturales del Volcán Arenal. Los manantiales están rodeados por follaje tropical y por una auténtica casa - rancho completa de curiosidades costarricenses tales como un molino de café y

equipo de cultivo. Rodeadas de suaves piedras de río y naturaleza, consta de 4 piscinas separadas, con espacio suficiente para nadar y relajarse en pacificas aguas termales. No abierto al público en general por lo que contarán con privacidad.
Precio de la entrada por persona: US$ 45

DIFICULTAD / CONDICIONES DE VIAJE
La ruta no reviste ninguna dificultad especial.
Incluye varias excursiones con caminatas de nivel básico y moderado en las reservas visitadas, aptas para cualquier persona en forma física normal e interesados en las actividades al aire libre. El ritmo de las marchas se adapta al propio de cada viajero.

DOCUMENTACIÓN
Ciudadanos con pasaporte español: pasaporte con una vigencia mínima de 6 meses.

Es responsabilidad del viajero confirmar esta información con la web del Ministerio de Asuntos Exteriores.
Ciudadanos con pasaporte de otra nacionalidad (no español): Contactar con los respectivos Consulados y/o Embajadas para conocer las formalidades de entrada.
Situación social y política del país de destino: se remite a los avisos y recomendaciones facilitados en la web del Ministerio de Asuntos Exteriores.

SANIDAD
No hay ninguna vacuna obligatoria ni recomendaciones específicas, salvo las que dicta el sentido común.
Viatges Tuareg puede informar únicamente sobre los requisitos sanitarios obligatorios exigidos por el país de destino, y añadir alguna recomendación en base a experiencias propias.
Las recomendaciones sanitarias y profilaxis deben de consultarse con un profesional médico, o dirigirse a los avisos de los organismos sanitarios oficiales
La información oficial sobre precauciones sanitarias y vacunas puede encontrarse en la web del Ministerio de Sanidad y Consumo
Otra alternativa son los departamentos de sanidad exterior o medicina tropical de los centros médicos de cada comunidad.
La Generalitat de Catalunya pone a disposición del viajero el teléfono de Sanitat Respon 93 326 89 01 – 902 111 444 y la página web de ministerio de Sanidad y Consumo donde encontrar información de los diferentes centros de vacunación y consulta
Esta información se facilita con anterioridad a la contratación del viaje, y es responsabilidad del viajero la planificación de las consultas médicas y vacunaciones (si fueran necesarias) que le permitan estar al corriente de los requisitos sanitarios de entrada al país de destino.

INFORMACIÓN ADICIONAL
Prácticamente todas las visitas son al aire libre y con mucho espacio, lo que permite sin ningún problema mantener las distancias de seguridad.
La mayoría de las visitas a parques y reservas naturales ya se hacían con reserva y en horarios específicos, de manera que aquí no habrá cambios. Únicamente si se redujera el número de personas que pueden acceder en algún lugar visitado, podría haber algunos cambios de horarios.
Tanto los conductores como los guías tienen también sus propios protocolos y realizan una formación al respecto, para asegurar que todo fluya de la manera adecuada.

CLIMA Y EQUIPO RECOMENDADO:
En Costa Rica podemos distinguir dos temporadas: la de lluvias - invierno - (de mayo a octubre) y la seca - verano - (de noviembre a abril), aunque hay grandes variaciones entre las diferentes regiones. La vertiente caribeña es lluviosa todo el año, la del Pacífico, mucho más seca y las cordilleras centrales albergan los bosques nubosos. La temperatura se mantiene bastante constante durante todo el año (entre 23ºC y 30ºC) y con elevado grado de humedad ambiental.
Información sobre el clima

Además de lo que cada uno considere oportuno, recomendamos llevar:
- Maleta flexible y mochila pequeña de día (25 l.) para las caminatas.
- Ropa cómoda de manga y pantalón largos para las caminatas (tejido fresco y de fácil secado).
- Sudadera o chaqueta ligera. Algo de abrigo para las visitas a los volcanes y las zonas de montaña.
- Impermeable o capelina.
- Calzado cómodo para el uso general y calzado apto para caminar en montaña (suela grabada antideslizante y sujeto al tobillo). Algunos hoteles tienen a disposición de los huéspedes botas altas de goma para los caminos más embarrados, un calzado muy popular en las zonas de selva más húmeda.
- Bañador, toalla de baño, sandalias de plástico/cuero que se sujeten bien al tobillo.
- Protección solar: gorra/visera, gafas de sol, crema solar con factor de protección alto.
- Repelente de insectos y pequeño botiquín con la medicación habitual.
- Linterna o frontal.
- Prismáticos.

Moneda, horario y corriente eléctrica:
- Moneda oficial: Colón costarricense. Aunque puede cambiar euros, es aconsejable llevar USD en billetes pequeños; se aceptan en todas partes, al igual que las tarjetas de crédito.

Para más información: Cambio de moneda
- Zona horaria GMT-6. Información diferencia horaria
- Corriente eléctrica: 120 V. Enchufes tipo americano; prever un adaptador.
Información sobre los enchufes

RESERVA

1) La reserva se pueden formalizar por teléfono o por correo electrónico a la siguiente dirección:
info@trekkingyaventura.com **telf. 91 522 86 81**
Datos para reservar:
- **nombre y apellidos** de la persona que va a viajar (exactos a los del pasaporte) y **número DNI**.
- teléfono de contacto y correo electrónico.
- pasaporte escaneado en color (o en su defecto una foto del mismos con imagen nítida y sin brillos)

2) Se abonará un depósito del 40% del importe total del viaje por persona. **NO SE CONSIDERA DEFINITIVA LA RESERVA HASTA NO TENER CONSTANCIA DEL CITADO PAGO.**
Se admite

Transferencia bancaria: Banco Santander
ES06 0075 0349 460601118121 (BIC): POPUESMM
Titular: Trekking y Aventura
Tarjeta de crédito Visa y/o Masterd Card y pasarela de pago seguro, consúltanos tus claves de acceso.
Es necesario que **SIEMPRE APAREZCA EL NOMBRE Y APELLIDOS DE LA/S PERSONA/S QUE VAN A VIAJAR**

3) A continuación de tener constancia de estos trámites, enviaremos un correo electrónico adjuntando el recibo del depósito realizado y un código de cliente que junto con tu número de DNI, permitirá el acceso al Área Reservada de Clientes en nuestra web www.trekkingyaventura.com , donde podrás actualizar tus datos personales, consultar algunos datos de tu reserva y descargar la documentación en el momento que todo lo tengamos preparado, además podrás comunicarte con nosotros de manera más rápida y eficaz.
En caso de que superen los 5 días laborables sin recibir dicha comunicación, por favor CONTACTA CON NUESTRAS OFICINAS DE TREKKING Y AVENTURA. Siempre estamos a tu disposición de lunes a viernes en calle Rodríguez san Pedro,2 piso 9 oficina 909, 28015 Madrid y en el 91-5228681

*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.

Sujeto a las condiciones generales que se encuentran en nuestra web.
www.trekkingyaventura.com/condiciones.asp