Neue Wege
Bewusst Reisen



Detailprogramm

Costa Rica

Komfort-Rundreise Costa Rica:
Auf der Route der Nationalparks

Inhalt

Reisedetails ... 3
Vorgesehener Reiseverlauf ... 3
Enthaltene Leistungen ... 6
Zusätzliches Entgelt ... 6
Wahlleistungen ... 6
Praktische Hinweise ... 7
Anreise / Transfers ... 7
Einreisebestimmungen / Sicherheit ... 7
Gesundheit und Impfungen ... 8
Mitnahmeempfehlungen ... 9
Währung / Post / Telekommunikation ... 9
Zollbestimmungen ... 10
Versicherung ... 10
Nebenkosten / Trinkgelder ... 10
Umwelt ... 10
Bewusst reisen mit NEUE WEGE ... 11
Zeitverschiebung und Klima ... 11
Sprache und Verständigung ... 12
Religion und Kultur ... 12
Essen und Trinken ... 12
Einkaufen und Souvenirs ... 13
Reiseliteratur ... 14
Ihre Reisenotizen ... 15

Reisedetails

Costa Rica
Komfort-Rundreise Costa Rica: Auf der Route der Nationalparks

- Natur-Erlebnisse entlang der Küste
- Tierbeobachtung im Manuel Antonio Nationalpark
- Unberührte Regenwald-Lodge
- Entspannen mit Yoga & Meditation
- Bequeme Rundreise mit Shuttle-Transfers

Vorgesehener Reiseverlauf

Änderungen vorbehalten

1. Tag: Ankunft in San José
Willkommen in Costa Rica! Nachdem Sie Ihr Gepäck in Empfang genommen haben, wartet am Ausgang bereits ein privater Transfer auf Sie, der Sie zum Hotel La Riviera bringen wird. Die Fahrt dauert ca. 30 Minuten und gibt Ihnen einen kleinen Einblick in das trubelige Hauptstadtleben der Costa Ricaner.

(Übernachtung im Hotel La Riviera; Superior Room)

2.-4. Tag: Nationalpark Manuel Antonio
Nach dem Frühstück werden Sie abgeholt und brechen auf zum Hotel Costa Verde nahe dem Manuel Antonio Nationalpark. Die Fahrt dorthin dauert ca. 5 Stunden. Sie checken in dem schönen Hotel Costa Verde ein, hier bleiben Sie nun drei Nächte. Das Hotel liegt auf einem Hügel und Sie haben von hier aus einen traumhaften Blick auf das Meer, auf die grüne Küste mit seinen vorgelagerten Inseln und sogar auf den Nationalpark Manuel Antonio mit seiner pittoresken Halbinsel.

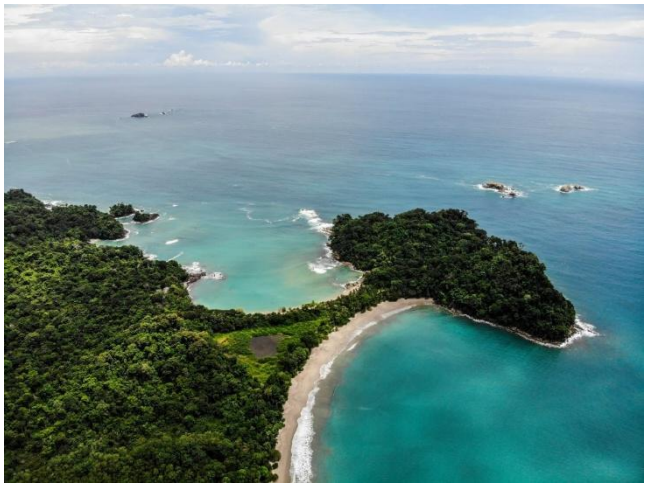
Den Nachmittag können Sie ganz entspannt an einem der drei hoteleigenen Pools inkl. Sundecks verbringen. Alternativ schlendern Sie einmal zur Strandpromenade, bummeln ein bisschen durch die Läden und genießen einen Sonnenuntergang direkt am Strand.

Genießen Sie die nächsten Tage, unternehmen Sie unbedingt einen Ausflug in den Nationalpark. Hier sind Tiersichtungen sehr wahrscheinlich. Wer ganz sicher gehen möchte, kann sich auch eine geführte Tour mit Guide buchen.

Im Hotel wird morgens um 08:00 Uhr Yoga angeboten. Die Sessions kosten 15 USD pro Person und können vor Ort hinzugebucht werden. Außerdem bietet es viele weitere Aktivitäten auf dem eigenen Gelände oder in der näheren Umgebung an, sodass Ihnen sicher nicht langweilig wird. Selbstverständlich dürfen Sie den Tag auch einfach am Pool genießen, ein gutes Buch lesen und noch einmal so richtig entspannen.

Bitte beachten Sie, dass die Eintrittskarten für den Nationalpark vorab online reserviert werden müssen. Dienstags ist der Park geschlossen.

(Übernachtung Hotel Costa Verde im Studio mit Meerblick); (Täglich Frühstück inklusive)



5. Tag: Weiter runter die Pazifikküste entlang
Nach dem Frühstück geht es für Sie heute weiter in Richtung Süden. Die heutige Fahrtzeit zur Cusinga Lodge bei Uvita beträgt ca. 1,5 Stunden.

Die Cusinga Lodge liegt auf einem Hügel mit einem traumhaften Blick über den pazifischen Ozean und die umliegenden, meist unberührten Wälder. Sie sehen von hier aus außerdem die berühmte "Walflosse" des Marino Ballena Nationalparks, eine Landformation, die bei Ebbe erscheint und die Form einer Walflosse besitzt. Zwischen Juli-Oktober und Dezember-Februar haben Sie die Chance Wale zu sehen.

Die Zimmer der Cusinga Lodge sind im Naturstil mit selbst angebautem Holz, Steinen, Muscheln und Sand erbaut und bieten dennoch jeden Komfort. Das Wasser wird über Solar-Anlagen erhitzt und Sie genießen auch

von Ihrem Zimmer aus einen traumhaften Meerblick. Richten Sie sich in Ruhe ein und entspannen evtl. noch ein bisschen auf dem Aussichtsdeck bei Sonnenuntergang, bevor Sie ein leckeres Abendessen im hoteleigenen Restaurant mit Bio-Zutaten einnehmen.

(Übernachtung in der Cusinga Lodge, Ocean View Superior Room); (Frühstück inklusive)



6. Tag: Nationalpark Marino Bellena

Heute werden Sie den Marino Ballena Nationalpark aus der Nähe erkunden. Sie werden in der Lodge abgeholt und zum Startpunkt Ihrer heutigen Tour gebracht.

Der Marino Ballena ist ein Meeresschutzgebiet und Sie genießen bei dieser Fahrt traumhafte Ausblicke auf die dicht bewaldete Küstenlinie und seine schönen Strände. Selbstverständlich werden Sie Ausschau halten nach Meeresbewohnern wie Delfinen, Schildkröten oder Rochen, die hier allesamt reich vertreten sind (Wale nur in bestimmten Saison-Zeiten). Es wird außerdem ein kurzer Schwimm- oder Schnorchelstopp eingelegt, damit Sie sich erfrischen können.

Am Ende der ca. 3-stündigen Tour besuchen Sie noch die schöne Felsformation an der Playa Ventanas und genießen einen leckeren Frucht-Snack. Den Nachmittag können Sie dann noch mit schönen Strandspaziergängen im Nationalpark (bei Ebbe sogar bis auf die Walflosse) verbringen oder das kleine Örtchen Uvita erkunden.

(Übernachtung in der Cusinga Lodge; Ocean View Superior Room); (Frühstück inklusive)

7. Tag: Freizeit in Uvita

Der heutige Tag steht Ihnen zur freien Verfügung, um die schöne Cusinga Lodge noch einmal so richtig zu genießen. Die Lodge verfügt über ein traumhaftes Yoga-Deck, umgeben von einem kleinen Wasserlauf und mit Blick auf den Ozean, welches Sie für Ihre eigene Praxis oder für eine kurze Meditations-Einheit nutzen können.

Es stehen Ihnen außerdem verschiedene Wanderwege, Natur-Pools, ein Swimming-Pool und ein Zugang zum wunderschönen Arco Strand zur Verfügung. Wenn Sie möchten, können Sie auch einfach ein gutes Buch in einem der Schaukelstühle auf der Aussichtsplattform lesen oder sich eine Massage im Spa gönnen.

(Übernachtung in der Cusinga Lodge; Ocean View Superior Room); (Frühstück inklusive)

8. Tag: Mit dem Boot auf die Osa-Halbinsel

Heute werden Sie mit einem Shuttle-Transfer nach Puerto Jimenez auf die Osa-Halbinsel gebracht (Fahrtzeit ca. 3,5 Stunden). Hier erwartet Sie bereits ein Boot, das Sie über den Golfo Dulce in die schöne Playa Nicuesa Rainforest Lodge bringen wird. Oft können auf der Überfahrt schon Delfine oder sogar Wale gesichtet werden.

Die Playa Nicuesa Lodge ist ein echtes Juwel. In einer der artenreichsten Gegenden der Welt gelegen, können Sie sich hier so richtig mit der Natur verbinden. Ihr gemütliches Zimmer verfügt über eine open-air-Dusche und einen Balkon oder eine Terrasse mit Dschungel-Blick. Die frisch zubereiteten Mahlzeiten im Restaurant der Lodge sind während Ihres gesamten Aufenthaltes bereits inkludiert. Inklusive sind außerdem insgesamt zwei Yogastunden (vormittags oder nachmittags möglich), sowie ein geführter Ausflug pro Tag.

(Übernachtung in der Playa Nicuesa Lodge; Mango Guest House); (Vollpension inklusive)



9. Tag: Den Regenwald erkunden!
Eventuell werden Sie heute pünktlich zum Sonnenaufgang schon von den Brüllaffen geweckt, die den Tag einläuten. In Costa Rica ist es üblich früh zu Bett zu gehen und früh wieder aufzustehen, sodass Sie zu diesem Zeitpunkt wahrscheinlich schon genug Schlaf hatten. Wie wäre es mit einer Yoga-Stunde, um den Tag zu beginnen? Das direkt am Wasser gelegene Yoga-Deck bietet die ideale Plattform, um sich mit sich selbst und der einen umgebenden Natur zu verbinden und achtsam in den Tag zu starten.

Nach einem leckeren Frühstück können Sie aus verschiedenen Aktivitäten auswählen. Wenn es Sie auf's Wasser zieht, können Sie zum Beispiel an einer geführten Kayak-, Boots- oder Paddle Board Tour auf dem Golfo Dulce teilnehmen. Sie möchten lieber den Regenwald erkunden? Kein Problem! Dann machen Sie sich mit einem Guide auf zu einer Wasserfall-Tour. Zur Auswahl stehen ebenso eine Mangroven-Tour sowie eine Führung durch den Botanischen Garten der Lodge.

Übrigens können Sie während Ihres gesamten Aufenthaltes kostenlos Kajaks, Paddle Boards und Schnorchel-Equipment ausleihen und damit auch eigenständig die Gegend erkunden. Verschiedene Regenwald-Pfade stehen ebenfalls zur Verfügung.

(Vollpension inklusive sowie eine Yogastunde und ein Ausflug); (Übernachtung in der Playa Nicuesa Lodge; Mango Guest House)



10. Tag: Freie Auswahl in der Regenwald Lodge
Heute entscheiden Sie, ob Sie wieder an einer frühen Yoga-Stunde teilnehmen oder sich lieber früh auf in den Regenwald machen. Das freundliche Personal der Lodge berät Sie immer gerne über die verschiedenen Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung. Auch heute dürfen Sie dann wieder eine geführte Tour aus dem Programm auswählen.

Vielleicht möchten Sie sich danach selbst noch ein Kajak schnappen und auf dem ruhigen Wasser des Golfs schippern? Häufig können hier übrigens Delfine gesichtet werden. Oder Sie wandern auf den Regenwald-Pfaden der Lodge, die Sie noch nicht kennen und werden sicherlich das ein oder andere Tier erspähen, auch ohne Guide. Affen, Tukane, Nasenbären, Agoutis und viele weitere Waldbewohner fühlen sich hier sehr wohl und sind zahlreich vertreten. Wenn Sie möchten, können Sie Ihre Yoga-Stunde dann auch am heutigen Nachmittag wahrnehmen. Ebenfalls werden Massagen in der Lodge angeboten.

(Vollpension, 1x Yoga & 1 Ausflug inklusive); (Übernachtung in der Playa Nicuesa Lodge; Mango Guest House)

11. Tag: Rückkehr nach San José
Nun heißt es Abschied nehmen von der liebgewonnenen Regenwald-Lodge. Per Boot geht es über den Golfo Dulce nach Golfito. Auf der Fahrt können Sie noch einmal schöne Ausblicke auf die wilde Küste genießen. Von Golfito aus nehmen Sie einen kurzen Inlandsflug nach San José (55 Minuten Flugzeit). Die kleinen Cessnas der Sansa Airline sind ein sicheres Transportmittel und bieten Ihnen an klaren Tagen tolle Ausblicke auf Costa Ricas Küsten, Wälder, Berge und Vulkane. Am Flughafen in San José treten Sie entweder die Heimreise an, oder nutzen die Gelegenheit und buchen eines unserer Verlängerungs-Module.

Vielleicht möchten Sie noch die Karibik-Küste erkunden? Dann haben wir mit der Verlängerung in Puerto Viejo oder in Tortuguero genau das richtige für Sie. Auf Wunsch finden wir auch eine individualisierte Verlängerung für Sie und beraten Sie gerne.

(Frühstück inklusive)

Enthaltene Leistungen

Flughafentransfer und Transfers laut Reiseverlauf · Inlandsflug von Golfito nach San José · 10 Übernachtungen in geteilten Doppelzimmern in landestypischen Hotels · 10x Frühstück, 2x Mittagessen, 3x Abendessen · Ausflüge und Eintrittsgelder laut Programm: Ausflug in den Marino Ballena Nationalpark, Drei Ausflüge nach Wahl in der Playa Nicuesa Lodge · Yoga-Einheiten laut Reiseverlauf · NEUE WEGE Informationsmaterial

Zusätzliches Entgelt

Flug nach Costa Rica · Individuelle Ausflüge und Aktivitäten · Trinkgelder · Zusätzliche Mahlzeiten

Wahlleistungen

- Reiseversicherung (Preis auf Anfrage)
- Flug ab Ihrem gewünschten Abflughafen (Preis auf Anfrage)

Praktische Hinweise

Anreise / Transfers

Die Rundreise startet und endet in San José. Sie werden vom Flughafen abgeholt und in Ihr erstes Hotel im Zentrum gebracht. Gerne bieten wir Ihnen auch den passenden Flug dazu an. Den Flugplan mit den genauen Reisedaten werden wir Ihnen rechtzeitig mitteilen.

NEUE WEGE Reisen haftet nicht für Flugplanänderungen, Verspätungen, etc. und daraus resultierenden Programmänderungen. Es gelten die internationalen Bestimmungen der Fluggesellschaften. Gerne berücksichtigen wir Ihre individuellen Flugwünsche wie Business Class oder anderen Abflughafen, bzw. Verlängerung. Teilen Sie uns diese bitte bei Buchung mit und wir machen Ihnen ein entsprechendes Angebot.



Einreisebestimmungen / Sicherheit

Deutsche, Österreichische und Schweizer Staatsangehörige können für einen Aufenthalt bis zu 90 Tagen mit einem Reisepass visafrei nach Costa Rica einreisen. Der Reisepass muss zum Zeitpunkt der Einreise noch mindestens für den Tag der Einreise und den Folgetag gültig sein und sich in gutem Zustand befinden.

Da für die Rückreise (auch Transit) oder die Weiterreise über andere Länder meist eine längere Gültigkeit erforderlich ist, die mindestens den kompletten Reisezeitraum abdecken muss oder darüber hinausgehende Gültigkeiten voraussetzt, wird grundsätzlich empfohlen, Reisedokumente mit einer Gültigkeit von mindestens noch einem halben Jahr mit sich zu führen.

Bei einem Transitflug über die USA sind gesonderte Einreisebestimmungen zu beachten. So benötigen Sie zum Beispiel ein ESTA-Formular oder ein Visum. Sollten Sie über die USA nach Costa Rica einreisen, erkundigen Sie sich bitte im Vorfeld bei der US-Botschaft, welche Dokumente dazu nötig sind.

Sicherheitshinweise

Die innenpolitische Lage in Costa Rica ist grundsätzlich ruhig. Kleinere Demonstrationen, Protestaktionen und Streiks können insbesondere in der Hauptstadt San José und der Metropolregion vorkommen und zu lokalen Verkehrsbeeinträchtigungen führen. Meiden Sie Demonstrationen und größere Menschenansammlungen und informieren Sie sich über die lokalen Medien.

Wir empfehlen Geld, Flugticket und Pass immer am Körper zu tragen. Passkopie und Passfoto sollten Sie separat aufbewahren. Am besten lassen Sie Ihr Gepäck nicht unbewacht stehen oder in Hotels Wertgegenstände offen herumliegen. Es empfiehlt sich eine Reisegepäckversicherung abzuschließen und wachsam zu sein. Aktuelle Informationen zur Sicherheitslage finden Sie auf der Homepage des Auswärtigen Amtes: www.auswaertiges-amt.de

Konsulat der Bundesrepublik Deutschland:

Torre La Sabana, 8. Etage, Sabana Norte, San José
Öffnungszeiten: Mo-Fr 09:00 - 12:00 Uhr
Telefon: 00506 2290 9091
Telefon (außerhalb der Öffnungszeiten)
00506 8381 7968
Fax: 0049 30 1817 67186
https://san-jose.diplo.de/

Konsulat der Republik Österreich:

Edificio Colón, Piso 7,Paseo Colón, Banco de Costa Rica, San José
Öffnungszeiten: Mo-Fr 09:00 - 12:00 Uhr
Telefon: 00506 2221 4306
Email: consulado.austria.cr@gmail.com

Konsulat der Schweiz:

Edificio Centro Colón, 10° piso, Paseo Colón, San José
Öffnungszeiten: Mo-Fr 09:00 - 12:00 Uhr
Telefon: 00506 2221 4829
Fax: 00506 2255 2831
Email: sanjose@eda.admin.ch



Gesundheit und Impfungen

Für die direkte Einreise aus Deutschland sind keine Pflichtimpfungen vorgeschrieben. Bei Einreise aus einem Gelbfiebergebiet müssen alle Personen ab einem Alter von neun Monaten eine Gelbfieberimpfung nachweisen.

Achten Sie darauf, dass sich bei Ihnen die Standardimpfungen gemäß Impfkalender des Robert-Koch-Instituts auf dem aktuellen Stand befinden. Als Reiseimpfungen werden Impfungen gegen Hepatitis A, bei Langzeitaufenthalt oder besonderer Exposition auch gegen Hepatitis B, Typhus und Tollwut empfohlen. Aktuelle Informationen finden Sie unter: www.auswaertiges-amt.de

Vor Ihrer Reise empfiehlt es sich, den Rat eines Tropenarztes einzuholen. Informationen zu Gesundheit und Impfungen erhalten Sie beim Zentrum für Reisemedizin unter www.crm.de oder beim Tropeninstitut Hamburg unter www.gesundes-reisen.de.

Dengue-Fieber

Dengue-Viren werden landesweit durch tagaktive Aedes-Mücken übertragen. Die Erkrankung geht in der Regel mit Fieber, Hautausschlag sowie ausgeprägten Gliederschmerzen einher. In seltenen Fällen treten schwerwiegende Komplikationen auf. Insgesamt sind Komplikationen bei Reisenden jedoch selten.

Zika-Virus

Auch dieser Virus wird von Stechmücken übertragen und zeigt sich durch Grippe-ähnliche Symptome, sowie Hautausschlag oder Entzündungen der Augenbindehaut. Vor allem für Neugeborene kann der Virus gefährlich werden, wenn die Mutter in der Schwangerschaft am Zika-Virus erkrankt war. Der ursächliche Zusammenhang ist zwar nicht eindeutig bewiesen, dennoch sollten Schwangere auf nicht unbedingt nötige Reisen in die betroffenen Gebiete verzichten. Weitere Informationen hierzu finden Sie auf den Seiten des Auswärtigen Amts und beim Tropeninstitut.

Chikungunya-Fieber

Chikungunya-Viren werden ebenfalls von tagaktiven Aedes-Mücken übertragen. Die Erkrankung ist gekennzeichnet durch hohes Fieber und unter Umständen länger anhaltenden Gelenk- und Muskelschmerzen.

Malaria

Malaria wird durch dämmerungs- und nachtaktive Anopheles-Mücken übertragen. Es besteht ganzjährig ein minimales Malariarisiko in den Provinzen Heredia, Alajuela und Limón. Als malariafrei gelten San José sowie die übrigen Landesteile.

Schützen Sie sich gegen die Mücken, indem Sie vor allem in der Dämmerung und im Regenwald stets ein Antimückenmittel mit hohem Deet-Anteil benutzen. Kontaktieren Sie für weitere Informationen auch gerne das Tropeninstitut.

Medizinische Versorgung

Im Vergleich zu vielen anderen lateinamerikanischen Ländern ist die medizinische Versorgung in Costa Rica sehr gut und vor allem in San José mit europäischen Standards vergleichbar. In ländlichen Gebieten gestaltet sich das häufig schwieriger. Wenn Sie vor Ort behandelt werden müssen, fallen die Kosten in der Regel direkt in bar oder mit Kreditkarte an. Wir empfehlen eine Reise-Auslandskrankenversicherung, die einen Rücktransport im Notfall und einen Reiseabbruch miteinschließt. Gerne bieten wir Ihnen eine solche Versicherung mit an.

Trinkwasser

Die Qualität des Leitungswassers in Costa Rica ist gut, kann aber nur teilweise als Trinkwasser bezeichnet werden. Das hängt stark von der jeweiligen Region ab. In abgelegenen Gebieten nutzen viele Hotels Wasserfilter, um das Leitungswasser zu säubern und dann für die Hotelgäste bereitzustellen.

Wichtige Medikamente

Nehmen Sie Ihre gewohnten Medikamente in ausreichender Menge mit. In Absprache mit Ihrem Hausarzt können Sie sich eine kleine Reiseapotheke zusammenstellen. Wichtig sind Medikamente gegen Grippe, sowie Magen- und Darmverstimmungen. Schützen Sie sich vor zu langer und intensiver Sonneneinstrahlung mit einem leichten Sonnenhut, einer guten Sonnenbrille und Cremes für die Lippen und Haut. Denken Sie auch an einen ausreichenden Schutz vor Insektenstichen.

Mitnahmeempfehlungen

Gepäck
Koffer, Rucksack oder Reisetasche. Für die Tagesausflüge empfiehlt es sich einen kleinen Tagesrucksack mitzunehmen.

Kleidung
Leichte Kleidung aus Baumwolle oder Viskose für den Tag. Pullover und leichte Jacke für den Abend. Im Nebelwald-Gebiet kann es durch die höhere Lage etwas frischer werden. Bitte denken Sie außerdem an einen Regenschutz. Für die Ausflüge und Wanderungen sollten Sie gutes und festes Schuhwerk mitnehmen. Denken Sie außerdem an Ihre Yogakleidung sowie Ihre eigene Yogamatte.

Diverses
Denken Sie unbedingt an Insektenschutzmittel mit hohem Deet-Anteil sowie gutem Sonnenschutz, einer Sonnenbrille und einer Kopfbedeckung. Ebenfalls sollten Sie an Ihre Medikamente denken. Manche Hotels stellen Wasser zum Auffüllen bereit, bitte bringen Sie eine Trinkflasche mit.

Mietwagen
Bei dieser Rundreise legen Sie einen Teil der Strecke mit dem Mietwagen zurück. Dieser wird Ihnen zu Ihrem ersten Hotel in San José gebracht. Sie werden genau eingewiesen und es wird Ihnen alles erklärt. Die costaricanischen Straßen sind an sich sehr gut zu befahren. Es gibt Rechtsverkehr und die Straßenverkehrsregeln sind den unseren sehr ähnlich.

Bei der Fahrzeugübernahme ist eine Kaution in Höhe von 1.000 USD in Form einer Kreditkarten-Hinterlegung notwendig. Folgende Kreditkarten sind erlaubt: MasterCard, Visa und American Express. Eine Bargeld- oder Debitkartenhinterlegung ist nicht möglich.

Währung / Post / Telekommunikation

Währung
Die costa-ricanische Landeswährung ist der Colón, benannt nach Christopher Kolumbus. 1 Euro entspricht etwa 570 Colónes. Den tagesaktuellen Wechselkurs finden Sie im Internet. Wer nach Costa Rica reist, kann auch US-Dollar mitführen, da touristische Dienstleistungen auch in Dollar bezahlt werden können. Außerhalb touristischer Zentren gilt der Colón als Zahlungsmittel.

Die Geldversorgung mit EC-Karte (Maestro) funktioniert meist nur an Geldautomaten (ATM) der Banco Nacional und Banco General bis zu einer Höhe von ca. 200.000,- Colones / Tag (ca. 300,- €) bzw. dem mit der Hausbank vereinbarten Rahmen. Reisende sollten sich nicht ausschließlich hierauf verlassen, sondern alternative Zahlungsmittel mitführen.

Euro kann man mittlerweile in allen größeren Städten Costa Ricas in Landeswährung (Colón) umtauschen (z.B. Filialen der Banco de Costa Rica BCR). Es empfiehlt sich zudem die Mitnahme von US-Dollar in bar (am besten in kleinen Scheinen) bzw. die Verwendung von Kreditkarten. Die gängigen Kreditkarten wie VISA und Mastercard werden in der Regel im ganzen Land akzeptiert.

Telekommunikation
Die Landesvorwahl für Costa Rica ist 00506. Grundsätzlich können Sie mit Ihrer SIM-Karte von Costa Rica aus nach Hause telefonieren oder im Internet surfen. Aber Achtung, es fallen hohe Roaming-Gebühren an.
Am besten Sie besorgen sich vor Ort eine einheimische SIM-Karte. Diese kann in den Mobilfunk-Geschäftsstellen (ICE, Movistar oder Claro) gekauft werden. Auch im Kiosk oder Mini-Supermärkten können Sie die SIM-Karten kaufen. Nach Verbrauch des Guthaben, kann dieses ganz einfach wieder aufgeladen werden.

Die Vorwahl von Thailand nach Deutschland ist +49, nach Österreich +43 und in die Schweiz +41.

Internet
Die meisten Hotels bieten kostenfreies W-LAN an.

Strom
In Costa Rica ist die Netz-Spannung 120 Volt. Sie benötigen einen Adapter mit zwei schmalen schlitzartigen Steckern und ggf. Einem dritten rundförmigen Stecker. Da Sie hier weniger Volt haben, als in Europa, sollten Sie darauf achten, dass Ihre Geräte auch mit 120V funktioniert.

Führerschein
Der deutsche Führerschein ist in Verbindung mit einem gültigen Reisepass bei Aufenthalten bis zu drei Monaten grundsätzlich ausreichend. Die zusätzliche Mitnahme eines Internationalen Führerscheins ist zur Vermeidung von Problemen bei Polizeikontrollen jedoch empfehlenswert.

Zollbestimmungen

Landes- und Fremdwährung dürfen bis zu einem Wert von 10.000 USD eingeführt werden. Es ist verboten, Fleisch- und Wurstwaren, Milchprodukte, Obst und Gemüse (Ausnahme: Konserven) im Reisegepäck nach Costa Rica einzuführen.
Für die Einfuhr von verschreibungspflichtigen Medikamenten muss ein Attest in englischer oder spanischer Sprache, ggf. auch weitere Unterlagen mitgeführt werden. Diesbezügliche Informationen erteilt der Zoll in Costa Rica, zuständig ist das Ministerio de Hacienda. Die Ausfuhr von Pflanzen, Tieren und Muscheln aus Costa Rica ist ebenfalls verboten.
Weitergehende Zollinformationen zur Einfuhr von Waren erhalten Sie bei der Botschaft Ihres Ziellandes. Nur dort kann Ihnen eine rechtsverbindliche Auskunft gegeben werden.



Versicherung

Wir empfehlen Ihnen den Abschluss einer Reise-Rücktrittskosten-Versicherung (und auch einer Reiseabbruchversicherung). Diese können Sie bei Buchung Ihrer Reise direkt bei uns abschließen. Ein umfangreiches Versicherungspaket mit Reisekrankenversicherung, Medizinischer Notfallhilfe und Reisegepäckversicherung ist ebenfalls buchbar. Beachten Sie, dass ein Abschluss spätestens 14 Tage nach Buchung erfolgen muss, bei kurzfristiger Reisebuchung erfolgt der Abschluss direkt bei Ihrer Anmeldung.

Nebenkosten / Trinkgelder

Die meisten Hotels und Restaurants berechnen eine Service-Gebühr von etwa 10%. Wenn Sie einen außergewöhnlichen Service erhalten haben, kann man dies gerne aufstocken. Ansonsten kann man nach eigenem Ermessen Trinkgeld geben. 1 Dollar ist hierbei das Minimum. Es ist üblich Guides und Busfahrern Trinkgeld zu geben (etwa 2 US $ pro Person / pro Tag). Taxifahrer erhalten normalerweise kein Trinkgeld.

Umwelt

Was kann ich als Reisegast zur Nachhaltigkeit vor Ort beitragen:

Ein achtsamer Umgang mit den Gegebenheiten der Region gehört für uns ebenso dazu wie das Reiseerlebnis selbst. Oft sind es dabei die kleinen Gesten, die vor Ort den größten Unterschied machen.

Wasser und Strom bewusst nutzen

In einigen Reiseregionen ist Wasser in den Sommermonaten ein kostbares Gut. Ein achtsamer Umgang mit Wasser und Strom trägt dazu bei, die Versorgung vor Ort zu entlasten – ganz ohne Einbußen beim Komfort.

Mit leichtem Gepäck an Verpackung reisen

Je weniger Verpackung unterwegs anfällt, desto besser für die Gastregion. Kleinigkeiten, die viel bewirken, sind beispielsweise:
• Eine wiederverwendbare Trinkflasche statt Plastikflaschen ist ein verlässlicher Begleiter für den ganzen Tag.
• Ein Stoffbeutel im Gepäck genügt, und der Einkauf gelingt ganz ohne Plastiktüte.
• Die Systeme zur Mülltrennung sind von Land zu Land unterschiedlich organisiert. Ein kurzer Blick auf die Hinweise im Haus zeigt, wie es vor Ort funktioniert.
• Batterien und Elektrokleinteile gehören auch unterwegs in die dafür vorgesehenen Sammelstellen – alternativ reisen sie einfach wieder mit nach Hause.

Kleine Entscheidungen mit spürbarer Wirkung – im Sinne der Gastgeberinnen und Gastgeber und der Regionen, die unsere Reisen erst möglich machen.



Bewusst reisen mit NEUE WEGE

NEUE WEGE ist seit 2009 von TourCert CSR-zertifiziert
Corporate Social Responsibility (CSR) beschreibt die unternehmerische Verantwortung für eine nachhaltige Entwicklung. Sie reicht vom wirtschaftlichen Handeln eines Unternehmens über umweltbezogene Aspekte bis hin zu sozialen Beziehungen und Strukturen. Das CSR-Siegel wird von TourCert vergeben. Über die Vergabe entscheidet ein unabhängig besetzter Zertifizierungsrat. Geprüft wird dabei das Unternehmen: wie NEUE WEGE wirtschaftet, wie wir mit Mitarbeitenden und Partnern umgehen und wie wir Umweltauswirkungen erfassen und reduzieren.

Was das konkret bedeutet: Wo immer es geht, vermeiden wir Flüge und bieten stattdessen Bahnanreise und Rail&Fly an. Für alle Flugreisen leisten wir einen Klimaschutzbeitrag über atmosfair. Weitere Informationen dazu finden Sie unter: www.neuewege.com/atmosfair

Für unsere Reisen haben wir zusätzlich sieben Nachhaltigkeitskriterien entwickelt – sie decken ganz unterschiedliche Aspekte ab, so wie die Vorlieben unserer Gäste:
Architektur | Kultur, Begegnung, Erleben | Soziales Engagement | Verpflegung | Umwelt | Klimaschutzbeitrag | Gesundheit, Spiritualität, Achtsamkeit

Entstanden sind sie in unserem Haus unter Federführung unserer CSR-Beauftragten. Entlang dieser sieben Kriterien schauen wir uns unsere Unterkünfte und Reiseangebote an – sie sind die Grundlage, auf der wir auswählen und weiterentwickeln. Was hinter jedem einzelnen Kriterium steckt, lesen Sie hier: www.neue-wege.com/nachhaltigkeitskriterien

Seit der Erstzertifizierung 2009 dokumentieren wir unsere CSR-Arbeit in regelmäßigen Nachhaltigkeitsberichten, die Sie hier nachlesen können: www.neue-wege.com/nachhaltigkeit

Zeitverschiebung und Klima

Die Zeitverschiebung zwischen Costa Rica und Deutschland beträgt im Sommer -8 Stunden und im Winter -7 Stunden. In Costa Rica gibt es keine Umstellung mehr zwischen Sommer- und Winterzeit.

Die Kordilleren teilen das Land in eine immerfeuchte Karibikregion und in eine wechselfeuchte Pazifikregion. Das Klima in Costa Rica ist tropisch, so dass es nur geringe Temperaturschwankungen im Laufe des Jahres gibt. Das ganzjährig warme Wetter wird auch gerne als immer währender Frühling bezeichnet. Die Jahresdurchschnittstemperatur liegt landesweit zwischen 21º C und 27º C, in den Bergregionen kann die Temperatur auf ca. 12º C – 15º C abkühlen.

Unabhängig von der Saison kann es in Costa Rica jederzeit zu Regenfällen kommen, die für die üppige Vegetation und Artenvielfalt sorgen. Häufig wird die Trockenzeit von November bis April als beste Reisezeit für Costa Rica bezeichnet, doch auch die „Green Season" zwischen Mai und Oktober hat ihren Reiz. Auch während der Regenzeit oder der "grünen Saison" sind mehrere Tage mit durchgängigem Regen sehr selten. Meistens erleben Sie sonnige Morgenstunden und einen erfrischend tropischen Regensturm am Nachmittag. Zwischen Dezember und April gibt es eine Zeitspanne mit weniger Niederschlag auf der Pazifikseite und zwischen August und Oktober auf der Karibikseite.



Sprache und Verständigung

Die Amtssprache in Costa Rica ist Spanisch. Das lateinamerikanische Spanisch unterscheidet sich vom in Europa erlernten Spanisch. Das gesprochene Spanisch ist aber in der Regel sehr klar und daher gut zu verstehen, falls Sie über ein paar Grundkenntnisse verfügen.

Auch Englisch hört man in Mittelamerika immer häufiger. Gerade die jüngere Bevölkerung spricht inzwischen recht gutes Englisch und in fast allen Einrichtungen, die im Tourismus tätig sind (zum Beispiel Hotels, Tourenanbieter) wird Englisch verstanden und gesprochen. Aber auch mit einem Spanisch sprechenden Guide werden Sie immer irgendwie kommunizieren können. Für eine Reise nach Costa Rica müssen Sie also kein Spanisch sprechen können.

Hier einige spanische Worte, die hilfreich sein können:

Hallo – Hola
Wie geht es? – Como está?
Mir geht es gut – Estoy bien / Pura Vida! (in Costa Rica)
Danke – Gracias
Bitte – Por favor
Auf Wiedersehen – Hasta luego

Religion und Kultur

Costa Rica ist ein kultureller Schmelztiegel. Es zeigt indigene Ursprünge und spanischen Kolonialismus, mit einem pfeffrigen Spritzer anderer Einwandererkulturen wie Jamaika und China. Die offizielle Sprache ist Spanisch, aber es gibt auch Regionen, in denen BriBri, das Kreol Mekatelyu, wie es an der Karibikküste in der Provinz Limón vorkommt, und Englisch.

Die Costa-Ricaner sind stolz auf ihre Werte. Sie glauben an Bildung und Gesundheitsversorgung und machen sie ihren Menschen frei zugänglich. Sie sind stolz auf ihre lange Geschichte als Demokratie. Tatsächlich sind sie die älteste und stabilste Demokratie in der Region. Außerdem ist das Land Vorreiter in Sachen Nachhaltigkeit. Die Einheimischen unternehmen alles, um ihren Besuchern die natürliche Schönheit ihres Landes und ihrer Tierwelt zu zeigen.

Der Katholizismus ist die offizielle Religion Costa Ricas. Costa Rica ist der einzige Staat auf dem amerikanischen Kontinent, der den Katholizismus als Staatsreligion etabliert hat. So ist die Religion ein großer Teil der costa ricanischen Kultur. Die Bedeutung der Religion zeigt sich in der Sprache, den Feiertagen und den Traditionen.

„Pura Vida" ist nicht nur das Motto von Costa Rica, sondern auch tief verwurzelt mit der heimischen Kultur und Lebensweise. Direkt übersetzt bedeutet es „reines Leben", aber in Costa Rica hat es eine größere Bedeutung. „Pura Vida" hat sich zu einem nationalen Symbol entwickelt, auf das die Menschen stolz sind. Es wird sowohl als Gruß und Verabschiedung, als Jubel, als Beschreibung und nachdrückliche Aussage verwendet.

Essen und Trinken

Die Küche des Landes ist eine Mischung dreier sehr unterschiedlichen Kulturen: die der amerikanischen Ureinwohner, die spanische und die afrikanische. Daher handelt es sich um eine Mischkochkunst, bei der die Zutaten, die in der Zeit vor der Entdeckung durch Kolumbus benutzt wurden, mit den mediterranen spanischen Einflüssen und einer Prise afrikanischer Gastronomie kombiniert werden. Die meisten Gerichte basieren auf Getreide, Hülsenfrüchten, tierischem Protein und Mehlprodukten, mehrheitlich also Reis, Bohnen, Fleisch und Brot. Da Costa Rica ein relativ kleines Land ist, finden sich an den meisten Orten dieselben Gerichte mit nur wenig regionaler Abweichung.

Das Nationalgericht Costa Ricas ist Gallo Pinto, ein Gericht aus Reis und Bohnen mit Zwiebeln und Koriander. Diese Mahlzeit wird traditionell zum Frühstück serviert, mit Eiern, Tortillas und Sauerrahm.

Eine typische Mahlzeit zum Mittagessen ist Casado. Casado ist eine Schale mit Reis, roten oder schwarzen Bohnen, Fleisch, Huhn oder Fisch, Gemüse oder Salat. Außerdem müssen Sie Tamale, die normalerweise zu Weihnachten serviert werden, und die beliebtesten Desserts Tres Leches probieren. Tres Leches ist ein süßes, weiches Pastell aus drei Arten von Milchprodukten.

Costa Rica ist auch sehr bekannt für seine Bananenplantagen und Kaffee.

Einkaufen und Souvenirs

Typische Mitbringsel sind Schaukelstühle aus Holz und Leder, die sich für den Transport auseinandernehmen lassen. Auf den Märkten findet man viele schöne Mitbringsel, die Preise sind jedoch etwas höher als in anderen lateinamerikanischen Ländern. Beliebte Andenken sind Holzgegenstände, Keramik, Schmuck, Lederartikel und verschiedene kunstgewerbliche Artikel. Ebenso eignen sich Kaffee und Schokolade sehr als Mitbringsel.

Reiseliteratur

An dieser Stelle möchten wir Ihnen einige Reiseführer für Costa Rica empfehlen:

Lonely Planet
Lonely Planet Reiseführer Costa Rica.
Lonely Planet Deutschland (2025).
ISBN-10: 357501261X

Müller-Wöbcke, Birgit & Alsen, Volker:
MARCO POLO Reiseführer Costa Rica
MAIRDUMONT (2026).
ISBN-10: 3829742959

Kirst, Detlev & Hehr, Isabel
Reise Know-How Reiseführer Costa Rica.
Reise Know-How (2025).
ISBN-10: 3831780277

Alsen, Volker:
DuMont Reise-Handbuch Reiseführer Costa Rica.
DUMONT Reiseverlag (2025).
ISBN-10: 3616016770

Ihre Reisenotizen

Ihre persönliche Beratung



Carina Sesterheim
Teamleiterin Europa
c.sesterheim@neuewege.com
+49 2226 1588-102

NEUE WEGE GmbH
Am Getreidespeicher 11 , 53359 Rheinbach
+49 (0)2226 1588-00
info@neuewege.com

@neuewegereisen

www.neuewege.com