



---

# COSTA RICA

« Jungles et Forêts »

*12 jours / 10 nuits - Au départ de Paris*

---



## **Votre contact Transunivers**

01.88.89.78.72

[gir@transunivers.fr](mailto:gir@transunivers.fr)



Transunivers SA – 28 rue Nollet 75017 Paris – Tél : 01 42 23 77 77 – Fax : 01 42 23 34 23  
SA au capital porté à 440 000 € - Siret 325.538.999.00112 – APE 7911Z-IM075120228





## Les points forts

Un voyage au Costa Rica est une immersion au cœur d'une nature sauvage et luxuriante. Un dépaysement total au paradis vert, entre plages secrètes et mangroves, lacs et volcans, le Costa Rica, pays de la « pura vida » porte bien son nom. Côté Caraïbes, partez en direction de Tortuguero, enclave préservée. Découvrez les sentiers de randonnée, arpentez les nombreux parcs nationaux : Arenal et son volcan roi, Rincon de la Vieja, ... et découvrez une faune et flore incroyables. Les adeptes de farniente profiteront de la côte Pacifique.

### Les points forts de votre programme :

- ✓ Des parcs nationaux pour une **rencontre** avec la Nature et une biodiversité étonnante.
- ✓ De l'**aventure**, comme la traversée de ponts suspendus et l'immersion dans la jungle de Tortuguero en safari bateau.
- ✓ Logements en **lodges**, et en **hôtels 3\*, 4\*** choisis par nos soins,
- ✓ Un **engagement** en faveur de la **protection de l'environnement** et du **développement durable**
- ✓ Le soutien à de **petits fournisseurs locaux**
- ✓ Un **guide 100% francophone, expérimenté et passionné** par la nature, la faune, la flore et la culture du pays
- ✓ **Notre réceptif certifiée au tourisme durable**, des actions communautaires et environnementales en relation avec des prestataires engagés
- ✓ Programme testé et approuvé par notre équipe.

## Notre savoir faire

Transunivers propose des voyages sur-mesure et travaille avec des prestataires locaux rigoureusement sélectionnés afin de concevoir des voyages de qualité répondant à vos attentes. Afin de s'en assurer, nos collaborateurs ont testé ce voyage et les visites proposées.

Transunivers est agréé par l'Association Internationale du Transport Aérien (**IATA**), adhérent au Syndicat national des agences de voyages (**SNAV**), membre du cercle économique des agences groupistes (**C.E.A.G**), partenaire de l'association Tourism For Development et de la fondation GoodPlanet.



Retrouvez-nous sur [www.transunivers.fr](http://www.transunivers.fr) ainsi que sur les réseaux sociaux :





## Votre itinéraire



Jour 1	Paris → San José
Jour 2	San José / Volcan Poas / San José
Jour 3	San José / Parc National de Tortuguero
Jour 4	Parc National de Tortuguero
Jour 5	Parc National de Tortuguero / Volcan Arenal
Jour 6	Volcan Arenal
Jour 7	Volcan Arenal / Rincon de la Vieja
Jour 8	Rincon de la Vieja
Jour 9	Rincon de la Vieja / Monteverde
Jour 10	Monteverde
Jour 11	Monteverde / San José → Paris
Jour 12	Paris





## JOUR 1 PARIS → SAN JOSE

Temps de vol : 11H30 - 20 km – Temps de route : 30 min

Convocation des participants à l'aéroport de Paris.  
Accueil par notre transfériste.

Assistance aux formalités d'enregistrement, puis ✈️ envol à destination de **San José** sur **vol régulier direct Air FRANCE**  
Prestations à bord.

### Arrivée à l'aéroport International Juan Santamaría.

Après les formalités de débarquement, accueil par votre guide local francophone.

**San José** se trouve au cœur d'une vaste vallée fertile. Née au 18<sup>ème</sup> siècle, elle garde peu de témoignages de l'époque coloniale. La capitale du Costa Rica compte un million d'habitants et elle est aujourd'hui l'une des villes les plus étendues et les plus cosmopolites d'Amérique centrale.

Transfert à l'hôtel.

**Cocktail de bienvenue** (jus de fruits sans alcool) et installation à l'hôtel.

Dîner et nuit à l'hôtel **BARCELO SAN JOSE PALACIO 3\* sup** ou de même catégorie.

### A SAVOIR : REPAS, CUISINE LOCALE et GASTRONOMIE

La cuisine costaricienne repose sur des ingrédients frais et des produits locaux d'excellente qualité. Nous privilégions les lieux ou menus qui permettent de découvrir les légumes, viandes et autres poissons de nos tropiques que ce soit dans un restaurant populaire, familial ou à la table de chefs qui revisitent les recettes locales.

Nous communiquons avec les restaurants pour que les boissons soient servies **sans pailles** ou au minimum avec des pailles en bambou ou recyclables.





## JOUR 2 SAN JOSE / VOLCAN POAS / SAN JOSE

105 km – Temps de route : 03h00

Petit déjeuner buffet à l'hôtel.

Route vers le volcan Poas au travers des brumes matinales et des plantations de café. Magnifiques points de vue sur la vallée centrale.

### DECOUVERTE DU PARC NATIONAL DU VOLCAN POAS.

Balade facile jusqu'à l'observatoire du volcan et de son cratère comptant parmi les plus grands au monde. Observation des fumerolles et de la lagune qui garnit le fond du cratère. Roches multicolores et émanations de soufre vous empliront les sens. L'accès au site permet également une découverte de la flore d'altitude. La balade à la **lagune de Boto** complète la visite.

**Arrêt/dégustation de café.** Les flancs des volcans sont des terres riches propices à l'agriculture. Ils sont couverts de plantations de café, de fraises et de pâturages pour les vaches. Un arrêt permettra de découvrir le monde complexe de la production du café, l'or noir du Costa Rica... Avec une explication dans les champs de café et une dégustation de cette boisson pur arabica.

*Déjeuner typique (inclus un jus naturel + un café).*

*(Dégustation de Casado, plat à base de riz, haricots, légumes, banane plantin confite, fromage de Turrialba et viande ou poisson.)*

Retour sur **San José**.

Balade guidée à pied dans le centre de la capitale San Jose, l'histoire d'une nation qui sort de la colonie **espagnole**. Vous découvrirez la façade du magnifique théâtre national qui fait la fierté des Ticos car considéré comme le principal monument national en vertu de sa beauté architecturale, la cathédrale métropolitaine, les nombreux parcs qui verdissent le centre-ville et la Avenida Central, grande rue piétonne très prisée des josefinos car on y trouve toutes sortes de boutiques.

Pour le shopping et quelques souvenirs, partez à la découverte du **petit Musée Indigène et de leur boutique de commerce équitable**. Cette boutique permet à plus de 120 familles d'améliorer ses conditions de vie. Vous découvrirez les différentes communautés du pays et leurs spécialités culturelles et artisanales, notamment.

Retour à votre hôtel.

*Dîner buffet (inclus un jus naturel).*

Nuit à l'hôtel **BARCELO SAN JOSE PALACIO 3\* sup** ou de même catégorie.





### JOUR 3 SAN JOSE / TORTUGUERO

115 km – Temps de route : 03h30 + 1h30 de bateau

Café et biscuits à l'hôtel.

Départ pour la côte caraïbe nord en transfert collectif (bus du lodge).

Vous quittez la vallée centrale en franchissant l'immensité verte du Parc National Braulio Carrillo. Avec ses cols à 2000m et ses monts Barva (2906m) et Cacho Negro (2150m), il protège différents écosystèmes de forêt tropicale humide et forêt tropicale nuageuse, que vous pourrez observer au fur et à mesure de votre ascension. Une fois passée la cordillère centrale, vous vous trouvez face à la plaine des Caraïbes.

Arrêt pour un petit-déjeuner complet en cours de route.

Poursuite de la route à travers les gigantesques bananeraies, jusqu'à l'embarcadère et [remontée en bateau jusqu'à Tortuguero](#), petit village isolé de la côte Caraïbe Nord, coincé entre un large estuaire et l'océan atlantique et accessible uniquement par avion et bateau.

Arrivée, **cocktail de bienvenue** (jus de fruits sans alcool) et installation au lodge.

*Déjeuner buffet (inclus un jus naturel et un café ou thé).*

#### Visite du village de Tortuguero

Petite balade dans le village pour découvrir l'école, l'église.... Temps libre pour se balader, faire quelques achats ... ! C'est une petite communauté perdue au bout du monde qui aujourd'hui sort de son isolement avec la visite des voyageurs pour le Parc National. Entre les petites rues, parfois encore en chemin de sable, la plage et la lagune, un moment pour voir la vie tropicale apaisée bercée par les couleurs caribéennes des décorations et de la végétation.

[Présentation du guide sur les tortues marines](#) Le guide vous fera une présentation sur les tortues marines au Costa Rica, en commençant par l'histoire du village de Tortuguero et l'initiation du projet pour la protection des tortues et la création de l'organisme STC (Sea Turtle Conservancy). Il vous fournira des explications sur les migrations des tortues, leur biologie et les différentes méthodes mises en place pour les protéger, notamment les patrouilles qui s'organisent chaque année dans le pays.

*Dîner buffet (inclus un jus naturel et un café ou thé).*

Nuit au lodge LAGUNA LODGE 3\* ou de même catégorie.

**NB : prendre note que selon le niveau de l'eau dans les canaux du parc, l'embarcadère pourrait être modifié, entraînant une augmentation de trajet route d'environ 1h30.**





## JOUR 4 TORTUGUERO

Petit-déjeuner buffet au lodge.

### Découverte du parc national de Tortuguero en safari-bateau

Départ en bateau pour la visite des canaux du Parc National (environ 2h). Observation de la flore et de la faune de cette forêt primaire de 32.000 ha, qui s'étend à perte de vue. Elle abrite des centaines d'espèces de plantes - orchidées, fougères, broméliacées - et d'arbres centenaires. Au cœur de ce splendide décor tropical, le spectacle est partout et les yeux incroyablement aiguisés des capitaines permettront aux explorateurs de découvrir la vie à peine cachée qui se déroule devant eux. Auprès des berges, les caïmans attendent paisiblement leur tour d'entrer en scène pendant que les singes araignées s'égayent dans les branches chargées de fruits. Les oiseaux sont les plus actifs et pêchent dans le canal. La tranquillité du tableau n'est pas feinte et les paresseux qui vivent ici en nombre sont les premiers à s'en féliciter.

Retour au lodge.

### Promenade sur les sentiers du lodge

Traversée de la forêt tropicale. Dans les jardins, le guide vous présentera l'incroyable diversité de plantes et fleurs tropicales.

*Déjeuner buffet (inclus un jus naturel et un café ou thé).*

Après-midi, temps libre pour profiter des activités en option proposées par le lodge ou pour se détendre au bord de la piscine.

*Dîner buffet (inclus un jus naturel et un café ou thé).*

Nuit au lodge LAGUNA LODGE 3\* ou de même catégorie.

**NB :** *Il est fortement déconseillé de se baigner dans la lagune ou l'océan en raison des animaux et courants. Le safari-bateau est une activité organisée par les lodges de Tortuguero. Chaque bateau a une capacité de 15 personnes. Si le groupe dépasse ce maximum, les voyageurs seront répartis sur plusieurs bateaux. Les gardes du parc décident de la distribution des routes. Il se peut que les embarcations prennent des routes différentes, cependant elles seront accompagnées d'un guide local ang/esp.*





## JOUR 5 TORTUGUERO / VOLCAN ARENAL

190 km – Temps de route : 03h30 + 1h30 de bateau

Petit-déjeuner buffet au lodge.

Départ d'une zone immergée pour rejoindre une terre de Feu. Départ en bateau avant de reprendre la route principale des caraïbes.

*Déjeuner buffet en cours de route (inclus un jus naturel et un café ou thé).*

Continuation vers la région de Sarapiquí. C'est la région des plaines du nord du Costa Rica. Nous sommes dans l'écosystème des caraïbes, des jungles humides, des rivières sauvages et des cultures de plantes et de fruits tropicaux.

Continuation vers la plaine du nord, riche en plantations de fruits tropicaux et agrumes avec en fond le cône parfait du volcan Arenal qui s'élève. Végétation tropicale et luxuriante qui entoure le colosse, les eaux chaudes qui s'en échappent et le magnifique lac qui s'étale à ses pieds en font l'un des sites les plus spectaculaires du pays.

Arrivée, **cocktail de bienvenue** (jus de fruits sans alcool) et installation à l'hôtel.

*Dîner au village* et nuit à l'hôtel **LAVAS TACOTAL LODGE 3\*** ou de même catégorie.



## JOUR 6 VOLCAN ARENAL

Petit-déjeuner à l'hôtel.

### Visite d'une ferme écologique, trapiche tour et cours de Tortillas

Rencontre avec la famille Gonzalez, un foyer d'agriculteurs engagés qui pratique l'agriculture biologique depuis plus de 40 ans. Sous la Troja, lieu traditionnel de vie et de discussion, vous apprendrez tout sur la canne à sucre et l'outil anciennement utilisé pour sa transformation : le trapiche, avant de goûter toutes les saveurs de la canne à sucre : le fruit frais, son jus et son alcool, le guaro artisanal, favori des ticos. En poursuivant la visite, vous traverserez des plantations de cultures de plantes et légumes conduites suivant un mode de production biologique durable et découvrirez certaines légendes emblématiques du Costa Rica. Le tout dans un cadre naturel enchanteur et accompagnés par les propriétaires de la ferme qui ne manqueront pas de vous faire **déguster le café produit sur la ferme après vous avoir accueillis pour un cours de tortillas maison !**

*Déjeuner traditionnel « OLLA DE CARNE » (« pot-au-feu costaricien » avec des légumes tropicaux : banane plantain, manioc, macabo... et viande de bœuf) sur place (inclus un jus naturel et un café ou thé).*

[Balade sur les ponts suspendus d'Arenal](#)





Sur un parcours de quelques 3000 mètres, vous traverserez la forêt tropicale par des sentiers reliés entre eux par 8 ponts fixes et 6 ponts suspendus. Les sentiers ont été conçus pour être accessibles à tout le monde. Les ponts sont des structures métalliques de haute technologie offrant toute la sécurité nécessaire. Ils mesurent de 8 à 98 mètres de longueur et le plus haut d'entre eux s'élève à 45 mètres de hauteur. La succession de sentiers et de pont permet d'apprécier la flore de cette forêt tropicale humide d'une perspective différente, des racines à la canopée.

Petite visite guidée du village de la Fortuna, l'occasion d'en apprendre plus sur ce célèbre village et son volcan !

Temps libre pour faire quelques achats ou profiter des installations de l'hôtel.

*Dîner au village (un jus naturel inclus)* et nuit à l'hôtel **LAVAS TACOTAL LODGE 3\*** ou de même catégorie.



## JOUR 7 PARC NATIONAL DU VOLCAN ARENAL / RINCON DE LA VIEJA

150 km – Temps de route : 04h00

Petit-déjeuner à l'hôtel.

### Découverte du Parc National du Volcan Arenal.

A travers la forêt environnante et d'anciennes coulées de lave (dont la dernière éruption date de 1968), vous découvrirez comment la nature se régénère à une vitesse incroyable. En approchant du volcan, on distingue tout de même encore quelques traces des éruptions passées dont les coulées de lave ont ouvert un chemin. Votre guide vous commentera l'histoire de ce stratovolcan géant et vous enseignera les richesses biologiques qui l'entoure.

**Départ pour Rincon de la Vieja.** Après le barrage qui a créé le lac le plus grand du pays, inondant les villages d'Arenal et de Tronadora, la jungle conserve une vitalité et une densité typique des Caraïbes. **Rencontre très possible avec des coatis, des singes, des toucans...** Sur le parcours, de splendides points de vue sur le volcan bordé de la jungle et du lac. Nous sommes dans une zone de grands vents où les meilleurs spécialistes viennent se défier au wind surf. Sur les collines, des éoliennes fournissent une partie de l'énergie naturelle d'un **pays qui veut être le premier 100% Carbone neutre.**

**Départ pour la découverte de la région centrale du Guanacaste :** zone d'élevage aux paysages de pampa et de savane. Ambiance cow-boy et rancharo... Cette région sèche du nord-ouest, s'est ralliée au Costa Rica par un référendum. La population est ici beaucoup plus métissée, nous sommes sur les terres des descendants des Chorotegas. La route atteint maintenant l'Interaméricaine, légendaire route qui relie toute l'Amérique, depuis l'Alaska au Chili.

*Déjeuner en cours de route.*





**Arrivée au volcan Rincon de la Vieja.** Le nom de l'endroit, littéralement le « coin de la vieille », vient d'une légende indienne selon laquelle une princesse retirée du monde des hommes soignait avec des bains de boues...Le volcan Rincón de la Vieja, composé de neuf cratères, a depuis toujours fait parler de lui. Ainsi, à une époque lointaine, il est dit que le volcan était si souvent en éruption qu'il servait de phare aux navigateurs qui longeaient la côte du Pacifique !

Arrivée, **cocktail de bienvenue** (jus de fruits sans alcool) et installation au lodge.

*Dîner (inclus un jus naturel).*

Nuit au **BUENA VISTA LODGE** ou de même catégorie.





## JOUR 8 PARC NATIONAL RINCON DE LA VIEJA

*Temps de route : 02h30*

Petit-déjeuner au lodge.

Transfert au parc national.

### Découverte du Parc National du Volcan Rincon de la Vieja. *(Fermé les lundis)*

Marche de deux heures, sur un parcours relativement facile dans le secteur de « Las Pailas » (les puits de boue en ébullition). Découverte de la forêt tropicale sèche, de ses chaudrons de boue, de ses fumerolles et de ses arbres gigantesques. De nombreux arbres sont parasités par des Ficus Matapalo, qui se développent autour de leur victime jusqu'à la dépasser et l'étouffer... Les arbres sont ainsi souvent doublement gigantesques. Cette forêt est traversée par des cours d'eau et des veines de gaz brûlants qui ont créé des "chaudrons" de boues en ébullition. Vous sentirez vivre la terre à vos pieds !

*Déjeuner (inclus un jus naturel).*

Après-midi libre pour se détendre, profiter des thermes et bains de boue de l'hôtel ou encore pour faire une activité en option au départ du lodge.

*Dîner (inclus un jus naturel).*

Nuit au lodge **BUENA VISTA LODGE 3\*** ou de même catégorie.





## JOUR 9 RINCON DE LA VIEJA / MONTEVERDE

129 km – Temps de route : 03h00

### Petit-déjeuner au lodge.

Petit temps libre pour profiter des installations du lodge avant le départ.

Départ pour Monteverde.

*Déjeuner en cours de route*

**Continuation vers les forêts nuageuses**, changement radical d'écosystème. Arrivée à Monteverde dans la cordillère de Tilarán, entre la Vallée Centrale et le Guanacaste. Les épais nuages qui englobent les arbres gigantesques, les marécages, les lianes, les mousses et les innombrables fougères vous donneront l'impression de vous être égarés dans un monde d'eau et de verdure.

Arrivée, **cocktail de bienvenue** (jus de fruits sans alcool) et installation au lodge.

*Dîner (inclus un jus naturel).*

Nuit au LOS CIPRECES LODGE *ou de même catégorie.*

## JOUR 10 MONTEVERDE

### Petit-déjeuner au lodge.

**Découverte d'une réserve privée à Monteverde.** Balade sur les sentiers d'une des réserves privées de Monteverde. La forêt nuageuse de cette zone abrite le fameux et très rare Quetzal. Avec un peu de chance, vous pourrez peut-être apercevoir le plumage chatoyant de vert et de rouge de cet « Oiseau des Dieux » ou des colibris piaillant à travers toute la réserve. La faune présente (400 espèces d'oiseaux, plus d'une centaine de mammifères et environ 120 espèces de reptiles) vivent dans cette forêt brumeuse unique en son genre. Les arbres sont festonnés d'orchidées et de broméliacées, de la mousse, des fougères et toutes sortes de plantes grimpantes poussent de partout grâce au haut taux d'humidité que contient l'air.



*Déjeuner dans un restaurant local.*





**Tour de café.** La ferme vous accueille pour une visite dans le temps et l'espace sur le thème du café. Après une introduction historique sur l'histoire du café, de son arrivée au Costa Rica et de ses bénéfices pour le développement du pays, le tour vous fait traverser les différentes étapes de la culture du café depuis sa plantation jusqu'à sa torréfaction. La récolte du café, toujours effectuée à la main, est une tradition de long terme qui vous sera présentée avant de poursuivre vers les étapes suivantes de dépulpage et séchage qui conduisent au grain vert. La torréfaction est la dernière étape du processus et celle qui permet de révéler les arômes et les saveurs qui font la renommée du café.

Une **dégustation du café de la Finca** vous sera bien sûr proposée pour clore cette visite au monde de l'Or Noir !

Temps libre pour se balader au village, faire quelques achats ou se détendre au lodge.

*Dîner (inclus un jus naturel).*

Nuit au **LOS CIPRECES LODGE** ou de même catégorie.

**JOUR 11 MONTEVERDE / SAN JOSE → PARIS**

*Temps de route : 04h30*

**Petit-déjeuner buffet à l'hôtel.**

Selon les horaires de vol, **déjeuner à l'hôtel ou à San José**

Transfert à l'aéroport Juan Santa Maria pour votre vol retour, **avec l'assistance d'un guide francophone.**

Assistance aux formalités d'enregistrement, puis → envol à destination de **Paris** sur **vol régulier direct Air France**

Prestations et nuit à bord.

**JOUR 12 → PARIS**

Petit déjeuner à bord

Arrivée à **Paris**.





# « COSTA RICA

## « Jungles et Forêts »

12 jours / 10 nuits - Au départ de Paris

PERIODE DE REALISATION : **DU 25 MAI AU 5 JUIN 2024**

BASE DE REALISATION : Minimum 12 participants / maximum 16 participants  
Groupe déjà composé de 8 personnes.

## Les horaires de vols à ce jour

### AIR FRANCE

Paris Charles de Gaulle	13H25 – 16H55	San José
San José	19H00 - 13H35 +1	Paris Charles de Gaulle

### FORMALITÉS ET VACCINATIONS POUR LES RESSORTISSANTS FRANÇAIS

- ✓ Pour les ressortissants français, un passeport en cours de validité au moins un jour après la date de retour.
- ✓ Si vous êtes ressortissant français aucun visa n'est nécessaire si votre voyage n'excède pas 30 jours.

#### Démarches obligatoires :

- ✓ Les personnes de nationalité étrangère sont priées de contacter les autorités compétentes (consulats, ambassades) afin de connaître et d'appliquer leurs modalités d'entrée et de sortie des territoires.
- ✓ Cependant si vous prévoyez une incursion profonde dans la zone des Caraïbes, une vaccination contre la fièvre jaune est recommandée. La vaccination contre le choléra n'est pas non plus obligatoire. Quelques règles essentielles d'hygiène restent la meilleure protection contre les maladies : boire de l'eau en bouteille capsulée, éviter de consommer des jus de fruits en dehors des hôtels et restaurants utilisés. Ne pas manger de légumes crus, ni de fruits non épluchés. Emportez également des médicaments pour les troubles intestinaux et n'oubliez pas vos produits solaires.
- ✓ Nous vous prions tout de même de consulter votre médecin traitant ou l'institut Pasteur sur le site web [www.pasteur.fr/externe](http://www.pasteur.fr/externe) pour connaître les vaccinations obligatoires ou conseillées et pour tout traitement antipaludéen.

