

Reiseprogramm

NICARAGUA

Bike-Abenteuer El Ciclismo Tropical



**Auf dem Grenzfluss Rio Frio
Biken am Lago de Nicaragua
Kaffeetrails im Hochland
León, die Löwenstadt
Bike & Hike auf der Isla de Ometepe
Kolonialstadt Granada**

bike adventure tours



PROVISORISCHES REISEPROGRAMM

Noch ist es ein Geheimtipp: Nicaragua. Alles, was die Vielfalt Mittelamerikas ausmacht, ist hier zu finden: liebenswerte Menschen, eine vielfältige Tierwelt, majestätische Vulkane, dschungelbewachsene Gebirgsketten, ein riesiger Binnensee mit Vulkaninseln, Traumstrände am Pazifik und nicht zuletzt Kolonialstädte wie Granada oder Leon mit reicher Architektur und beschaulichem Leben. Dies alles entdecken wir im Bikesattel und auf abgelegenen Trails – ein tropischer Leckerbissen vom Feinsten! Erleben Sie eine einmalige Bikereise ausgeheckt durch unsere beiden Latino-Reiseleiter Gian Luca Cavenaghi und Dani Müller. **Eine Reise für Abenteuerlustige und Karibikliebhaber.**

1. Tag **Flug von Europa nach San José, Costa Rica**

Wir treffen uns am Flughafen Zürich, verpacken unsere Bikes und fliegen nach San José, wo wir am Abend (Ortszeit) ankommen und per Bus ins nahe gelegene Hotel fahren. Bei einem Blick über das Valle Central genießen wir unseren ersten Abend in Costa Rica. Flüge ab anderen Flughäfen auf Anfrage. *(Flugdetails siehe Flugplan)*

Schönes Hotel mit Swimmingpool, oberhalb Alajuela, (F)

2. Tag **Downhill zum Fuss des Vulkan Arenal (55 km, 200 Hm)**

Der Begleitbus schenkt uns die ersten Höhenmeter hinauf ins Hochland. Anschliessend startet unser erstes Bikeabenteuer gleich mit einer rasanten Abfahrt auf einer knackigen Schotterpiste. Auf den letzten Kilometern Richtung Vulkan Arenal wird es flacher. Durch viele kleine Dörfer hindurch erreichen wir eine einsame Kaffeeplantage, herrlich an einem Fluss gelegen. Hier lässt es sich wunderbar entspannen...

Einfache aber originale Hacienda mit Mehrbettzimmern, nahe Fortuna, (F)

3. Tag **Biketrails entlang des Vulkan Tenorio (60 km, 850 Hm)**

Eine spannende Etappe erwartet uns heute: Erst fahren wir mit dem Begleitbus der Nordseite des Arenal-Stausees entlang, immer mit Blick auf den majestätischen Vulkan Arenal. Im Bikesattel überwinden wir mehrere Gebirgsrücken entlang dem mächtigen Massiv des Tenorio. Wir biken über kleine Brücken und durch eine abgelegene tropische Region bis hinunter ins karibische Flachland. In einem kleinen Bijou eines ausgewanderten Schweizers übernachten wir, direkt an der Laguna Caño Negro.

Schöne Bungalowanlage mit tropischem Fruchtegarten, Caño Negro, (F)

4. Tag **Laguna Caño Negro und Grenzfluss Rio Frio (27 km, 100 Hm)**

Der Morgen steht zur freien Verfügung, z.B. für die Besichtigung des tropischen Obstgartens oder eine fakultative Kanu- oder Bootsfahrt auf der Lagune, wo diverse Vögel und mit etwas Glück Affen und Kaimane beobachtet werden können. Am Mittag radeln wir los durch die Sumpflandschaft bis zum Grenzstädtchen. Wir verabschieden uns von der Tico-Begleitcrew, erledigen die Zollformalitäten und verladen Bikes und Gepäck auf die Lang-

boote. Eine eindrückliche Bootsfahrt führt uns über die Grenze nach Nicaragua. In einem hübschen Dörfchen direkt am Lago de Nicaragua übernachten wir und erleben die Gastfreundschaft und gemütliche Lebensart der 'Nicas'.

Einfache Herberge mit Mehrbettzimmern, San Carlos (F)

5. Tag- Biken entlang des Lago Nicaragua (Total 108 km, 1700 Hm)

6. Tag Während zweier Tage sind wir stets in Tuchfühlung mit dem drittgrössten Binnensee Lateinamerikas. Wir biken auf kaum befahrenen Naturstrassen durch das Hinterland, bestaunen das einfache Leben der Menschen und werden selber bestaunt auf unseren Mountainbikes. Es ist eine Reise der Begegnungen, eine Reise in eine andere Welt. Doch wo immer wir hin kommen sind wir herzlich willkommen – Erinnerungen an Kuba werden wach. Immer wieder begegnen wir Reitern hoch zu Ross, Autos sieht man hier kaum. Wir verbringen eine Nacht direkt am See, hören den Bananenfrachter kommen und geniessen abends das quirlige Städtchen. Nach Möglichkeit tauschen wir tags darauf das Bike gegen ein Fischerboot und erleben den See in seiner grossen, unendlich scheinenden Weite...

1 x einfache Herberge am See, San Miguelito, (F)

1 x Hacienda-Hotel, Juigalpa, (F)

7. Tag Hinauf ins Hochland Nicaraguas (47 km, 1600 Hm)

Eine Busfahrt führt uns hinauf ins Hochland. Es steht uns eine knackige Bikeetappe bevor – alles der Kordillerenkette entlang, mit vielen Schweißtreibenden Aufstiegen. Doch die Mühe lohnt sich, auf 1600 Meter über Meer erwartet uns eine einsame, rustikale Finca mit einem traumhaften Ausblick über das Kaffeeland und die grünen Wälder. Hier oben ist der Nachthimmel meist klar und es funkeln tausend Sterne.

Rustikale Gebirgs-Lodge mit Mehrbettzimmern, San Ramon, (F)

8. Tag- Ruhetag auf der Kaffeefarm Selva Negra (42 km, 1350 Hm)

9. Tag Heute folgt ein weiteres Highlight dieser aussergewöhnliche Bikereise: Auf wunderschönen Naturtrails biken wir durch einen Garten Eden – durch Föhrenwälder und riesige Kaffeeplantagen, hinauf zu herrlichen Aussichtspunkten, hinunter auf atemberaubenden Schotterpisten, mit kleinen Wasserfällen und Naturbecken zum Baden, und, und, und... Immer wieder treffen wir die Campesinos, lachen einander an und plaudern ein wenig auf Spanisch. Nach einem langen Aufstieg erreichen wir die Kaffeefarm von Maudi, einer rüstigen Patronin mit deutscher Abstammung. Kein Wunder heisst doch ‚Selva Negra‘ auf deutsch ‚Schwarzwald‘. Am folgenden Ruhetag zeigt sie uns ihr riesiges Reich. Alles rein ökologisch, alles durchdacht, wir kommen aus dem Staunen nicht mehr heraus....

Rustikale Bungalows in schöner Gartenanlage mit See, Matagalpa, (F)

- 10. Tag- Von der Sierra in die Löwenstadt** (Total 146 km, 2200 Hm)
- 11. Tag** Die nächsten beiden Tage heisst es Mountainbiken vom Feinsten! Wir durchqueren die Sierra, teils auf Teer- und Pavéstrassen, teils auf abenteuerlichen Naturstrassen quer durchs Hinterland. Die Vielfalt der Vegetationszonen fasziniert uns. Vom höchsten Punkt auf über 1500 Meter biken wir rauf und runter bis in die pazifische Tiefebene, nach Leon, der Löwenstadt. Die Nacht verbringen wir in einer angenehmen Hochlandstadt, tagsüber machen wir immer wieder Halt in kleinen Dörfern und lernen Nicaragua so kennen wie kaum ein Tourist vor uns. Doch die Zivilisation lockt. León mit seinen grosszügigen Plätzen lädt ein zum Flanieren, Café trinken und bietet die Möglichkeit Abends das Tanzbein zu schwingen.
1 Nacht im Stadthotel, Esteli, (F)
1 Nacht in schönem Kolonialhotel, León, (F)
- 12. Tag Sand-Boarden Cerro Negro** (ca. 24 km, ca. 150 Hm)
Frühmorgens bringt uns der Bus zum eindrucksvollen Cerro Negro Vulkan. Nach der ca. 45-minütigen, schweisstreibenden Besteigung des sandigen Riesen belohnen wir uns mit einer rasanten Abfahrt auf dem Board, schlittehend oder gemütlich zu Fuss. Nach dieser abenteuerlichen Abwechslung geht es wieder wie gewohnt per Bike und Bus weiter bis nach Granada, zur schönsten Stadt Nicaraguas. Bei Sonnenuntergang unternehmen wir einen gemütlichen Bootsausflug in die Isletas, die Inselwelt vor Granada.
Stilvolles koloniales Stadthotel, Granada, (F)
- 13. Tag- Biken und Baden am pazifischen Traumstrand** (35 km, 350 Hm)
- 14. Tag** Der Morgen steht zur freien Verfügung in Granada. Nachmittags fahren wir kurz mit dem Bus und radeln danach auf einer herrlichen Naturstrasse hinunter zum Pazifik. Unser herrliches Ressort liegt direkt am tropischen Sandstrand und bietet unzählige Ausflugsmöglichkeiten zu einsamen Stränden, zu Fuss, mit Kajak, im Pferdesattel oder per Bike. Den Ruhetag geniesst jeder nach Lust und Laune. Pferde und Kajaks können fakultativ gemietet werden.
Gepflegtes Baderessort mit Pool und Privatstränden, Rivas (F)
- 15. Tag- Vulkaninsel ‚Isla de Ometepe‘** (70 km, 700 Hm)
- 16. Tag** Eine gemütliche Biketour bringt uns an den Lago de Nicaragua und mit der Fähre überqueren wir das riesige Binnenmeer bis zur Vulkaninsel Ometepe. Wie gigantisch der Vulkan Concepcion auf uns wirkt, mit seinen 1610 Metern! Wir biken seiner Flanke entlang und bestaunen ihn von allen Seiten. Unser Ziel aber ist der etwas kleinere Vulkan Maderas, mit seinen 1394 Metern fast ebenso imposant. Wer will unternimmt am Folgetag ein eindruckliches mehrstündiges Trekking auf den Vulkan Concepcion und geniesst die Aussicht über den See. Alternativ ist eine knackige Bikeumrundung des Vulkans Maderas (44 km / 600 Hm) oder ein Ruhetag in der gemütlichen Lodge am See möglich.
Schöne Lodge mit Bungalows direkt am See, Ometepe, (F)

- 17. Tag Surfers Paradise im Süden (63 km, 500 Hm)**
Hier im südlichsten Zipfel Nicaraguas sind die besten Wellenreit-Revier. Wir radeln dem Concepcion entlang zurück zur Fähre. Danach biken wir quer über die schmale Landzunge zwischen Pazifik und Lago de Nicaragua nach San Juan del Sur, dem angesagtesten Badeort des Landes. Hier gibt es alles was das Herz begehrt, einen weiten Strand, coole Bars, nette Cafés und viel junge Menschen aus der ganzen Welt die hierher zum Surfen kommen.
Gemütliches kleines Hotel in Strandnähe, San Juan del Sur (F)
- 18. Tag Rückreise nach Costa Rica**
Der Bus bringt uns am späteren Morgen zurück über die Grenze nach Costa Rica. Wir übernachten in der Nähe von Liberia, einer charmanten Kleinstadt. Mit einem gemeinsamen Abschlussabend in einer schönen Lodge lassen wir diese einmalige Reise ausklingen.
Gemütliche Lodge, Liberia, Costa Rica (F)
- 19. Tag Abschied von Zentralamerika**
Der Bus fährt uns auf der Panamericana zurück zum Flughafen San Jose. Wir verabschieden wir uns von Zentralamerika und unserem Begleiteteam und fliegen über Nacht zurück nach Europa.
- 20. Tag Ankunft in Europa**
Wir kommen in Zürich an. *(Flugdetails siehe Flugplan)*

REISEINFOS

Konditions-Level: 3

Fahrtechnik-Level: 2–3

Strecke/Anforderung: **Gesamtstrecke 670 Kilometer, ca. 10'500 Höhenmeter**, aufgeteilt auf 12-13 Tages-Etappen. Im Schnitt fahren wir pro Tag 54 km und 840 Hm.

Gut 50% der Strecke fahren wir auf Naturstrassen, meist breit aber oft sehr schottrig. Dazu kommen 50% asphaltierte oder pavésierte Nebenstrassen.

Ein Begleitfahrzeug ist stets dabei und bietet meistens eine Mitfahrgelegenheit.

Gratis Leihbikes:

L

Wir stellen vor Ort gratis **frontgederte** Leihbikes (Marke: Bergamont) zur Verfügung.

Fully Mietbike:

M

Gegen einen Aufpreis von CHF 290.– bieten wir **vollgederte** Mountainbikes (Marke: Bergamont, Jahr 2009).

Interessenten bitten wir, sich frühzeitig bei uns zu melden. Die Anzahl der verfügbaren Fullys ist limitiert.

Eigenes Bike:

Die Mitnahme des eigenen Bikes auf dem Flug ist limitiert, kostenpflichtig und muss vorgängig durch uns reserviert werden. Diese Reservation bildet aber keine Transportgarantie, die Airline kann noch beim Check-in den Transport des Bikes ohne Angabe von Gründen verweigern! Die Bike-transportkosten betragen CHF 190.– (Stand Nov. 11).

Teilnehmerzahl:

mind. 10, max. 15 Personen plus Reiseleitung

Anmeldeschluss:

8 Wochen vor Reisebeginn, 12 Wochen bei Neujahrsreise (später auf Anfrage)

bike adventure tours

Daten	Preise CHF	EZ-Zuschlag CHF	Reiseleitung
NIC-1/12 13. Juli – 1. Aug. 2012	5290.–	520.–	Daniel Müller
NIC-2/12 27. Okt. – 15. Nov. 2012	5290.–	520.–	Martina Schiffer
NIC-3/12 19. Dez. 12 – 7. Jan. 13	5490.–	550.–	Karin Zachas
NIC-1/13 13. Juli – 1. Aug. 2013	5390.–	auf Anfrage	

Wir bemühen uns, eine/n ZimmerpartnerIn für Alleinreisende zu finden!

€ Bei einer gewünschten Zahlung in Euro wird der Europreis bei der Buchung zum Tageskurs CHF/€ festgelegt.

Im Preis inbegriffen:

- Flug Zürich – San José – Zürich (andere Flüge auf Anfrage)
- Flughafen- und Sicherheitstaxen (Iberia CHF 95.–, Stand Nov. 11)
- Treibstoffzuschläge im Ticketpreis inbegriffen
- 18 kg Freigepäck ohne Bike
- frontgefedertes Gratis-Leihbike vor Ort
- 14 Übernachtungen im Doppelzimmer in guten bis sehr guten Hotels
- 4 Nächte im Mehrbettzimmer in Herbergen
- tägliches Frühstück und 2 Abendessen
- Ausreisetaxe Costa Rica US\$ 28.–
- Begleitfahrzeug
- alle regulären Eintritte, Ausflüge und Bootsfahrten
- bat-Biketrikot
- bike adventure tours-Reiseleitung

Nicht inbegriffen:

- nicht aufgeführte Mahlzeiten und alle Getränke
- fakultative Ausflüge wie z.B. Kajaking, Reiten, Surfen, usw.
- Trinkgelder
- Aufpreis für voll gefedertes Leihbike (siehe S. 7)
- Transportkosten Iberia bei Mitnahme des eigenen Bikes (siehe S. 7)
- oblig. Assistance- und Annullationskostenversicherung
- evtl. ½ Einzelzimmerzuschlag (siehe AVR B Punkt 3.1)
- evtl. Kleingruppenzuschlag (siehe AVR B Punkt 3.2)

Legende Mahlzeiten: F = Frühstück, M = Mittagessen, A = Abendessen

Bildergalerie & Buchungsstand: Zu jeder Reise unter www.bikereisen.ch ersichtlich.

Programmänderungen sind vorbehalten, alle Angaben ohne Gewähr.

Eigene Notizen



Beratung & Verkauf

bike adventure tours
Sagistrasse 12
CH-8910 Affoltern am Albis
Tel. +41 (0)44 761 37 65
Fax +41 (0)44 761 98 96
info@bikereisen.ch

Deutschland Vertretung
bike adventure tours Vertretung
Sonja Wolfgramm
Guntramstrasse 29, D-79106 Freiburg
Tel. +49 (0)761 38 44 331
Fax +49 (0)761 38 44 332
info@bike-adventure-tours.de
www.bike-adventure-tours.de

GLOBETROTTER GROUP MEMBER