



# Costa Rica

## BIKE-ABENTEUER ZWISCHEN HOCHLAND UND PAZIFIK

*Costa Rica verzaubert uns mit tropischer Flora, exotischen Tieren und gastfreundlichen Menschen. Kaum ein Land bietet auf so engem Raum solch vielfältige Landschaften. Die Kordilleren-Kette mit ihren lavaspeienden Vulkanen erhebt sich über den feuchten Nebelwald. Wildwasserflüsse, kristallklare Seen und endlos weite, wunderschöne Sandstrände locken zu einem erfrischenden Bad. Wir entdecken Vogelparadiese in den tieflandigen Trockenwäldern und Mangroven, begegnen Brüllaffen und mit etwas Glück auch Tukanen und Faultieren. Das Biken kommt selbstverständlich nicht zu kurz: Meistens sind wir auf Naturstrassen und abenteuerlichen Trails unterwegs. Das grosse Finale ist der Traum-Downhill vom Vulkan Irazú (3432 m) hinunter auf Meereshöhe! Wer das Naturerlebnis vom Bike aus sucht, gerne seltene Tierarten beobachtet und Sonnenuntergänge an tropischen Stränden liebt, den wird Costa Rica verzaubern.*

### KONDITION



### TECHNIK



frontgefedertes Bike  
inbegriffen



frontgefedertes E-  
Mountainbike für  
gemischte Gruppen



Bootstour auf dem  
Rio Tempisque



herrliche Strände am  
Pazifischen Ozean



faszinierende  
Tierwelt im  
Dschungel



Trekking im  
Nationalpark Rincón  
de la Vieja

## Highlights

- *Stausee und Vulkan Arenal*
- *Skywalk im Nebelwald Monteverde*
- *Heisse Quellen im Rincón de la Vieja*
- *Tierwelt im Nationalpark Palo Verde*
- *Baden und Biken an Traumstränden*

## REISEPROGRAMM

### E-Bike und Bike

Costa Rica hat grosses Erlebnispotential, auch mit dem E-Mountainbike. Wir fahren auf der bewährten Bikeroute. Nur auf der Nicoya Halbinsel werden wir nicht auf dem Strand biken, sondern weichen auf eine alternative Strecke im Hinterland aus. Je nach Wasserstand der Flüsse kann das Reiseprogramm ebenfalls leicht abweichen. Neben der ausgeschriebenen **Gruppenreise vom 30.11. - 18.12.2021**, kann die Tour mit Elektrobikes auch als **Individualreise ab 2 Personen** gebucht werden.

### 1. Tag: Flug nach San José

Wir treffen uns im Flughafen Zürich und mit einem Direktflug von Edelweiss fliegen wir nach San José, wo wir am Abend (Ortszeit) ankommen. Der Begleitbus bringt uns ins nahe gelegene Hotel. Wir beziehen die Zimmer und geniessen den ersten gemeinsamen Abend in Costa Rica.

Übernachtung: Hotel in San José oder Umgebung

### 2. Tag: Vulkan Arenal

Mit dem Bus fahren wir nach Zarcero (1800 m). Diese Gegend wird auch «Schweiz Costa Ricas» genannt. Hier beginnt unser Bikeabenteuer mit einer langen Schussfahrt. Zuerst fahren wir auf einer Asphaltstrasse, dann auf einer roterdigen Naturstrasse durch weites grünes Farmland. Wieder auf dem Asphalt windet sich die Nebenstrasse durch ein enges, kurvig und von Dschungel bewachsenes Tal mit vielen Auf und Abs. Je nach Tageszeit und Wetter bringt uns der Bus die letzten Kilometer bis nach Fortuna in unser Thermenhotel am Fusse des Vulkans Arenal (1633 m).

Bikestrecke: 50km, 800 Hm

Übernachtung: gutes Thermenhotel oder Lodge in La Fortuna

### 3. Tag: Idyllischer Stausee

Vom Hotel aus radeln wir am Fusse des Vulkans entlang hinauf zum Stausee Arenal. Erst biken wir durch meterhohes Schilfgras und dann durch üppigen Tropenwald auf einem immer schmaler werdenden Naturtrail dem Ufer entlang und staunen ab der Vielfalt von Fauna und Flora. Dabei gilt es auch, den einen oder andern Fluss zu durchqueren! Am Nachmittag bringt uns der Bus über die «Cordillera de Tilaran» ins Gebiet des eindrucklichen Monteverde Nationalparks.

Bikestrecke: 42 km, 600 Hm

Übernachtung: schöne Hotel-Lodge, Monteverde

### 4. Tag: Skywalk im Nebelwald des Monte Verde

Hier, in den immer feuchten Nebelwaldregionen von Costa Rica, finden wir eine einmalig reiche Pflanzenwelt. Der Skywalk, ein hoch in die Urwaldkronen gelegtes Brückenwegnetz bietet uns viele interessante Einblicke in eine noch intakte Flora und Fauna. Noch abenteuerlicher ist das Canopy – wer will, kann dieses fakultative Abenteuer ausprobieren und am Stahlseil durch die luftigen Baumkronen sausen.

Übernachtung: schöne Hotel-Lodge, Monteverde

### 5. Tag: Singletrails am Fusse des Vulkans

Eine langgezogene Abfahrt mit herrlichen Ausblicken über das ländliche Costa Rica und eine anschliessende Busfahrt auf dem berühmten Highway, der Panamericana, bringen uns ins kleine Städtchen Liberia im Norden des Landes. Am Nachmittag erwartet ein besonderer Leckerbissen die technisch versierten Biker. Die im tropischen Wald am Fusse des Rincón de la Vieja Vulkans angelegten Singletrails erfordern Wadenkraft und technisches Geschick. Für Genussbiker führt eine meist asphaltierte Strasse nach oben. Für den Genuss ohne weiteres Biken hat

unsere Unterkunft meist einen Pool. Hier verbringen wir zwei geruhsame Nächte in der Natur, fernab der Zivilisation.

Bikestrecke: 35/56 km, 350/1000 Hm

Übernachtung: Hotel mit Pool, Rincón de la Vieja

#### **6. Tag: Nationalpark Rincón de la Vieja**

Das Gebiet des Rincón steckt voller Überraschungen. Zahlreiche vulkanische Erscheinungen wie Fumarolen, blubbernde Schlammbecken und vom Vulkan erhitzte Bäche gibt es zu entdecken. In diesem Gebiet gibt es viele Tiere: grössere wie Waschbären oder kleinere wie die leuchtend-blauen Schmetterlinge. Je nach Lust und Laune baden wir bei einem Wasserfall oder machen einen gemütlichen fakultativen Wildwest-Ausritt im Pferdesattel.

Übernachtung: Hotel mit Pool, Rincón de la Vieja

#### **7. Tag: Vogelparadies Palo Verde oder Costa de Pajaros**

Heute folgt je nach Unterkunft eine abenteuerliche Biketour auf Naturstrassen durch das wildromantische Hinterland zur biologischen Station Palo Verde, einem wichtigen Nahrungsgebiet für eine Vielzahl von Wasservögeln, oder wir biken an die Costa de Pajaros.

Bikestrecke: 85 km, 850 Hm

Übernachtung: einfache Unterkunft in Palo Verde oder Costa de Pajaros

#### **8. Tag: Bootsfahrt und Pazifikstrand**

In der Morgendämmerung gleiten wir mit einem Boot mitten durch das erwachende Vogelparadies. Mit etwas Glück können wir auch Iguanas, Affen, Nasenbären und Gürteltiere beobachten. Die anschliessende Biketour quer über die Halbinsel Nicoya führt uns erstmals an die Pazifikküste, wo wir uns ein erfrischendes Bad gönnen.

Bikestrecke: 70 km, 700 Hm

Übernachtung: gemütliches Hotel mit Pool, Samara

#### **9. Tag: Baden an der Playa Samara (Ruhetag)**

Wir geniessen den Ruhetag mit süssem Nichtstun unter Palmen am Sandstrand und schwimmen oder schnorcheln im klaren Wasser.

Übernachtung: gemütliches Hotel mit Pool, Samara

#### **10. Tag: Peninsula de Nicoya**

Einige der schönsten und unberührtesten Strände Costa Ricas bereichern den Süden der Peninsula de Nicoya. Per Bike erkunden wir diese wilde, urwüchsige Gegend.

Bikestrecke: 40 km, 700 Hm

Übernachtung: einfaches Familienhotel mit Pool, San Miguel oder San Francisco

#### **11. Tag: Biken unter Palmen am Sandstrand**

Heute biken wir auf der abwechslungsreichen Naturstrasse weiter Richtung Süden. Je nach Flut und Ebbe können wir sogar ein Stück weit direkt auf dem Sand eines Traumstrandes in Richtung Malpais biken. Der Nachmittag steht uns zur freien Verfügung zum Surfen (Wellenreiten) oder fürs Dolce far Niente.

Bikestrecke: 45 km, 200 Hm

Übernachtung: schönes Hotel mit Pool, Malpais

#### **12. Tag: Bike Adventure bei Montezuma oder Ruhetag**

Eine attraktive Naturpiste und schöne Trails führen durch den üppigen Dschungel an die Ostküste der Nicoya Halbinsel, ins Hippie-Dorf Montezuma. Die herausfordernden Rampen werden uns in bester Erinnerung bleiben – Bike Adventure pur. Wer es lieber gemütlich angeht heute, kann am Strand von Malpais baden und relaxen.

Bikestrecke: 32 km, 750 Hm

Übernachtung: schönes Hotel mit Pool, Malpais

#### **13. Tag: San Jose, das Herz von Costa Rica**

Wer mag, radelt frühmorgens auf eigene Faust vom Hotel bis zum Fährhafen auf einer coupierten, schweisstreibenden Strecke. Alle anderen bringt der Bus direkt bis zum Hafen. Mit der Fähre gelangen wir zurück aufs Festland und eine kurvenreiche Busfahrt bringt uns hinauf nach San José (1160 m), der Hauptstadt Costa Ricas. Wer will, flaniert abends durch die Stadt und geniesst das vielseitige, typisch lateinamerikanische

Nachtleben.

Bikestrecke: fakultativ 60 km

Übernachtung: gutes Stadthotel im Kolonialstil, San Jose

#### **14. Tag: Der mächtige Vulkan Irazú**

Den heutigen Tag verbringen wir in der Nähe der beiden höchsten Vulkane Costa Ricas, dem eindrücklichen Irazú (3432 m) und dem nicht minder schönen Turrialba (3328 m). Der Bus fährt uns via Cartago (mit der schönsten Kirche Costa Ricas) hoch zum Irazú. Bei guter Sicht bietet sich uns ein herrlicher Blick hinunter in die mächtigen Vulkankrater des Irazú. Anschliessend radeln wir auf einer herrlich coupierten Strecke zum Vulkan Turrialba und durch Kaffeepflanzungen in der lieblichen Natur des Orosi Tals bis zu unserer gemütlichen Lodge.

Bikestrecke: 70 km, 850 Hm

Übernachtung: ruhige, gemütliche Lodge, Orosi-Tal

#### **15. Tag: Downhill in der Cordillera Central**

Nach dem Frühstück reisen wir per Bus auf der Panamericana bis zu einer Anhöhe auf über 2300 Metern über Meer. Von hier oben folgt ein schöner Downhill bis nach St. Maria de Dota. Nach einer kurvenreichen und coupierten Asphaltstrecke durch Gemüse- und Kaffeeanbaugebiete erwartet uns die längste und anspruchsvollste Downhillstrecke (ca. 35 km). Ein uralter, steiniger Säumerweg führt uns durch dichten Urwald hinunter bis zum Pazifik! Dazwischen gibt es immer wieder kleine Gegensteigungen, aber wir haben den ganzen Nachmittag Zeit und geniessen die wild-romantische Landschaft. Nach einer Flussquerung folgen noch 7 wenig hügelige Kilometer, bis uns die beiden Fahrzeuge erwarten. Nach einem wohlverdienten Bier bringt uns der Bus ins Hotel in Manuel Antonio. Ein herrlicher Strand und das Meer laden zum Baden und Geniessen ein. «Pura Vida – Costa Rica!» Heute wird gefeiert!

Bikestrecke: ca. 70 km, 400 Hm

Übernachtung: gutes Hotel mit Pool am Strand oder in Strandnähe, Manuel Antonio

#### **16.-17. Tag: Strände und Tierwelt im Manuel-Antonio-Nationalpark (Ruhetag)**

In Manuel Antonio lassen wir unsere Bikeferien gemütlich ausklingen. Die Strände hier zählen zu den schönsten des Landes. Zudem gibt es im Nationalpark eine reichhaltige Pflanzenwelt zu entdecken, und es leben hier unzählige Tierarten, wie z.B. Nasen- und Waschbären, Faultiere, Leguane und Kapuziner- oder Brüllaffen. Am letzten Abend geniessen wir ein gemeinsames Abschiedsessen und denken zurück an die Erlebnisse in Costa Rica.

Übernachtung: gutes Hotel mit Pool am Strand oder in Strandnähe, Manuel Antonio

#### **18. Tag: Rückflug**

Der Bus fährt uns zurück ins Zentraltal zum Flughafen von San José. Wir verabschieden uns von Costa Rica und fliegen über Nacht zurück nach Europa.

#### **19. Tag: Ankunft in Europa**

---

## GUT ZU WISSEN

### **Mietbike**

Wir stellen vor Ort gratis frontgefederte Mountainbikes zur Verfügung.

### **Eigenes Bike**

Die Mitnahme des eigenen Bikes auf dem Flug ist limitiert, allenfalls kostenpflichtig und muss vorgängig durch uns reserviert werden. Diese Reservation bildet aber keine Transportgarantie, die Airline kann noch beim Check-in den Transport des Fahrrads ohne Angabe von Gründen verweigern!

---

## SPEZIELLE HINWEISE

Reisen nach Costa Rica sind möglich:

- kein PCR-Test gefordert
- Online-Gesundheitsformular ausfüllen
- Internationale Reisekrankenversicherung

Wir organisieren für euch Privatreisen ab 2 Personen und für Kleingruppen.

## TERMINE

### Saison 2020

#### Individualreise

lokale deutsch- oder englischsprachige Reiseleitung

bei 2 Personen ab CHF 5950

bei 4 Personen ab CHF 5380

bei 6 Personen ab CHF 4280

+ Flugpreis ab CHF 1000

● freie Plätze

### Saison 2021

#### 02.11.21 - 20.11.21

Michi Tschopp

RIC-1/21 CHF 5150

#### Bike

● 4 freie Plätze

#### 30.11.21 - 18.12.21

Dani Stöhr

RIC-2E/21 CHF 5290

#### E-Bike und Bike

● freie Plätze

## REISEINFO

#### Teilnehmerzahl:

- 10-14 Personen

#### Anmeldeschluss:

- 8 Wochen vor Reisebeginn

#### Anforderungen & Strecke:

Die Gesamtstrecke beträgt ca. 540 km mit ca. 6200 Höhenmeter up und 15'000 Höhenmeter down, aufgeteilt auf 10 Bike-Etappen. Im Durchschnitt fahren wir ca. 54 km und ca. 620 Höhenmeter pro Tag. Wir fahren ca. 70 % auf Naturstrassen, meist breit, aber stark steinig, max. 5% sind Singletrails. Dazu kommen ca. 25% asphaltierte Nebenstrassen.

#### Begleitfahrzeug:

Auf der ganzen Tour steht ein Begleitfahrzeug zur Verfügung. Im zweiten Teil der Reise begleitet uns je nach Teilnehmerzahl zusätzlich ein Jeep.

#### Ideale Reisezeit:

- November - Mai
- Juli

## LEISTUNGEN

### GRUPPENREISE

#### Im Preis inbegriffen:

- Flug Zürich - San José - Zürich
- Flugtaxen und Treibstoffzuschläge
- Begleitfahrzeug und Transfers
- 15 Übernachtungen im Doppelzimmer
- 2 Übernachtungen in einfachen Lodges (evtl. Mehrbettzimmer)
- Frühstück
- Eintritte und Besichtigungen gemäss Programm
- frontgefedertes Mietbike

- Bike Adventure Tours-Reiseleitung

**Nicht inbegriffen:**

- nicht aufgeführte Mahlzeiten und Getränke
- Trinkgelder
- Transport des eigenen Bikes
- Annullationskosten- und Assistanceversicherung
- evtl. Kleingruppenzuschlag ([siehe AVR B Punkt 3.2](#))
- evtl. ½ Einzelzimmerzuschlag ([siehe AVR B Punkt 3.1](#))

**Zusätzlich buchbare Leistungen:**

- frontgefedertes E-Bike CHF 420.- (nur auf RIC-2E/21)
- Einzelzimmer ab CHF 860.-

**Einzelzimmerzuschlag:**

Wir bemühen uns, für alle Gäste einen Zimmerpartner zu finden. Sollte dies nicht möglich sein, übernehmen wir bei BAT-eigenen Reisen die Hälfte dieses Zuschlages. Vorbehältlich Verfügbarkeit.

---

## INDIVIDUALREISE

**Im Preis inbegriffen:**

- 15 Übernachtungen im Doppelzimmer
- 2 Übernachtungen in einfachen Lodges (evtl. Mehrbettzimmer)
- Frühstück
- Begleitfahrzeug und Transfers
- Eintritte und Besichtigungen gemäss Programm
- frontgefedertes Mietbike
- lokale deutsch- oder englischsprachige Reiseleitung

**Nicht inbegriffen:**

- nicht aufgeführte Mahlzeiten und alle Getränke
- Trinkgelder für Reiseleitung und Fahrer (pro Individualreisegruppe CHF 400.-)
- Transport des eigenen Bikes
- Annullationskosten- und Assistanceversicherung

**Zusätzlich buchbare Leistungen:**

- Flug Europa - San José - Europa ab CHF 1000.-
- frontgefedertes E-Bike CHF 420.-
- Einzelzimmer ab CHF 860.-

**Hinweis:**

Das Reiseprogramm und die Reiseinformationen weichen nicht von der Gruppenreise ab.



BERATUNG

**Martin Jost**

[martin@bikereisen.ch](mailto:martin@bikereisen.ch)

(+41) 044 761 37 65