



## COSTA RICA, LA PURA VIDA EN 3 ÉTAPES

**12 jours / 10 nuits - à partir de 2 190€**

Vols + véhicule + hébergements

Votre référence : p\_CR\_CRPV\_ID5987

Dans le pays où le respect de l'environnement est une culture nationale, où la nature est une source inouïe d'expériences, profitez d'une remise en forme expresse en trois étapes, pour comprendre ce que le concept de « Pura Vida » signifie pour les "Ticos", les Costariciens. Première étape en montagne au pied du volcan Arenal pour une cure thermique dans les piscines naturelles, deuxième étape à Rincon de la Vieja, où la thérapie par la boue thermique couplée aux randonnées dans le parc national revigorent les sens, avant que la côte Pacifique n'apaise votre esprit par une retraite yoga et méditation face à la mer.

**Ce voyage intègre des étapes en milieu naturel ou rural, incluant des visites qui respectent l'environnement, tout en contribuant au développement économique, social et patrimonial.**

### Vous aimerez

- Un voyage en toute liberté pour une remise en forme en trois étapes
- Des hébergements "zen" en harmonie avec la nature, respectueux de l'environnement et des communautés locales
- Des activités reposantes : eaux thermales, yoga, massages...

---

### Jour 1 : VOL REGULIER A DESTINATION DE SAN JOSE

### Jour 2 : SAN JOSE / VOLCAN ARENAL

En début de matinée, livraison de votre véhicule directement à votre hôtel. Vous prendrez ensuite la direction de la région des volcans du nord, pour rejoindre la Fortuna, petite ville créée par les colons dans les années 30, située au pied du parc national du Volcan Arenal. En chemin, possibilité de visiter le Parc National du Volcan Poas, impressionnant volcan actif culminant à 2 708 mètres d'altitude, dont la dernière éruption de 1953 a laissé un immense cratère de 1,3km de diamètre et 300 mètres de profondeur. Poursuite de votre route, parsemée de magnifiques paysages variés offrant de superbes points de vue sur la vallée centrale. En route, possibilité de s'arrêter à Sarchi, village d'artisanat de

tradition, connu pour la fabrication de la fameuse charrette en bois décorée, classée au Patrimoine Mondial de l'Unesco. En fin d'après-midi, arrivée à votre hôtel au pied du volcan Arenal. En soirée, détendez-vous aux thermes et sources d'eaux chaudes de votre hôtel.

### **Jour 3 : VOLCAN ARENAL**

Impressionnant et imposant de par sa forme parfaitement conique, si le temps le permet et que le sommet est dégagé, vous aurez l'occasion de l'admirer depuis des points de vue différents. De nombreuses activités s'offrent à vous dans la région de La Fortuna, nombre de réserves vous permettent de profiter de randonner à cheval ou à pied, naviguer sur le lac Arenal, le plus grand du Costa Rica qui fournit une grande partie de l'énergie du pays, parcourir les ponts suspendus et profiter des tyroliennes en plein cœur de la forêt, une façon ludique de découvrir la canopée depuis la cime des arbres. En milieu d'après-midi, profitez d'un moment privilégié de détente et relaxez-vous dans les sources d'eaux chaudes de votre hôtel.

### **Jour 4 : VOLCAN ARENAL**

Le matin, nous vous suggérons une randonnée de découverte dans le Parc National, au cours de laquelle vous découvrirez les anciennes coulées de lave et admirerez la vue spectaculaire sur le volcan Arenal et le lac du même nom. En utilisant un sentier naturel, promenez-vous jusqu'à rejoindre la cascade de La Fortuna haute de 70 mètres d'où les eaux s'effondrent jusqu'à un canyon de roche volcanique, vous profiterez d'une superbe vue sur la vallée de San Carlos et sur la forêt tropicale. Vous pourrez également vous immerger dans la culture rurale des habitants de la région du volcan Arenal en partant à la rencontre de communautés découvrant ainsi l'authenticité de leur activité, des cultures de cannes à sucre à la gastronomie du pays. Dans l'après-midi, détendez-vous tranquillement dans les piscines naturellement chauffées par le volcan de votre hôtel, un endroit parfait pour se relaxer au milieu de la végétation tropicale.

### **Jour 5 : VOLCAN ARENAL / VOLCAN RINCON DE LA VIEJA**

Aujourd'hui, abandonnez les plaines du nord pour une région plus sèche, le Guanacaste, région des Sabaneros, les cowboys du Costa Rica. Autour du volcan actif Rincon de la Vieja, le parc éponyme initialement créé pour la protection des fauves contre le braconnage, offre la possibilité de nombreuses randonnées de différentes durées durant lesquelles vous pourrez observer une faune et une flore riches et variées. Le parc est également l'hôte des plus belles espèces d'orchidées, emblèmes du Costa Rica. Des passerelles et treuils innovants permettent d'accéder à la canopée et ainsi explorer ce monde fascinant sous un angle nouveau. Vous aurez la chance d'admirer les points de vue autour du lac Arenal, avant de descendre vers le village de Canas et ses environs où s'abritent différentes espèces de singes, et d'oiseaux. En route nous vous suggérons la visite du centre Las Pumas. Cette fondation privée accueille des espèces animales, fauves en majorité, blessées ou en danger de braconnage et tente après soins de les rendre à leur vie sauvage. Cette réserve remarquable que vous soutenez par votre visite, permet donc de s'approcher de félins en général invisibles, ocelots, léopards et pumas. Arrivée aux abords du Parc National Rincon de la Vieja. Installation à votre hôtel.

### **Jour 6 : VOLCAN RINCON DE LA VIEJA**

Autour du volcan actif Rincon de la Vieja, nous vous suggérons une randonnée dans le parc éponyme (fermé le lundi), qui offre au long de ses sinueux sentiers un superbe parcours d'une diversité étonnante entre sombres sous-bois, cascades endiablées, bouillonnantes lagunes soufrées et prairies désertiques. Sans oublier les hôtes de ces bois, tatous, pécaris, singes, cerfs, toucans ou encore le mythique quetzal. Différents sentiers sont possibles, de Las Pailas à La Cangreja, selon votre forme. Malgré cet univers volcanique où l'on peut entre autres retrouver des sources chaudes, des geysers, et mares de boues bouillonnantes, une végétation luxuriante domine au sein du Parc. Admirez entre autre la fleur nationale du Costa Rica, la Guaria Morada qui pousse en abondance dans le parc. Après ce début de journée d'exploration et de découverte, vous apprécierez tout particulièrement les services de spa de votre hôtel. Profitez également de la piscine et des bains de boue relaxants ou poursuivez votre aventure en participant à l'une des nombreuses excursions proposées par l'hôtel.

### **Jour 7 : VOLCAN RINCON DE LA VIEJA**

Pour cette deuxième matinée à Rincon de la Vieja, les plus téméraires peuvent entamer une randonnée afin d'atteindre le cratère du volcan. Depuis le sommet, admirez le lac Nicaragua ou bien retournez-vous et observez le golfe de Papagayo. Ou bien préférez une randonnée menant aux chutes Cangreja et profitez d'une baignade, en observant sur votre chemin les figuiers géants, des étangs de soufre et les innombrables espèces d'oiseaux. Dans l'après-midi, pourquoi ne pas profiter d'un délicieux et relaxant massage au spa de l'hôtel pour vous remettre de ce séjour dans la forêt tropicale.

### **Jour 8 : VOLCAN RINCON DE LA VIEJA / NOSARA**

Dans la matinée, cap vers le sud pour rejoindre la Péninsule de Nicoya. Arrivée à Nosara en fin de matinée, charmant petit village au bord du Pacifique. Vous traversez des paysages variés pour rejoindre une des zones les moins fréquentées et une des plus sauvages du Costa Rica. Entouré de magnifiques plages, Nosara saura satisfaire vos envies de balnéaire en toute tranquillité, à l'écart des hordes touristiques. Toute proche, la réserve d'Ostional, accueille régulièrement les tortues qui viennent pondre leurs œufs dans les sables volcaniques de la plage d'Ostional avant chaque nouvelle lune. En fin d'après-midi, installation à l'hôtel dans un cadre privilégié, face à l'océan.

## **Jour 9 : NOSARA**

Profitez librement de la quiétude de Nosara et de ses environs, déambulez dans les ruelles du village où règne une ambiance décontractée et paisible. L'expression Pura Vida, dans toutes les bouches des Ticos, surnom donné aux Costariciens, prend ici tout son sens. L'après-midi, reposez-vous dans le cadre idyllique de votre hôtel, profitez des nombreux services de spa proposés, ou participez à une séance de yoga face à l'immensité de l'océan.

## **Jour 10 : NOSARA**

Le matin, adonnez-vous au surf à Playa Guiones, à la baignade sur la magnifique plage de Playa Pelada, ou bien encore profitez des nombreux sentiers sillonnant la forêt aux alentours. Vous ferez sans doute des rencontres insolites avec les animaux de la région, au gré de vos balades. L'après-midi, profitez des nombreux programmes de relaxation proposés à votre hôtel, participez à une nouvelle séance de yoga en plein air en admirant le lever ou le coucher du soleil, ou profitez d'un massage laissant votre esprit vagabonder au rythme des sons de la nature et de l'océan.

## **Jour 11 : NOSARA / SAN JOSE / VOL REGULIER A DESTINATION DE L'EUROPE**

Après un dernier petit déjeuner au bord du Pacifique, départ pour l'aéroport de San José. Restitution de votre véhicule de location et envol à destination de l'Europe.

## **Jour 12 : ARRIVEE**

### **Hébergement**

#### **Vos hôtels ou similaires**

---

#### **Le prix comprend**

Le vol transatlantique Paris - San José direct sur Air France (classe V), les nuits d'hôtels avec petit-déjeuner, le transfert collectif avec guide francophone à l'arrivée, 10 jours de location ADOBE type SUV Daihatsu Bego climatisé incluant la livraison du véhicule à l'hôtel (GPS et assurance obligatoire responsabilité civile incluse).

#### **A noter :**

La gestion de l'énergie, de l'eau et des déchets des hôtels répond aux normes écologiques costariciennes.

La ferme visitée à Arenal permet de soutenir un projet associatif, visant à aider les familles de la communauté paysanne de la zone nord à se développer en améliorant leurs conditions de vie.

#### **Conditions Particulières**

**Vous souhaitez en savoir plus sur l'engagement responsable des Maisons du Voyage ?**

**[Cliquez ici](#). Vous souhaitez calculer et compenser vos émissions carbone avec notre partenaire Fondation GoodPlanet ? [Cliquez ici](#).**