

INHOUD



ONTDEKKEN 6

Welkom in Costa Rica.....	8	Reisroutes.....	20
De parels van Costa Rica.....	10	Veelzijdig Costa Rica.....	28
Zicht op Costa Rica.....	14	Jaaroverzicht van Costa Rica.....	48
De regio's van Costa Rica.....	16	Een korte geschiedenis.....	50

VELDGIDS 54

Habitats van Costa Rica.....	56	Natuurbehoud.....	60
Terrein en flora.....	58	Wildlife.....	62

BELEVEN 100

San José.....	102	Het noorden.....	194
Centrale Hoogvlakte.....	126	De Caribische kust.....	212
Centraal Pacifische kust en Zuid-Nicoya.....	154	Het zuiden.....	226
Guanacaste en Noord-Nicoya.....	168		

WEGWIJS 246

Voor vertrek.....	248	Register.....	257
Costa Rica onderweg.....	250	Nuttige uitdrukkingen.....	267
Praktische informatie.....	254	Dankbetuiging.....	270

Links: Een roodogig boomkikkertje dat onder een nat blad uitpiept
Vorige bladzijde: Pit toresk uitzicht op de majestueuze Volcán Arenal
Omslag voor: De schitterende Catarata del Toro tijdens zonsondergang

DE PARELS VAN COSTA RICA

Het landschap van Costa Rica is spectaculair en het wildlife overvloedig. Het is er sereen en gemakkelijk te bereizen. Vraag een Costa Ricaan en u hoort volop redenen waarom hij zo van zijn land houdt. Hier enkele favorieten.



1 PURA VIDA
'Pura vida' (letterlijk 'puur leven') is meer dan een gezegde - het is een relaxte manier van leven en een van de redenen dat de Ticos (Costa Ricanen) het gelukkigste volk ter wereld wordt genoemd.



3 SCHILDPADBEHOUD
De *arribada* (massale komst) van zeeschildpadden op de stranden van Costa Rica is een onvergetelijke aanblik. Ga naar Tortuguero (blz. 218) of Nosara (blz. 188) om de nesten te controleren en de kleintjes naar zee te begeleiden.

2 STRAND
Op de palmenstranden van Costa Rica, aan weerszijden van het land, kunt u heerlijk tot rust komen. De mooiste vindt u op het Península Nicoya (blz. 154) en ten zuiden van Puerto Viejo de Talamanca (blz. 223).



WILDLIFE 4
Kom met uw verrekijker en bekijk een trage luiaard, een schreeuwerige buffons ara, de sprong van een bultrug, of de onverschillige iguana (blz. 54).



5 RAFTEN
Met fantastische stroomversnellingen langs steile rotsen temidden van een adembenemend landschap is Costa Rica dé plek voor een raftavontuur. Pak uw peddel en bedwing de Sarapiquí (blz. 206) of de Pacuare. Test uw spieren op een halfdagse excursie of boek een meerdaagse tocht.



6 DE GRANO DE ORO
Begin de dag met het rijke, donkere aftreksel van de *grano de oro*, de nationale koffieboon. Koffieliefhebbers, ga naar de Centrale Hoogvlakte en laat het engeltje over uw tong piesen.



7 **DUIKEN**
 Het heldere water langs de kust van Costa Rica is rijk aan zeeleven en scheepswrakken. Ga naar Gandoca-Manzanillo (blz. 222) of Isla del Coco (blz. 236) voor de mooiste duik.



9 INHEEMSE CULTUUR

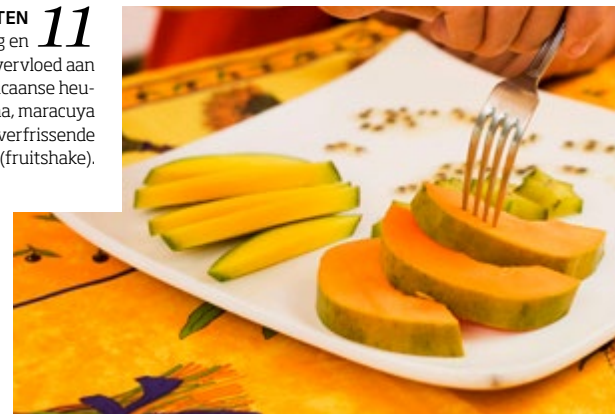
Inheemse culturen vormen maar een fractie van de hele bevolking, maar hun impact op het land is groot. Een excursie biedt inzicht in hun erfgoed.

8 **NATUURSCHOON**
 Van de Volcán Arenal (blz. 202) tot het in mist gehulde woud van Monteverde (blz. 172) en het groene regenwoud van Corcovado (blz. 234), Costa Rica is adembenemend mooi.



10 **SURFPARADIJS**
 Pik de perfecte golf bij Playa Negra aan de Caribische kust of bij Witch's Rock bij Santa Rosa (blz. 178) aan de Grote Oceaan - op beide plekken is het altijd feest.

11 **DE HELE DAG ETEN**
 Marktkraampjes langs de weg en strandtentjes verkopen een overvloed aan vers fruit uit de groene Costa Ricaanse heuvels. Proef de lokale guanábana, maracuya en carambola, gemixt in een verfrissende *batido* (fruitshake).



12 **PEÑA'S EN TERTULIA'S**
 Costa Rica's levendige artistieke en literaire scene komt het best tot uitdrukking in een *peña* of *tertulia* (bijeenkomsten van kunstenaars). Bezoek een van deze salons of bijeenkomsten in het cultureel rijke San José (blz. 102).

EN VERDER...

4

Parque Nacional Los Quetzales

AE4 **Pan-Am Hwy**, 76 km ZO van San José
Naar km-paal 80, dan lopen **Dag. 7.30-15.30 uur** **W**sinac.go.cr

Aan de Pan-American Highway ligt het Parque Nacional Los Quetzales, in 2005 in het leven geroepen door het Los Santos Forest Reserve, het bioreserveaat van Cerro de las Vueltas en diverse staatsbedrijven. Het park beslaat een gebied van 50 km² aan nevelwoud op de oevers van de Rio Savegre. Dit natuurgebied wordt gekenmerkt door de grootste biodiversiteit van alle nationale parken in Costa Rica: u vindt er 116 soorten zoogdieren, mangroven en glaciële meren. De topattractie zijn de prachtig gekleurde quetzals, waaraan het park zijn naam dankt. Tot de andere vogels die u hier misschien ziet, behoren de roetlijster en kolibries.

Van de **Dantica Cloud Forest Lodge**, ten zuidoosten van de parkingang, voeren routes

door het nevelwoud, waarin pekari's, herten, tapirs, otters, ocelotten en poema's leven.

Dantica Cloud Forest Lodge

A 4 km Z van San Gerado de Dota **W**dantica.com

5

Jardín Botánico Lankester

AE4 **6 km ZO van Cartago** **Vanuit Cartago** **Dag. 8.30-16.30 uur** **W**jbl.ucr.ac.cr

Deze weelderige tuinen die al sinds 1917 bestaan, worden door de Universiteit van Costa Rica gebruikt om onderzoek te doen. Ze werden aangelegd door tuinder en koffieplanter Charles Lankester West. Op een terrein van 11 ha staan bijna 3000 neotropische soorten, ingedeeld naar plantenfamilie. Het hoogtepunt, en de focus van het natuurbehoud hier, is de enorme orchideeën-collectie, die verspreid over de hele tuin groeit. De beste tijd om ze te bekijken is in het droge seizoen van februari tot april.



↑ Weelderige tropische vegetatie in de Jardín Botánico Lankester

Paden slingeren zich door een bamboetunnel, een premon-taan bos, een cactustuin, een vlindertuin, een tuin met medicinale planten en een Japanse tuin. Bij aankomst krijgen de bezoekers een inleidend praatje. Op zondag zijn er rondleidingen; bel om te reserveren.

6

San Isidro de Coronado

AE3 **10 km NO van San José**

In het landbouwcentrum San Isidro de Coronado, op de westelijke hellingen van de vulkaan Irazú volcano (blz. 150), staat de grootste gotische kerk van het land. De **Parroquia de San Isidro**, die boven het schaduwrijke plaza verrijst, werd in 1930 in Duitsland geprefabriceerd en hier in 1934 neergezet. San Isidro biedt toegang tot het Parque Nacional Volcán Irazú via een fraaie route door Rancho Redondo. De weg slingerd langs berghellingen en kijkt spectaculair uit over San José en de Centrale Hoogvlakte.

Parroquia de San Isidro

A Calle Polo Rodriguez
T 2771-4281



↑ Koffie sorteren, van de rijpe bes tot de geroosterde boon, op kwaliteit, formaat en vorm

COSTA RICAAANSE KOFFIE

Costa Rica is beroemd om zijn heerlijke koffie. Het werd in 1779 geïntroduceerd. Honderd jaar lang, vanaf circa 1830, was de *grano de oro* (gouden bes) het belangrijkste exportartikel van Costa Rica. Met dit geld werden mooie gebouwen gefinancierd en de export maakte de zogenoemde koffiebaronnen steenrijk.

OMSTANDIGHEDEN

De bergen bieden ideale omstandigheden voor de koffieplant, die een voorkeur heeft voor hoge temperaturen, een duidelijke scheiding tussen natte en droge seizoenen en vruchtbare, goed geïrrigeerde hellingen. Schaduwbomen laten precies de juiste hoeveelheid zonlicht door, en de vulkanische grond biedt de voedingsstoffen die de koffiestruiken nodig hebben. Meer dan 1100 km², vooral in de Centrale Hoogvlakte op een hoogte van 800-1500 m, is gewijd aan de productie van koffie.

VAN BES TOT BONEN

Het duurt vier jaar voordat de koffiestruik volgroeid is en vruchten gaat dragen. Met de regens van begin mei verschijnen er kleine witte bloemen, die een jasmijnachtige geur afgeven. De groene bessen die de bonen bevatten worden geleidelijk rood. In november worden de bessen met de hand geplukt en in rieten manden bewaard. Ze worden gereinigd in een *beneficio*, waar de zaadrok eraf wordt gehaald die weer als meststof dient. De bonen worden gedroogd in de zon of in een heteluchtoven, ontdaan van hun leerachtige vlies en gebrand. Dan worden ze gesorteerd op kwaliteit, formaat en vorm. De beste kwaliteit wordt vacuüm verpakt voor de export. De andere bonen worden op de markt verkocht als *café puro* (onvermengd) of *café tradicional* (vermengd met suiker).



↑ Een vers kopje koffie, gemaakt van de beste Costa Ricaanse bonen

DE BEGINDAGEN

Voor de aanleg van de spoorwegen aan het eind van de 19de eeuw werden koffiebonen verpakt in jutezakken en in carretas (ossenkarren) naar de haven vervoerd. De ossenkarren daalden in konvooi de bergen af. De bonen werden vervolgens naar Europa verscheept, een reis van drie maanden.



↑ Een kolibrie op een tak in het Parque Nacional Los Quetzales



PARQUE NACIONAL MANUEL ANTONIO

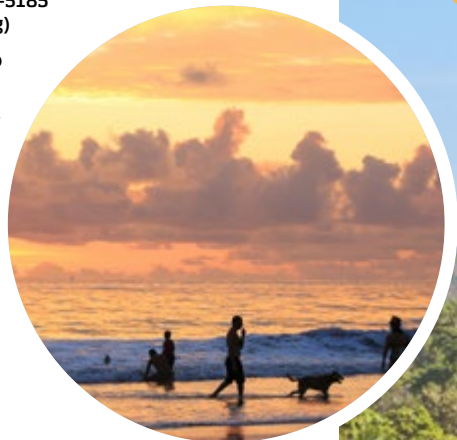
A D5 **N** 160 km Z van San José en 8 km Z van Quepos **T** 2777-5185

Wo-ma 7.00-16.00 uur (beperkt tot 600 bezoekers per dag)

Het in 1972 opgerichte Parque Nacional Manuel Antonio is met slechts 16 km² het kleinste nationale park van Costa Rica. Het is ook het populairste park van het land, met vijf schitterende stranden waar u heerlijk kunt zwemmen.

Dit mooie park tussen de oceaan en beboste heuvels is genoemd naar een Spaanse conquistador. De biodiversiteit is bijzonder groot, met heldere rivieren, een overvloed aan wilde dieren en prachtige stranden. Er lopen goed onderhouden paden door het bos, langs kapen richting de stranden en u zult vrijwel zeker witsnuitneusbieren, luiaards, toekans en geelvleugelara's waarnemen. Het Parque Nacional Manuel Antonio wordt zeer druk bezocht; hoewel er een beperking rust op het aantal bezoekers, staan er halverwege de ochtend touringcar-bussen vol toeristen te wachten.

Centraal-Pacifische kust en Zuid-Nicoya



Nog een laatste duik
bij zonsondergang ↑



↑ Wildlife spotten tijdens een excursie over de mooi aangelegde wandelpaden

DE MANZANILLO

De manzanillo, door de lokale bevolking ook wel 'strandappelboom' genoemd, groeit langs de stranden van het nationale park. De boom kan zeer vervelend zijn voor de nietsvermoedende toerist. De altijdgroene soort (*Hippomane mancinella*), te herkennen aan de korte stam en de felgroene, ovale blaadjes, is bijzonder giftig. Het sap en de bast kunnen huidirritatie en zelfs blaren veroorzaken, de gele, appelachtige vruchten zijn giftig en de rook van het verbrande hout kan de longen irriteren en ademhalingsmoeilijkheden opleveren.

← Een klein doodshoofdaapje, inheems in het park

Weetje

Krokodillen zwemmen door de baai tijdens hun trek van de ene riviermond naar de andere.



Het idyllische strand en turkooizen zee met daarachter het regenwoud ↑

