



Vanuit het dorp Tortuguero kun je spannende tochten maken naar het gelijknamige nationale park

1. San José en de Centrale Valle

De hoofdstad San José en de centrale hoge vallei zijn het begin- en eindpunt van bijna elke Costa Rica-reis. Omringd door bergen, is de relatief kleine stad het onvermijdelijke vervoersknooppunt voor reizigers. In het stadscentrum vind je de meest interessante musea en bezienswaardigheden, waaronder het Museo de Jade, het Museo de Oro Precolumbino met zijn meer dan tweeduizend precolumbiaanse gouden sieraden en het Nationaal Museum. De meeste bezienswaardigheden en mooie pleinen zijn snel te bereiken vanaf de Avenida Central, de hoofdweg die door het stadscentrum loopt. Niet alleen de stad, maar ook de omgeving biedt veel: parken, cultuur, gastronomie, festivals en natuurlijk veel natuur met mogelijkheden voor tochten en spannende buitenactiviteiten. Hiertoe behoren de nabijgelegen vulkanen, zoals de Poás en de Irazú, naast rivieren om te raften en wandelbestemmingen, zoals de Cerros de Escazú.



San José



• Cerros de Escazú
• Volcán Poás

Goed om te weten: om San José te verkennen is het niet absoluut noodzakelijk om in de stad te verblijven. De Centrale Valle biedt accommodatie in de natuur, maar toch dicht bij de stad. Uitstekend geschikt zijn de plaatsjes in het westen met directe busverbindingen en lokale wandelmogelijkheden, zoals Santa Ana, vanwaar je snel de vulkanen, de stad en de nabijgelegen natuurgebieden kunt bereiken.

De vulkanen Poás en Irazú behoren ongetwijfeld tot de meest indrukwekkende vuurbergen ter wereld. Je kunt ze als onderdeel van een georganiseerde tour of op eigen houtje bezoeken. Dagtochten naar de Arenalregio of stranden zijn ook mogelijk, maar deze bestemmingen komen afzonderlijk beter tot hun recht tijdens een rondreis.

Tijdschema

San José incl. dagtochten: 2-4 dagen

2. De Caribische kust

Als je vanuit San José naar het oosten gaat, bereik je na het oversteken van de Cordillera Central relatief snel de Caribische vlakte. Nog steeds op het plateau, gemakkelijk te berei-

ken vanaf de hoofdstad, ligt de stad Turrialba, met een van de weinige archeologische cultusplekken in het land: het Nationaal Monument Guayabo. Hier begint ook de spannende rafttocht op de Río Pacuare richting de Cariben. Zowel het noorden als het zuiden van de Caribische kust biedt aantrekkelijke bestemmingen. In het midden, vlak bij Puerto Limón, hoef je geen langere stop te maken. Een heel ander verhaal is het Parque Nacional Tortuguero ten noorden van de provinciehoofdstad, een must op elke Costa Rica-reis! Het faunarijke regenwoud is het belangrijkste nestgebied voor de groene zeeschildpad – en is fantastisch mooi.

De zuidelijke Caribische kust is precies zoals je je de Cariben voorstelt: regenwoud tot aan het strand, hagelwitte stranden met veel zon en overal en altijd reggae.



Nationaal Monument Guayabo



• Parque Nacional Tortuguero
• Parque Internacional La Amistad

Goed om te weten: de Caribische kust kan in drie gebieden worden verdeeld, waarbij Tortuguero een bestemming op zich is. Hetzelfde geldt voor de zuidelijke stranden tot aan de grens met Panama en het Caribische bekken met zijn rivieren, oerwouden en steppen.

Tijdschema

Tortuguero: 2 dagen
Caribisch bekken: 1 dag
Zuidelijke Caribische kust: 3-8 dagen

3. Het noorden

In het noorden van Costa Rica volgt het ene hoogtepunt na het andere, vaak op korte afstand. Het Parque Nacional Braulio Carrillo begint al in de Centrale Valle en is een van de belangrijkste natuurgebieden van het land. Tot de bekendste hoogtepunten behoren de vulkaan Arenal, Cerro Chato, het Arenalmeer en de vele

warmwaterbronnen. Er zijn ook rivieren om te raften en dieren om in het wild te bekijken. Verder vind je hier het Reserva Nacional Caño Negro, vulkanen, watervallen, de azuurblauwe Río Celeste en de grote vlakte en nevelwouden bij Monteverde – allemaal op korte afstand en gemakkelijk te bereiken.



• Parque Nacional Braulio Carrillo
• Río Celeste

Goed om te weten: het noorden is overal goed ontwikkeld, maar vereist toch vaak vaardig offroad rijden. Sommige wegen zijn onverhard, met hier en daar doorwaadbare plaatsen, en niet gemakkelijk te berijden. Veel opwindende bestemmingen liggen op relatief korte afstand van elkaar, dus je wisselt dagelijks van locatie of bezoekt de bestemmingen vanaf één uitvalsbasis in een sterpatroon.

Tijdschema

La Fortuna, Arenal en omgeving: 3 dagen
Nationaal park Braulio Carrillo: 2 dagen
Río Celeste en/of Caño Negro: elk 1 dag

4. Het noordwesten en het schiereiland Nicoya

Costa Rica is geen klassieke strandbestemming, maar het land biedt wel degelijk droomstranden. De meeste vind je in het noordwesten, vooral in de regio Guanacaste. Op het schiereiland Nicoya, bijvoorbeeld, lonken de stranden van Sámara, Junquillal, Nosara en Tamarindo. Bovendien is de lucht hier groten-deels onbewolkt en het weer het meest stabiel – het is als het ware de 'sunshine state' van Costa Rica. En aangezien een beetje strandgevoel bij een reis hoort, is de noordelijke Pacifische kust perfect voor de laatste vakantiedagen.

Maar stranden en zon zijn zeker niet de enige trekpleisters voor bezoekers. De mangroven en droge bossen van het schiereiland Nicoya herbergen een rijkdom aan levensvormen, en de vulkanen Miravalles en Rincón de la Vieja bieden uitstekende wandelmogelijkheden,

De Pacifische kust

Ver in het noordwesten van het land, bijna op de grens met Nicaragua, ligt de thuisbasis van de Costa Ricaanse cowboys, de *sabaneros*. Ze leven in de droge **Guanacastevlakte**, die wordt begrensd door uitgestrekte moerasgebieden, de perfecte habitat voor krokodillen en watervogels. Op de achtergrond verheft zich majestueus de **Cordillera de Guanacaste**. Hier en op het schiereiland Nicoya heerst een aangenaam, minder vochtig klimaat. Nadat het heeft geregend, verandert het dorre landschap binnen een paar dagen in een kleurrijke zee van gras en bloemen.

In het zuiden liggen de baaien van het **schiereiland Nicoya** met hun paradijselijke zandstranden en turquoise water. Surfers maken een pelgrimstocht naar de wereldberoemde stranden van Tamarindo en Sámara, terwijl duikers naar Playa del Coco gaan. Op sommige stranden nerstelen zeeschildpadden. Beschermingsprojecten bieden hier ecotours aan.

Op het puntje van Nicoya ligt **Cabo Blanco**, het oudste natuurreservaat van het land. Terwijl de kustgebieden met stranden en mangrovebossen zijn omzoomd, biedt het heuvel-

achtige achterland prachtige wandelmogelijkheden met adembenemende uitzichten op de Grote Oceaan. Ook het **Parque Nacional Barra Honda** met zijn gigantische grottenstelsel strekt zich hier uit. De **eilanden in de Golf van Nicoya** zijn wonderbaarlijk mooi en grotendeels onbewoond. Ze bieden een toevluchtsoord voor vele vogelsoorten.

Tussen Puntarenas, de belangrijkste stad aan de Pacifische kust, en Uvita gaat het tamelijk droge noorden langzaam over in het nattere zuiden. Hier bevindt zich ook een van de meest bezochte natuurreservaten van het land: het **Parque Nacional Manuel Antonio**, het leefgebied van apen, wasberen, leguanen en de zeldzame ara's. De kustwateren zijn zeer visrijk en populair bij sportvissers – bolwerken zijn Quepos en Manuel Antonio. Achter de kust verrijzen bergen bedekt met tropisch droog regenwoud, een belangrijk leefgebied voor de met uitsterven bedreigde doodshoofdaapjes. Verder landinwaarts lopen deze heuvels af in een vallei waar suikerriet en bananen worden verbouwd, met daarachter de **Cordillera de Talamanca**.

In het uiterste zuiden zijn talloze nationale parken en beschermde gebieden aangewe-

zen. Op het **schiereiland Osa** ligt het **Parque Nacional Corcovado**, dicht bedekt met regenwoud en rijk aan flora en fauna. In de buurt van Sierpe liggen nog steeds enorme mangrovebossen, die van onschatbaar belang zijn voor de kustbescherming.

De Caribische kust

De Caribische kust van Costa Rica is ruim 200 km lang. Hij strekt zich uit van de grens met Nicaragua in het noorden tot de grens met Panama in het zuiden. Landinwaarts wordt het Caribische gebied begrensd door het **Talamancagebergte**. De belangrijkste stad is **Limón**. Deze plaats was voorheen met San José verbonden via een spoorlijn, totdat de exploitatie ervan in de jaren 90 werd stopgezet. Armoede viert hier vandaag de dag hoogtij. Limón kun je beter overslaan, want het is mooier en spannender in het noorden en aan de Caribische kust, vanaf Cahuita.

De meest regenachtige regio van het land biedt bijna ondoordringbare junglegebieden en fascinerende dieren in het wild. Ook liefhebbers van een verzorgde strandvakantie komen hier aan hun trekken.

De noordelijke Caribische regio bestaat uit een vlakte in het achterland, waarop grote bananenplantages zich uitstrekken. Hoe dicht je bij de kust komt, hoe modderiger de grond wordt. In het uiterste noorden, pal aan de grens met Nicaragua, ligt het **Refugio Nacional de Vida Silvestre Barra del Colorado**. Dit wordt vooral bezocht door sportvissers uit de VS, die hopen op een grote vangst in de vorm van een rifbaars of kaaimanvis. Voor reizigers uit Europa is het van weinig belang. Een tropisch laaglandregenwoud met raffiapalmmoerassen, bedekt met talloze epifyten, lianen en mossen, biedt een habitat aan veel dieren. Iets verder naar het zuiden ligt het **Parque Nacional Tortuguero**, een bosgebied doorkruist door kanalen waar krokodillen, kaaimannen, schildpadden, leguanen en talloze soorten vogels te zien zijn. Ook drie van de vier Costa Ricaanse apensoorten slingeren door de boomtoppen. Bezoekers worden tussen juli en oktober

getrakteerd op een bijzonder spektakel: zeldzame soorten schildpadden, zoals de groene zeeschildpad, komen aan land om hun eieren te leggen. Duizenden van hun nakomelingen komen dan in september uit het zand en maken de gevaarlijke reis naar de zee.

Hoewel de stranden aan de noordelijke Caribische kust nogal ruig zijn en niet erg geschikt om te zwemmen, vind je ten zuiden van Limón een aantal fantastische badplaatsen. De kleine stranden rond de steden **Cahuita**, **Puerto Viejo** en **Manzanillo** zijn veel minder druk dan veel Pacifische stranden en vervullen dromen van sneeuwwitte stranden met helder, blauw water.

In het kleine **Parque Nacional Cahuita** kun je in het tropische kustregenwoud gordeldieren, luiaards, groene ara's en pijlgifkikkers ontmoeten. Voor de kust ligt een van de belangrijkste overgebleven koraalriffen van het Caribisch gebied, de leefomgeving van meer dan 400 vissoorten. Helemaal in het zuiden lonkt het **Refugio Nacional de Vida Silvestre Gandoca-Manzanillo** – een regenwoud met een aangrenzend moerasgebied waarin de zeldzame manatís, schuwe zeeoerenden, zich thuis voelen. Vanaf de zuidkust, verder landinwaarts, beginnen de bergachtige uitlopers van de **Talamanca Cordillera**, de thuisbasis van de Bribri en Cabécar, twee belangrijke inheemse bevolkingsgroepen in Costa Rica. En niet in de laatste plaats begint hier het **Parque Internacional La Amistad**, een grensoverschrijdend beschermd gebied dat zich uitstrekt tot in Panama.

Flora en fauna

Er is nauwelijks een ander land waar je zo dicht bij wilde bosbewoners kunt komen als in Costa Rica. Met een beetje geluk en geduld kun je tijdens wandelingen in het regenwoud een aantal spectaculaire soorten observeren – van tapijrs en brulapen tot verschillende kleurrijke vogels en niet minder kleurrijke pijlgifkikkers. De diverse flora doet op geen enkele manier onder voor de dierenwereld en vormt de basis van deze unieke ecosystemen.

Van de huidafscheiding van kikkers maakten de inheemse volken ooit hun pijlgif



tie, kaarten en stadsplattegronden, tips voor tours op eigen gelegenheid en hulp bij het organiseren van reizen door het land en autoverhuur. In de kleine oase met een fantastische tuin hebben Minerva en Volker een ontmoetingsplaats voor avonturiers gecreëerd met elf gezellige kamers, een bar, een goed restaurant, touraanbiedingen, een wasse-rette en boekenuitwisseling. Sinds 2023 is er een tweede Posada Nena, in Puerto Viejo aan de Caribische kust (zie blz. 196). Informatie op de website. €€

Eten en drinken

Het steakhouse bij uitstek – Doris Metropolitan 1: Calle 1/Av. 1, tel. 22 82 22 21, dorismetropolitan.com, di.-zo. 11.30-22.30 uur. Hét adres voor vleesliefhebbers! In dit elegante restaurant draait alles om vlees – *dry aged* – uit eigen slagerij. Veel mensen reizen naar Santa Ana om hier te dineren; een internationaal bekend etablissement, hoewel niet goedkoop. Een perfecte steak kost €16.000, maar bij Doris in New Orleans betaal je drie keer zoveel – voor het vlees dat uit Costa Rica wordt geïmporteerd. €€€

Italiano artesanal – Bacchus 2: Calle 5/Av. 3, vrij centraal in Santa Ana, tel. 60 12 80 21 (WA), enjoyrestaurants.net, ma.-do. 12-15 en 18-22, vr., za. 12-15 en 18-23, zo. 12-21 uur. Het beste Italiaanse restaurant in wat naar verluidt het oudste huis van Costa Rica is, met een bijzonder aanbod op het hoogste niveau. Uitstekende service en een breed scala aan wijnen, ook per glas. Gewoon goed. €€€

Heerlijke pizza – Lo Spago 3: 75 m ten noorden van het Rode Kruis, bij het Studio Hotel, tel. 25 82 21 21, lospagocostarica.com, dag. vanaf 12 uur. Geweldige pizza en goede pasta. Een spektakel zijn de geflambeerde pasta's die in een enorm kaaswiel aan tafel worden bereid. €€

Open saladebar – Taco Bar 4: aan de Radial naar het Rode Kruis, tegenover de parkeerplaats van de Mas x Menos-supermarkt, tel. 87 86 15 15, zo.-do. 8-21, vr., za. tot 22 uur. Grote selectie tarwetaco's met een grote verscheidenheid aan vullingen. Bij elk hoofdgerecht krijg je toegang tot een gevarieerde

saladebar. Volledig menu met drie taco's en open saladebar. Ook ontbijt. €€

Gevarieerd aanbod – Container Platz 5: iets ten zuiden van Bacchus, dag. vanaf 12 uur. Een uitstekend alternatief voor de Mercado Gastronomico met een vrijwel gelijk concept. €€

Alles onder één dak – Mercado Gastronomico 6: 1e verdieping, Av. 3 op de kruising met Calle Margarita, santaanatowncenter.com/via-gourmet, dag. vanaf 12 uur. Op deze gastronomische markt vind je een grote keuze aan verschillende restaurants en kiosken met specialiteiten van over de hele wereld. Een echte aanrader: het restaurant **Chef Rafael**. Ze serveren bijzondere en creatieve gerechten. Wil je een klein hapje eten? Probeer dan **La Empanadita** met Uruguayaanse specialiteiten. €-€€

Creatief – Blackbird Art & Café 7: Calle 121/Calle 28, aan de weg naar Pedades, op Instagram: @blackbirdcafe_cr, dag. 9-18 uur. Een prachtig concept voor een stijlvolle koffie of een heerlijke brunch in een artistieke setting. Het eten is eenvoudig, maar de gehele sfeer is het waard. €-€€

Gebakken kip – Pollos Malé 8: Av. 1, tegenover de Plaza, tel. 25 82 21 89, dag. 11-21 uur. Kip en meer uit de houtoven. Bijzonder aanbevolen: de zelfgemaakte *casados*. €

Koffiecultuur in het groen – Taza Amarilla 9: Calle 3, tussen Av. 1 en 3, tel. 70 17 75 01, tazaamarilla.com, dag. 20-18 uur. Een handelsmerk voor biologische koffie in de Gele Kop. In het tuinrestaurant worden kleine, gezonde lekkernijen en vers gezette koffie geserveerd en verkocht. €

Winkelen

Keramik – Werkplaatsen voor kunstnijverheid 1: Santa Ana en Salitral staan bekend om hun keramiekateliers. Voor sommigen lijkt het misschien kitsch, maar de lokale bewoners versieren hun huizen met het aardewerk. De werkplaatsen vind je in Santa Ana op Av. 2, in de rijrichting net na het rode kruis, en in Salitral aan de hoofdweg.

Souvenirs – Diseños en Madera 2: Av. 1/Calle 6, in het centrum van Santa Ana, tel. 22 82 60 73, ma.-vr. 9-18, za. 10-17 uur. Klassieke souvenirwinkel met handgemaakte produc-

ten vervaardigd door oudere dorpsbewoners. Maar ook de typische souvenirs zijn hier verkrijgbaar, geschikt voor de laatste boodschappen voor de vlucht naar huis.

Boeken – Libreria Internacional 3: richting Río Oro, bij Automercado Santa Ana, tel. 22 03 15 79, dag. 9-19 uur, op Av. Escazu, tel. 22 08 88 65, bij Multiplaza Escazú, tel. 22 01 83 20, ma.-za. 10-21, zo. 22-20 uur. Het filiaal van een van de grootste boekhandels van het land. Actuele boeken, sommige in het Engels, goede selectie Latijns-Amerikaanse literatuur, reisboeken en kaarten.

Uitgaan

Dorps uitgaansleven – El Coco 1: Av. 2, tussen Calle Central en Calle 1, tel. 22 82 65 62, zo.-do. tot 21, vr., za. tot 2 uur. Warm eten tot de laatste gast vertrokken is. Grote porties voor weinig geld en uitstekende service. Je kunt er ook gewoon iets drinken. Soms muziek, soms karaoke, dan kan het wat luider worden. Bijzonder prettig is de ruimte op de bovenverdieping.

Goede sfeer – Altapas 2: 120 m ten noorden van de rotonde bij het rode kruis aan de 147, direct onder het Studio Hotel, tel. 22 82 48 71, di.-do. 17-22, vr., za. 12-24, zo. 12-22 uur. De twee broers Miguel en Joseph uit Catalonië hebben hier een aangename plek gecreëerd. Geweldige ambiance. Spaanse tapas en goede visgerechten (let op, zeer kleine porties) in een aangename sfeer.

Internationaal – Tap House 3: Centro Comercial City Place, tel. 22 08 87 63, dag. vanaf 11.30 uur. Een lokaal instituut. Noord-Amerikaanse specialiteiten (€€), de ideale plek voor een biertje na het werk.

Actief

Spaanse les – Centro Linguistico Conversa 1: in de groene bergen boven Santa Ana (bij de Avalon Country Club aan de Calle la Chimba), in Santa Ana Centro bevindt zich het kantoor, Casa Conversa, Av. 6/Calle Central, tel. 40 01 24 97, contact: Andy Kaufman, conversa.com. Aanbevolen taalschool met een ietwat ongebruikelijke, maar werkende methode. Je leert door voortdurend

contact in een volledig Spaanstalige omgeving. Overnachten kan op de prachtige campus, bij een gastgezin of in een van de hotels in de stad. Naast de drie accommodaties beschikt de campus over een zwembad, een mensa, een cafetaria en klaslokalen – allemaal milieuvriendelijk in het groen op een voormalige boerderij.

Evenementen

Feria internacional de artesanías (begin mrt.): bij verschillende kraampjes in het centrum van Santa Ana kun je kunstnijverheid uit Costa Rica en andere Latijns-Amerikaanse landen zoals Honduras, Guatemala, Colombia, Venezuela en Mexico kopen. Het festival gaat gepaard met veel muziek en regionale volksdansen. Het culinaire aanbod is gevarieerd.

Feria de la Cebolla (eind mrt./begin apr.): een week lang draait in Santa Ana alles om de ui, die hier vandaan zou komen. Je kunt ze in alle maten, vormen en kleuren kopen. Of het nu groot, klein, rood, bruin, gevlochten of verpakt is. Op straat worden traditionele gerechten aangeboden en lokale dans- en muziekgroepen verzorgen een programma.

Stadsfeest (half juli): het evenement begint met een *tope* met talloze ruiters en hun paarden. De week daarop verschijnt in het stadscentrum een kermisterrein met een carrousel, botsauto's en andere attracties. Het evenement gaat gepaard met concerten, dansen, bokswedstrijden of een carnaval met drummers en dansers.

Festival de Música Barroca (eind okt.-half nov.): evenement in Santa Ana en omliggende dorpen, georganiseerd door de gratis gemeentelijke muziekschool EMAI, die al meer dan 20 jaar bestaat. Op geselecteerde locaties vinden klassieke concerten plaats; artiesten van over de hele wereld geven het beste van zichzelf.

Vervoer

Bus: buslijn 9 verbindt Santa Ana met San José. Minstens elke 10 minuten, meestal vaker. In Santa Ana zelf zijn de haltes verspreid over het dorp, de eindhalte is op Av. 3 bij bakkerij Musi.

Sieraad van de jungle – de quetzal

Om maar een glimp van deze kleurrijke vogel op te vangen, banen gepassioneerde vogelaars zich een weg door de onherbergzame nevelwouden van Costa Rica. Maar waar komt de mythische uitstraling van de quetzal vandaan?



Al in de tijd van de Azteekse koning Montezuma werd er op de quetzal gejaagd vanwege zijn prachtige staartveren (om precies te zijn: de 'bovenste staartdekveren', die na het broedseizoen uitvallen). Er wordt gezegd dat de naam van de vogel in de Nahuatl-taal van de Azteken 'oplichtende staartveer' betekent. De glinsterend smaragdgroene veren, tot 80 cm lang, sierden ooit de hoofdtooiën van hoogwaardigheidsbekleders en hogepriesters.

De vogel mocht niet worden gedood, omdat hij werd beschouwd als de belichaming van de machtige scheppergod Quetzalcōatl. Op stenen reliëfs van de Olmeken, Tolteken en Azteken verschijnt dit mythische wezen als een gevederde slang. De pterosauriër Quetzalcoatlus, een van de grootste vliegende dieren uit de geschiedenis, dankt zijn naam aan de oude Meso-Amerikaanse godheid.

Maar terug naar het heden, waar de quetzal een even legendarische reputatie geniet – en niet alleen onder vogelaars. Als vogel uit de diverse familie der trogons onderscheidt de quetzal zich van zijn al even kleurrijke neven. Het contrast tussen het glinsterend groene verenkleed en de scharlakenrode borst zal zelfs de meest geharde vogelaar van zijn stuk brengen. Zonder staartveren is de vogel 35-38 cm lang en hij voedt zich met het rijke aanbod aan fruit en insecten in de nevelwouden van Costa Rica (bijvoorbeeld in de Cordilleras Tilarán en Talamanca tussen de 1400 en 3000 m). Naast zijn opvallende verenkleed is ook de roep van de quetzal – een keelachtig *kiu, kiu* – onmiskenbaar. De quetzal maakt zijn broedgaten in verrot hout en soms steken de groene staartveren er als plukjes varen uit.

In zijn verspreidingsgebieden in Midden-Amerika lijdt de quetzal onder illegale jacht en de vernietiging van zijn leefgebied. Daarom staat hij op de Rode Lijst van bedreigde diersoorten. In Guatemala, waar de quetzal het officiële wapendier is en de nationale munt zijn naam draagt, zijn speciale beschermde gebieden voor de vogel ingesteld. In Costa Rica vormt de vogel de inspiratiebron voor het Parque Nacional Los Quetzales op Cerro de la Muerte, maar hij vindt ook belangrijke toevluchtsoorden in andere nationale parken en beschermde gebieden, zoals de nevelwouden van Monteverde en Braulio Carrillo.

De beste tijd voor het observeren van de quetzal is van november tot mei, en vanaf februari zijn de spectaculaire baltsvluchten het absolute hoogtepunt. De iriserende zwaaiende staartveren tijdens de vlucht zijn een onvergetelijk gezicht. Dankzij professionele vogeltochten – deskundige gidsen kennen de broed- en foerageerbomen in de nevelwouden – kan de quetzal het hele jaar door worden gespot, zelfs zonder eigen ornithologische expertise.

Maar in het nationale park is niet alleen de quetzal te zien. In het 50 km² grote reservaat is ruim 20% van alle vogelsoorten in Costa Rica te vinden, waardoor het park een van de belangrijkste trekpleisters voor ornithologen in Costa Rica vormt. Tussen de takken fladert een grote verscheidenheid aan kolibriesoorten rond. En misschien ontdek je in het struikgewas wel een doodshoofdaapje, een tapir, een jaguar of een luiaard.

Het park biedt vanaf het rangerstation wandelpaden die je uitnodigen om de natuur te ontdekken en ervan te genieten. Maar vergeet niet een jas mee te nemen. Op een hoogte van 2000-3000 m is het met 5-14 °C beduidend koeler dan in de rest van het land. Tijdens de wandeling doorkruis je een grote verscheidenheid aan landschappen. Van het tropisch regenwoud gaat het naar het nevelwoud, je passeert indrukwekkende bergen en blauwe lagunes omzoomd met mangroveoerassen. De levensader van het park is de Río Savegre, die ontspringt op de Cerro de la Muerte en naar de vallei kronkelt. Los Quetzales is gemakkelijk bereikbaar met de auto. Het ligt direct aan de Panamericana, vanwaar een aftakking naar de ingang van het park leidt. Er zijn geen toeristische voorzieningen in het park.

Rond het Parque Nacional Los Quetzales

Santa María de Dota ▶ H 6

Aan de noordwestelijke grens van het Parque Nacional Los Quetzales, op 14 km van de Interamericana via de kronkelende 226, ligt op een hoogte van 1500 m het rustige plaatsje **Santa María de Dota** met ongeveer 3000 inwoners, het administratief centrum voor de omliggende dorpen. Rond het stadje liggen koffieplantages. Deskundigen menen dat de beste koffie van Costa Rica, zo niet de hele wereld, hier vandaan komt.

In Santa María zijn de **Monumentos de los Caidos de La Guerra Civil** van Luis Umaña Ruiz, waarmee de dode helden van

de korte burgeroorlog van 1949 worden herdacht, een kijkje waard. Costa Rica wordt afgebeeld als een grote vrouw, die haar armen om een man en een vrouw heeft geslagen. Het lijkt erop dat ze hen allebei beschermt.

Accommodatie

Het wordt hier 's nachts meestal erg koud. Je moet je dan dus warm kleden. Vraag in de accommodatie om een fatsoenlijk dekbed.

Met liefde voor detail - Cabinas Cecilia: ongeveer 500 m ten zuiden van het plein, aan de weg naar de watertanks, tel. 25 41 12 33 en 83 08 38 37, ceciliacabina@yahoo.com. Met veel aandacht voor detail ontworpen bungalowcomplex. Elk van de negen cabina's met goede bedden is anders ingericht, deels kleurig geverfd, met veel kleinigheden, dus je moet voldoende tijd nemen om alles goed te bekijken. Cecilia is een begenadigd tuinierster, kookt goed, maakt haar eigen jam en is een hartelijke gastvrouw. Een dakterras met prachtig uitzicht nodigt uit tot verpozen. Met ontbijt. €€

Zakenreizigers – Hotel Valle Verde: 200 m ten oosten van het sportveld, tel. 25 41 16 16. Een iets groter etablissement met zestien kamers verdeeld over twee verdiepingen, een restaurant met terras, en een spa. Alle voorzieningen die je nodig hebt. €€

... richting Copey

Aan de rivier – La Catarata: 2,4 km ten oosten van het plein aan de weg naar Copey, 150 m links naar de Río Parrita, gemarkeerd, tel. 25 41 13 12 en 89 27 79 66, di.-zo. 11-21 uur. Een verrassing midden in de natuur. De naamgevende waterval is weliswaar niet de hoogste, maar ligt met zijn groene zones direct naast het restaurant. De drie cabina's zijn niet luxueus, maar wel rustig en bijzonder geschikt voor gezinnen. Chef Rigoberto is altijd zelf ter plaatse en zorgt voor zijn gasten. Cabina voor twee personen. €

Eten en drinken

Heerlijk krokant – Pizzeria: 50 m boven de Cueva, tel. 25 41 12 37, di.-zo. middag en avond. Goede pizza, leuke en vriendelijke service. €