



SOUL  
CULTURE

# KOSTARYKA

*Pura vida! Rajska wyprawa w hołdzie życia*



SOUL  
TRAVEL

# KOSTARYKA

*Pura vida! Rajska wyprawa w hołdzie życia*

---

Czy istnieje przyrodniczy raj na ziemi? Jeśli tak to jest nim z pewnością Kostaryka! To państwo, którego aż 28% powierzchni zajmują parki narodowe i tereny pod ochroną. Lasy deszczowe, majestatyczne wulkany i wodospady, gorące źródła, wybrzeża dwóch oceanów, rzadkie gatunki zwierząt, egzotyczne rośliny i gigantyczne drzewa Ceiba – to tylko część atrakcji, jakie kryje Kostaryka. To kierunek dla tych podróżników, których ponad wszystko szukają kontaktu z nieskażoną przyrodą. Czyż nie tego właśnie potrzebujemy? Kostaryka to dosłownie wakacje w raju, z dala od bodźców pędzącej cywilizacji, to podróż do świata gdzie żyje się w zupełnie innym tempie.



Mieszkańcy Kostaryki pozdrawiają się słowami „Pura Vida”. To kostarykańskie wyrażenie przetłumaczyć można jako „pełnia życia” i „czyste życie”, ale kryje się za nim dużo więcej. To powitanie, pozdrowienie, odpowiedź na pytanie, jak się masz i okrzyk radości. W tych dwóch dźwięcznych słowach, wypowiedzianych przez dzieci i dorosłych, przy każdej nadarzającej się okazji, wybrzmiewa wszystko to, co najważniejsze dla kultury.



...

Spontaniczna radość, wdzięczność, docenianie chwili, zjednoczenie z naturą, a także szczerze i głębokie relacje między ludźmi. Harmonia i wewnętrzny spokój znajdują swoje odzwierciedlenie w codzienności. Dość wspomnieć, że od lat 50. XX wieku w Kostaryce nie ma wojska. Miarą szczęścia jest spełnienie. Co roku, w rankingu Happy Index Planet, Kostarykanie zajmują czołowe miejsce na liście najszczęśliwszych narodów świata. Ticos kochają swój kraj i są wdzięczni za to, co ich otacza. Stąd Pura Vida – w hołdzie życia!





## Co się wydarzy podczas wyprawy?

- Zobaczysz rzadkie gatunki zwierząt i roślin i niezliczone odcienie zieleni
- Popłyniesz w poranny rejs po parku narodowym Tortugero, by obserwować m.in. iguany, krokodyle, barwne ptaki i skaczące między koronami drzew małpy
- Spotkasz członków plemienia Maleku
- Wybierzesz się na spacer po wiszących mostach pośród lasu mglistego
- Pójdziesz na trekking u podnóża wulkanów
- Będziesz zjeżdżał na linach przez dżunglę
- Zażyjesz orzeźwiających kąpeli pod wodospadami i zrelaksujesz się w naturalnych gorących źródłach.
- Odwiedzisz plantację kawy
- Odpoczniesz na rajskich plażach Oceanu Spokojnego



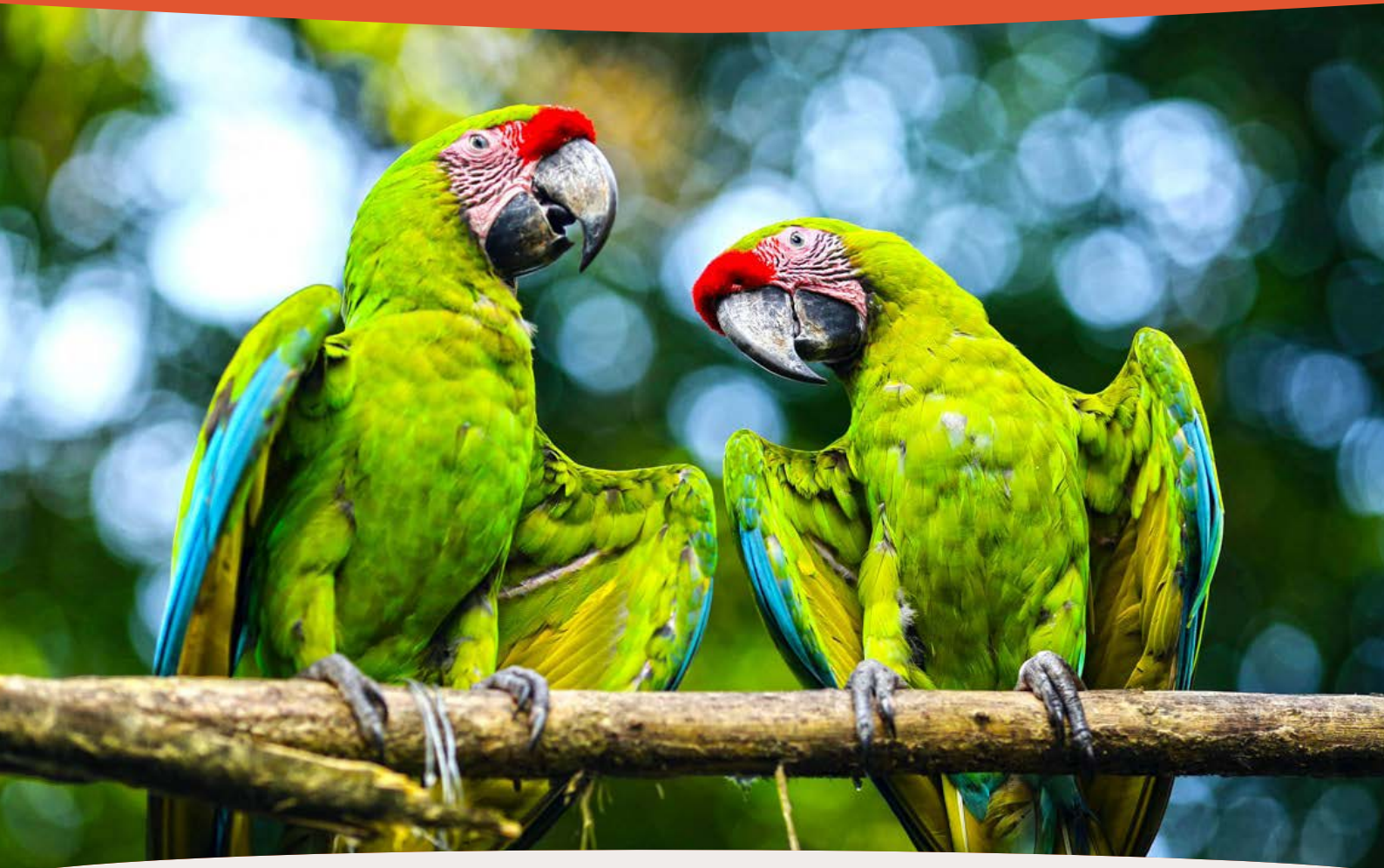


## RYTM PODRÓŻY

Wyprawa została zaplanowana na grudzień, tak by polską zimową aurę zastąpić słonecznym rajem. To podróż przez kraj-raj, bo tak często nazywana jest Kostaryka. Czas spędzimy przede wszystkim aktywnie. To ekspedycja poznawcza, choć nie zabraknie też czasu na relaks. Przemierzmy zakątki, dające sposobność przeniknięcia do świata dziewiczej natury. Przejedziemy przez zielone góry, powędrujemy przez tropikalne lasy przepasane wstęgami mgieł i pełne odgłosów dzikiej przyrody, będziemy się kąpać nad wodospadami, w rześkich rzekach i gorących źródłach, a na koniec także w oceanie.

A wszystko to w oprawie wiecznego lata. Słońce będzie naszym towarzyszem za dnia, wieczorami zaś podczas ognisk lub na tarasie naszych eko-hoteli snuć będziemy opowieści o życiu Kostarykan – ticos. To wyprawa pod znakiem przyrody i przygody i to one będą wyznaczać rytm tej podróży. Kostaryka to miejsce, w którym obserwując naturę i niezwykle pogodnych mieszkańców, przypominamy sobie, jak ważna jest wdzięczność za każdą chwilę, którą przeżywamy, a odprężenie i relaks nabierają pełniejszego znaczenia.





## RAJSKA PRZYRODA

Dziewicza fauna i flora to bijące serce Ziemi. Ziemi, którą wzięli pod opiekę Kostarykanie. Ich celem nie jest jednak głęboka ingerencja w środowisko naturalne, darzą przyrodę zbyt dużym szacunkiem, by zaburzać jej harmonię i dzikość. A Matka Natura hojnie obdarzyła tę ziemię, oblewaną szmaragdowymi wodami Oceanu Spokojnego i Morza Karaibskiego.

To niewielkie państwo o powierzchni zaledwie 1/5 Polski, jest jednym z dwudziestu krajów o największej bioróżnorodności na świecie. Aż 24% jego obszaru zajmują parki narodowe i inne tereny objęte ochroną. Soczysto zielone, poprzecinane krystalicznie czystymi rzekami lasy na zboczach wulkanów to dom dla niezliczonej ilości ptaków, barwnych motyli i dzikich zwierząt: oznajmiających nadejście poranka wyjców, wygrzewających się na słońcu iguan czy też nocnych jaguarów.

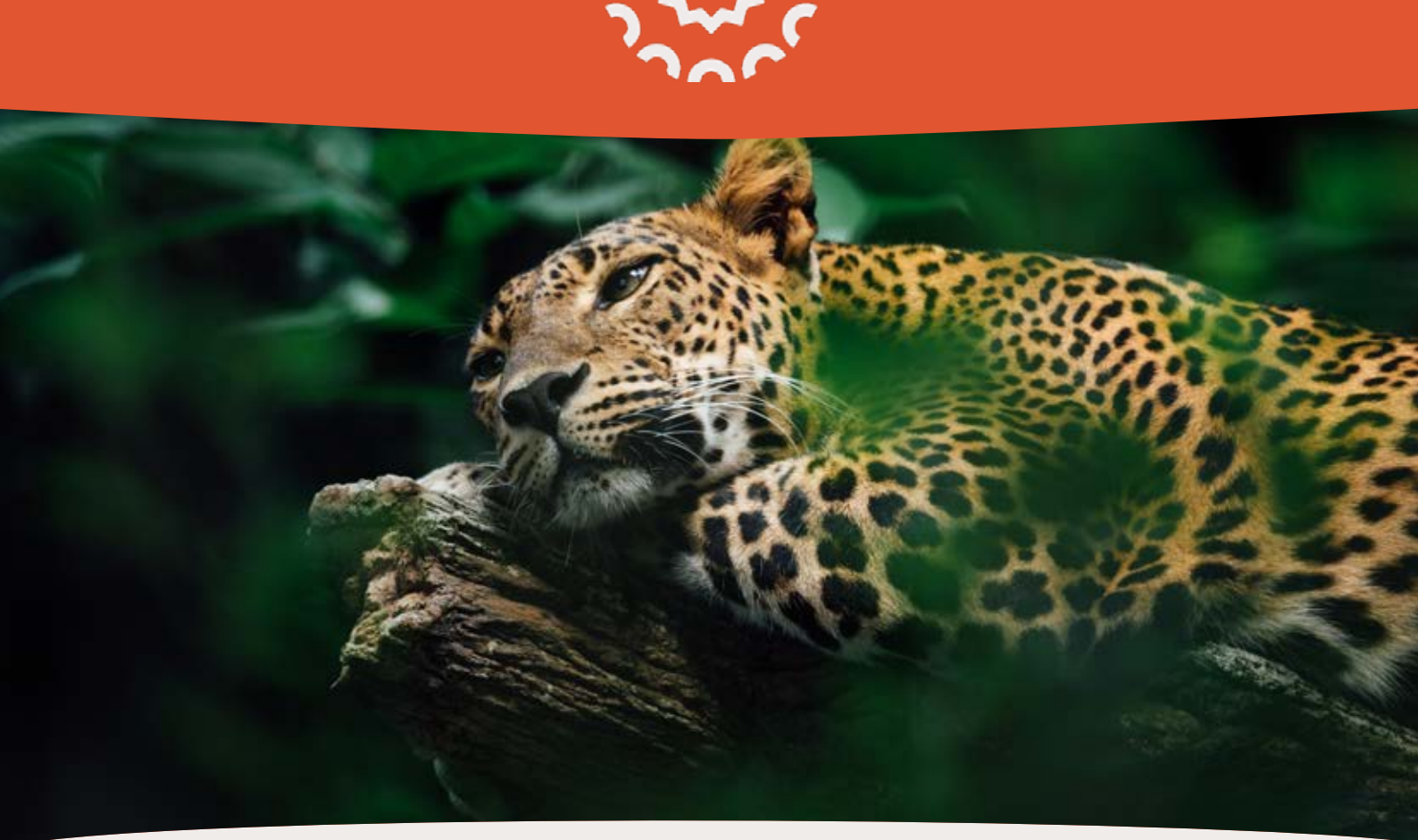


## AKTYWNOŚCI W NATURZE

Przemierzmy zakątki, dające sposobność przeniknięcia do świata dziewiczej natury. Przejedziemy przez zielone góry, powędrujemy przez tropikalne, zamglone lasy, wykąpiemy się w naturalnych basenach pod wodospadami i gorących źródłach, a na koniec także w oceanie. A wszystko to w opowie wiecznego lata.

Zaznamy przygody w pełnym tego słowa znaczeniu. Zjazdy na linach pozwolą rzucić okiem na świat z zupełnie innej perspektywy, a podczas spacerów po lesie tropikalnym i przepraw łodziami nie sposób się nudzić. Wszystkie aktywności, spotkania z fauną i florą oraz rozmowy z ludźmi to odkrywcze przeżycia. Kostaryka to miejsce, w którym odprężenie i relaks nabiorą pełniejszego znaczenia.





## KANAŁY TORTUGUERO – MAŁA AMAZONKA

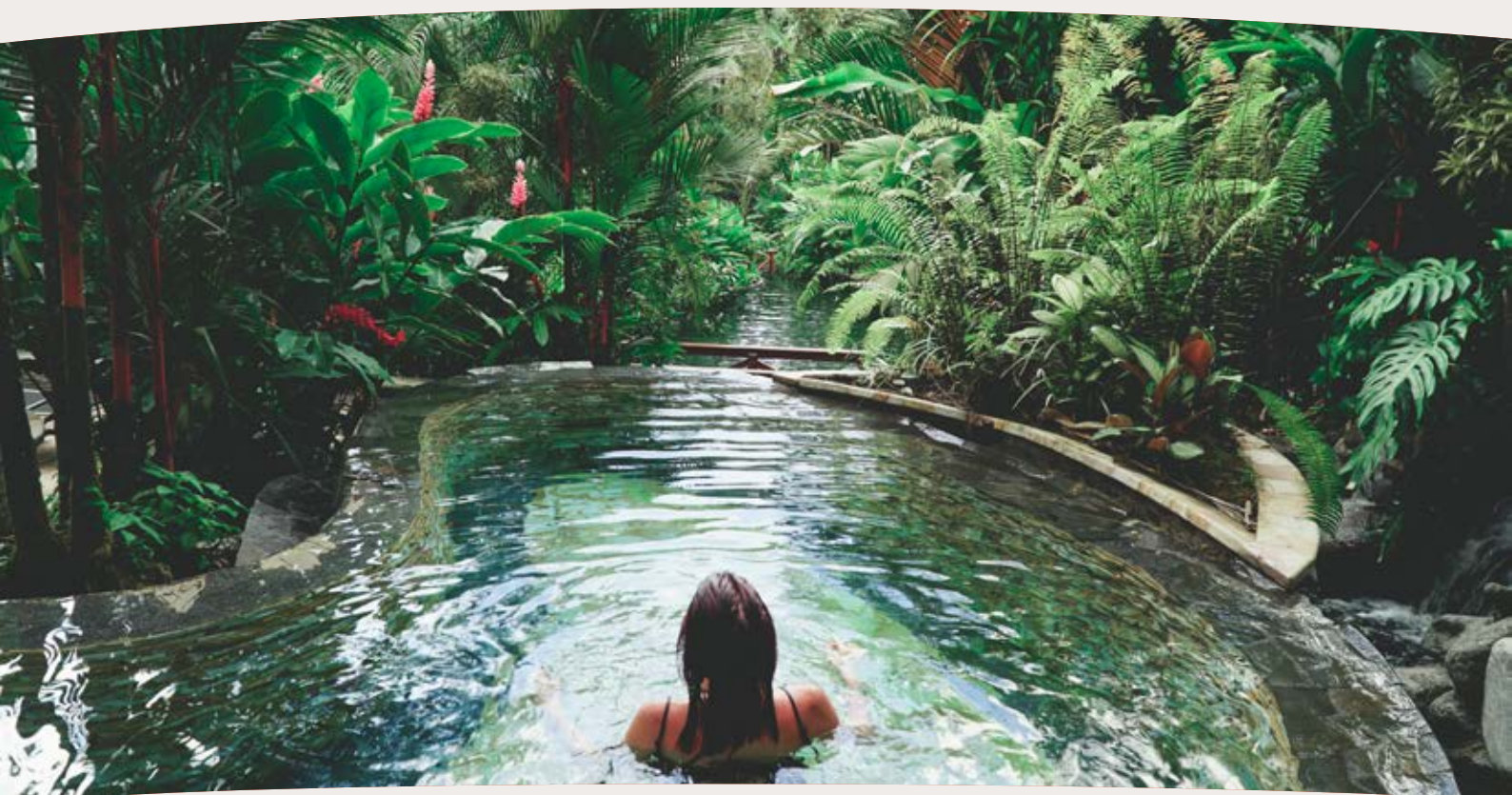
Na ostatnim pasie lądu, między kanałem a Morzem Karaibskim, przycupnęło maleńkie Tortuguero. Unikalne położenie miasteczka wzbudza autentyczne zdumienie. Mieszkańcy żyją w zgodzie z naturą, ogromną wagę przykładając do ekologii. Do Tortuguero dotrzeć można jedynie łodzią po meandrujących kanałach otoczonych dżunglą. Po obu ich stronach ciągną się pasma roślinnej gęstwiny, stopniowo schodzącej do wody. W kanałach żyją krokodyle i przy odrobinie szczęścia, z bezpiecznej odległości, będziemy mogli je zobaczyć.

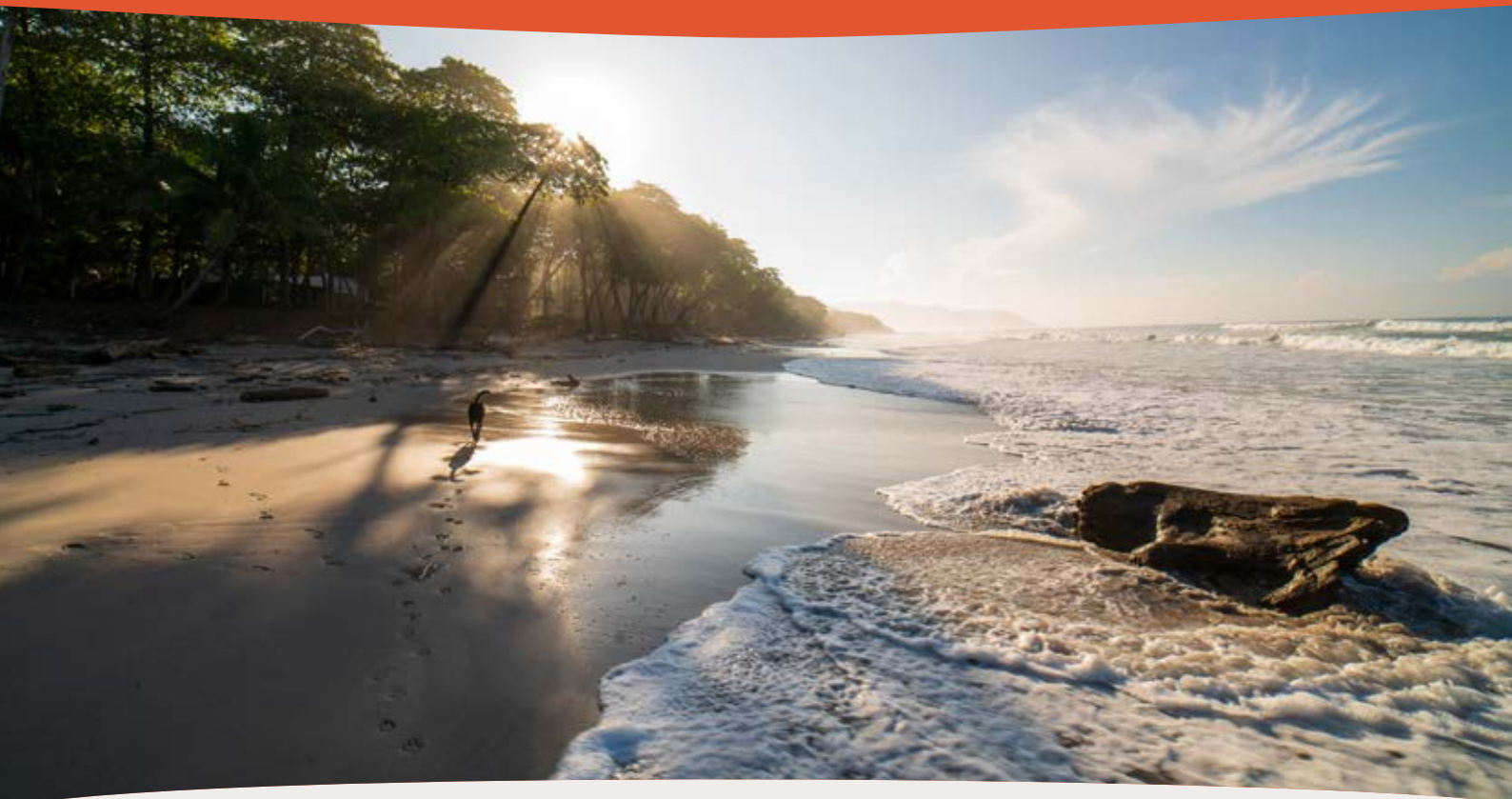
Wyłyniemy również w rejs łodzią po Parku Narodowym Tortuguero. To istne zagłębienie dzikich zwierząt, o których z pasją opowiadają lokalni przewodnicy. Przyjrzymy się leniwym iguanom, barwnym tukanom, pikującym w wodę czaplom i skaczącym między drzewami małpom. Część z nich to gatunki endemiczne, nigdzie indziej niespotykane. Przez wzgląd na roślinność i charakter okolic, region ten bywa nazywany Małą Amazonką, dlatego tropikalną przyrodę zobaczymy nie tylko z łodzi, ale również spacerując po okolicach miasteczka.

## GORĄCE ŹRÓDŁA

Przemierzmy zakątki, dające sposobność przeniknięcia do świata dziewiczej natury. Przejedziemy przez zielone góry, powędrujemy przez tropikalne, zamglone lasy, wykąpiemy się w naturalnych basenach pod wodospadami i gorących źródłach, a na koniec także w oceanie. A wszystko to w opowieści wiecznego lata.

Jedną z pereł kostarykańskiej natury, z której dobrodziejstw od dawna korzystają ticos, są gorące źródła o właściwościach leczniczo-odprężających. Wysoka temperatura wody w basenach poukrywanych w dżungli to efekt aktywności wulkanu Arenal. Tutejsze gorące źródła przybrały formę basenów, rzek, kaskad i ściany wody, za którą można się schować jak za wodospadem. Zaznamy tej przyjemności – zanurzymy się w gorących wodach, by zregenerować się po wędrówkach przez wiszące mosty.





## MONTEZUMA I PLAYA SANTA TERESA

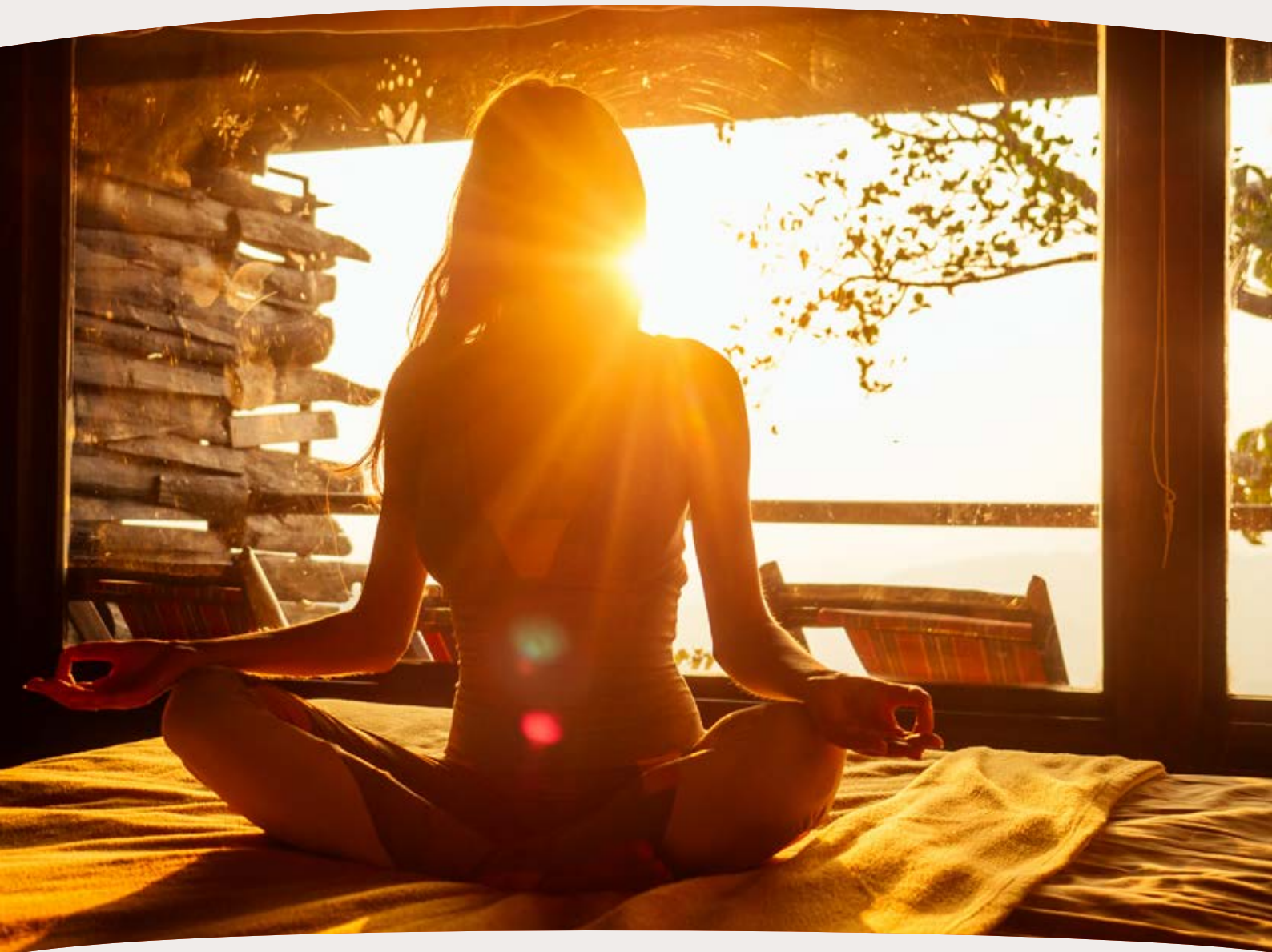
Północno-zachodnia część Kostaryki położona nad Oceanem Spokojnym to obszar o wysokich temperaturach i znacznie mniejszej niż na wybrzeżu karaibskim wilgotności powietrza. Montezuma – „Góra Ognia” – to unikatowe miasteczko o swobodnej atmosferze. Przestrzeń wypełnia tu szum oceanu, okoliczna fauna i flora zaprasza do poznania, a zachody słońca to istna gra światła na niebie.

Czas spędzony nad Pacyfikiem będzie oscylował między spokojnym relaksem a aktywnym wypoczynkiem. Każdy znajdzie coś dla siebie. W Montezumie czekają nas niespieszne spacerunki, wizyty w knajpkach, plażowanie i kąpiele w oceanie lub pod zimnym wodospadem, gdzie spotkamy zapewne „czepialskie” małpki kapucynki. Zaznamy słońca i odprężenia. Dotrzemy też do Playa Santa Teresa na półwyspie Nicoya. Ta mekka kostarykańskich surferów słynie z wysokich fal i doskonałego wiatru. Chętni będą mogli spróbować swoich sił w surfingu. To też świetna okazja, by ponurkować lub powłóczyć się po miasteczku, pełnym knajpek i galerii.



## WYGODA POŚRÓD NATURY

Z gwarne San Jose przeniesiemy się w rejony, w których główną rolę odgrywa dziewicza natura. Butikowe hotele w prowincjonalnych miasteczkach i osadach są naturalnie wkomponowane w przyrodę. Łączą potrzebę komfortu z zachowaniem balansu w naturze. Hotele te wykorzystują naturalny obieg wody, pozyskują energię ze źródeł odnawialnych i w sposób ekologiczny utylizują odpady. W takich warunkach nie brakuje również pysznych specjałów, przyrządzanych z lokalnych i naturalnych produktów





## LOKALNA KUCHNIA

Wyprawa przez Kostarykę to również podróż przez nowe smaki, struktury i aromaty. W lokalnej kuchni królują nasycone słońcem owoce, z których powstają pyszne dżemy, zdrowe soki lub jada się je na surowo. Nie raz zakosztujemy w tradycyjnych specjałach, racząc podniebienia zdrową i pożywną kuchnią.




Miłośnicy ryb odnajdą swój smak w różnych odmianach ceviche – rybie marynowanej w soku z limonki z dodatkiem przypraw, a pasjonaci kuchni wegetariańskiej – w pysznej zupie z czarnej fasoli z jajkiem, sałatkach warzywnych i owocowych, czy zupie azteckiej, łączącej pomidorową z bulionem warzywnym.

Wreszcie sięgniemy po słynne casado – danie, które można jeść codziennie, bo w każdym miejscu serwowane je inaczej. Zazwyczaj składa się ono z gallo pinto, czyli aromatycznej czarnej fasoli z ryżem i dodatków – sałatki, smażonych platanów i mięsa bądź ryby.

# PROGRAM WYPRAWY

## DZIEŃ 1 Warszawa – San Jose




Wylot z Warszawy i przelot do San José z przesiadkami.

-  **Dystans:** Lot samolotem
-  **Nocleg:** Zakwaterowanie w hotelu
-  **Wyżywienie:** Kolacja

## DZIEŃ 2 San Jose – Tortuguero

Rozpoczniemy przygodę z Kostaryką! Wyruszymy w kierunku Parku Narodowego Tortuguero – królestwa dzikiej przyrody. Wczesnym rankiem przejazd przez zielone góry Monteverde z przystankiem na pyszne śniadanie nad rzeką Danta. Łądem dotrzemy do portu, a stamtąd w dalszą drogę wybierzemy się łodzią.

Popłyniemy meandrującymi kanałami do eko-hotelu w sercu tropikalnego lasu wilgotnego. Po południu wybierzemy się na spacer po klimatycznym miasteczku Tortuguero.

-  **Dystans:** Przejazd 120km, 3h; 0:45h transfer łodzią
-  **Nocleg:** Zakwaterowanie w hotelu
-  **Wyżywienie:** Śniadanie, obiad, kolacja





### DZIEŃ 3 Tortuguero – rejs po parku

Na blisko 19 tysiącach hektarów Parku Narodowego Tortuguero żyją iguany, kilkaset gatunków ptaków, małpy, nietoperze, krowy morskie, a także zwinne pumy i jaguary. Jednak przede wszystkim to królestwo żółwi – morskich zielonych, szylkretowych oraz skórzastych – które mają tu swoje miejsca lęgowe. Park utworzono w 1970 roku, by chronić te długowieczne gady.

Dzień rozpoczniemy od rejsu po parku. Będziemy obserwować dzikie zwierzęta, wsłuchiwać się w odgłosy dżungli i chłonąć aurę kostarykańskiej natury. A po obiedzie poznamy bliższe okolice eko-hotelu. To dobry moment na relaks, rozmowy o doświadczeniach i leżenie na hamaku.


 **Nocleg:** Zakwaterowanie w hotelu

 **Wyżywienie:** Śniadanie, kolacja

### DZIEŃ 4 Tortuguero – La Fortuna

Po śniadaniu wyruszymy ku nowym zakątkom Kostaryki – do stóp majestatycznego wulkanu Arenal. Droga do La Fortuna prowadzi przez zielone góry, malownicze miasteczka i plantacje soczystych ananasów.

Lunch zjemy na trasie w pięknych okolicznościach przyrody – nad rzeką Danta. Po przyjeździe zakwaterowanie, relaks i czas, by przyjrzeć się życiu codziennemu Ticos.

 **Dystans:** Przejazd 170 km, 3,5h; 0:45h transfer łodzią

 **Nocleg:** Zakwaterowanie w hotelu

 **Wyżywienie:** Śniadanie, obiad, kolacja






## DZIEŃ 5 La Fortuna

Dzień pełen wrażeń! Ścieżkami tropikalnego lasu powędrujemy do 70-metrowego wodospadu, którego wstęga spienionej wody z hukiem wpada do niewielkiego jeziorka. Gdy już tam dotrzemy, będzie czas na orzeźwiająca kąpiel. Wszystko to w oprawie bujnej roślinności i kolorowych ptaków, odpoczywających na gałęziach gigantycznych drzew ceiba.

Popołudniu czas na samodzielne odkrywanie okolic, np. spacer do El Salto – naturalnego basenu na rzece, do którego można skakać z rozhuśtanej liny.

 **Nocleg:** Zakwaterowanie w hotelu

 **Wyżywienie:** Śniadanie, kolacja




## DZIEŃ 6 La Fortuna

Po niespiesznym śniadaniu nad jeziorem Arenal czas na aktywności dnia. A będzie się działo. Zaczniemy od wiszących mostów, spinających krańce przepastnej doliny. Spacerowanie po nich to odkrywanie otoczenia z innej perspektywy i doskonalenie sztuki balansowania naszym ciałem. Z najwyższego mostu zobaczymy piękną panoramę, której dopełnieniem jest ziemisty stożek drzemiącego wulkanu Arenal.

Po południu zanurzymy się w słynnych kostarykańskich gorących źródłach – to kąpiel, która odpręża wszystkie zmysły. Ciepła woda relaksuje ciało, a odgłosy lasu uspokajają głowę. Również tam zjemy pożywną kolację. codziennemu Ticos.

 **Nocleg:** Zakwaterowanie w hotelu

 **Wyżywienie:** Śniadanie, kolacja



## DZIEŃ 7 Jezioro Arenal – Tenorio

Po śniadaniu wykwaterujemy się, by rozpocząć kolejny etap przygody – zjazdu na linach, których krańce nikną w gęstwinie drzew, przepasanej wstęgami mgielnej zawiesiny. Oglądanie krajobrazów z lotu ptaka to spore wyzwanie, ale nagrodą za jego podjęcie są zjawiskowe widoki. W tym wszystkim towarzyszyć nam będą doświadczeni instruktorzy i nasi przyjaciele z plemienia Maleku. Ludność ta do dziś kultywuje swoje barwne tradycje sięgające czasów prekolumbijskich.

Następnie przejedziemy do butikowej łodzi na północ na obrzeża Parku Narodowego Tenorio, skąd będziemy mogli rozkoszować się widokiem na wulkan o tej samej nazwie. Popołudnie spędzimy na relaksie w pięknych okolicznościach przyrody. Idealnie wkomponowany w naturalne warunki kostarykańskiej przyrody hotel to atrakcja sama w sobie. Dźwięki otaczającej go przyrody i bliskość rzeki pozwolą rozluźnić ciało i naładować energię na kolejne dni. Znajdziecie tu liczne ścieżki pozwalające na samodzielne spacerowanie wśród tropikalnego lasu, ogrody pełne kwiatów, tchnący spokojem taras do praktyki jogi i podgrzewany ogniem naturalny basenu.

 **Dystans:** Przejazd 90km, 2h

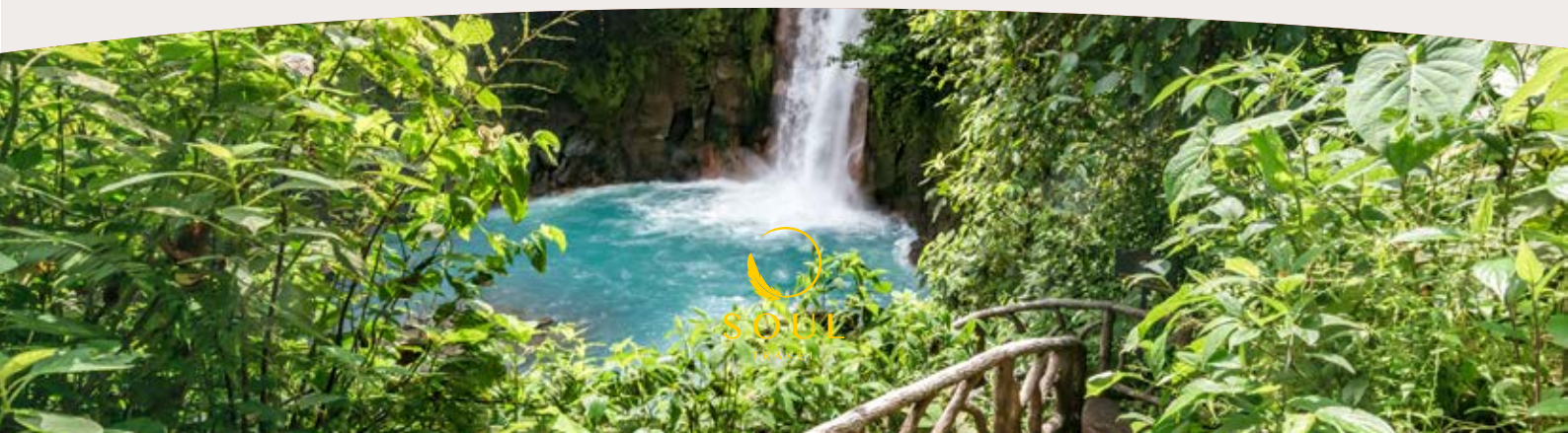
 **Nocleg:** Zakwaterowanie w hotelu

 **Wyżywienie:** Śniadanie, obiad, kolacja

## DZIEŃ 8 Tenorio

Na dobry początek dnia sycące śniadanie. Zaraz po nim czeka nas eksplorowanie Parku Narodowego Tenorio. Baśniową scenerię tworzą lasy deszczowe, pełne głośnych, ruchliwych kapucynek i błękitnych motyli wielkości dłoni. Ponad drzewami góruje potężny, porośnięty zielenią stożek – to wulkan Tenorio.

....





....

Leśnym szlakiem powędrujemy ku błękitnej rzece Rio Celeste i nad wodospad o tej samej nazwie, a dalej do punktu, z którego widać majestat wulkanu Miravalles. Po trekkingu, dla chętnych – kąpiel w błękitnej rzece.

Na lunch wrócimy do łodzy. Popołudnie przeznaczone na relaks w „głośniejszy” kostarykański las deszczowy. Opcjonalnie można skorzystać z aktywności oferowanych przez łódź – jazdy konnej albo wizyty na plantacji kakao.

 **Nocleg:** Zakwaterowanie w hotelu

 **Wyżywienie:** Śniadanie, obiad, kolacja

---

## DZIEŃ 9 Tenorio – Montezuma

Czas na zmianę klimatu, po śniadaniu ruszamy nad Ocean Spokojny. To północno-zachodnia część kraju, bardziej sucha i gorąca, odczuwamy więc zmianę klimatu. Ochłódę da nam kąpiel w oceanie, a plażowanie przyjemnie rozleniwi. Podróż to dobre kilka godzin eksploracji zmieniających się stref klimatycznych i krajobrazowych Kostaryki. Do hotelu dojedziemy popołudniu, co da nam czas na pierwsze rozpoznanie terenu – spacer po Montezumie, miasteczku o atmosferze przywodzącej na myśl zakątki odwiedzane przez wytrawnych podróżników – i pierwszy zachód słońca nad Pacyfikiem.

Przed nami kilka dni na relaks lub aktywny wypoczynek. Chętnie podpowiemy, jak ciekawie spędzić czas wolny na lądzie lub w wodzie.

 **Dystans:** Przejazd 250km, 4-5h

 **Nocleg:** Zakwaterowanie w hotelu

 **Wyżywienie:** Śniadanie, kolacja





## DZIEŃ 10 Montezuma

Dzień relaksu na własnych zasadach. Montezuma oraz Santa Teresa to mekka surferów – jeden z najlepszych spotów dla poskramiaczy dzikich fal w Ameryce Środkowej. Stały wiatr od brzegu i wysokie fale stworzyły tu idealne warunki dla pasjonatów deski i adrenaliny. Chętni mogą spróbować, jak to jest poczuć wiatr we włosach wśród fal.

Dla miłośników spokojniejszych wodnych uciech, atrakcji również jest bez liku. Można na przykład wyruszyć na rejs łodzią na żółtą wyspę. Tutejsze plaże pokryte są białym piaskiem, a nad nimi kołyszą się drzewa kokosowe. Idealne miejsce na pływanie i oglądanie bogactwa oceanicznego świata z maską. Nurkowanie z akwalungiem lub snorkelling to przygody, które na długo zapadną w pamięć.

A gdy dzień będzie się chylił ku końcowi, pouczujemy przy zachodzącym słońcu. Ognisko na plaży to dobra okazja, by wspólnie spędzić czas, porozmawiać, odprężyć się i cieszyć się chwilą jak prawdziwi *ticos*.

 **Nocleg:** Zakwaterowanie w hotelu

 **Wyżywienie:** Śniadanie, kolacja






## DZIEŃ 11 Montezuma – Santa Teresa – Montezuma

Wybrzeże Pacyfiku słusznie kojarzy się z rajem na ziemi. Dzisiaj wyruszymy na drugą stronę półwyspu, by odwiedzić urokliwe miasteczko Santa Teresa. Dzień spędzimy na zwolnionych obrotach, czyli na spacerach i wycieczce do niezwykłego miejsca. Stary cmentarz pośród zieleni dostępny jest tylko wtedy, gdy rozstąpią się wody oceanu.

Dotrzemy tam i poczekamy na ten właściwy moment. Na lądzie będziemy spacerować po miasteczku, by podejrzeć życie jego mieszkańców, oddamy się obserwacji tropikalnej fauny i flory albo zakosztujemy relaksu na plaży pod palmami, racząc się pysznymi sokami z kostarykańskich owoców. Po południu wrócimy do hotelu w Montezumie.

 **Dystans:** Przejazd 20km, 0:45h w jedną stronę

 **Nocleg:** Zakwaterowanie w hotelu

 **Wyżywienie:** Śniadanie, kolacja

---

## DZIEŃ 12 Montezuma

Kolejny dzień spędzimy na zwolnionych obrotach. Dla chętnych – wyciszające masaże lub lekcje jogi albo – dla odmiany – wyprawy nad wodospad, do okolicznego browaru i przejażdżki konne. A pomiędzy tym wszystkim, pyszna lokalna kuchnia, sycące soki ze świeżych owoców, zabawa i rozmowy. Dzień zakończymy pyszną, pożegnalną kolacją z widokiem na ocean.

 **Nocleg:** Zakwaterowanie w hotelu

 **Wyżywienie:** Śniadanie, kolacja





## DZIEŃ 13 Montezuma – San Jose

Ostatnie śniadanie nad oceanem i w drogę! Wyruszmy do San Jose. Przejazd busem do portu, gdzie czeka nas przyjemny rejs po Pacyfiku. Po dotarciu na suchy ląd, pojedziemy na plantację kawy, by zgłębić tajniki uprawy i produkcji „małej czarnej”.

 **Dystans:** Przejazd 190km, 6h

 **Nocleg:** Zakwaterowanie w hotelu

 **Wyżywienie:** Śniadanie, kolacja

## DZIEŃ 14 i 15 San Jose – Warszawa

Wykwaterowanie z hotelu i przejazd na lotnisko. Wylot z San Jose z przesiadkami do Polski. Przylot dnia następnego

 **Dystans:** Lot samolotem





## MAPA I POGODA

Kostaryka leży w Ameryce Centralnej, otoczona Morzem Karaibskim i Oceanem Spokojnym. Od północy graniczy z Nikaraguą, a od południa z Panamą. To rejon klimatu podrównikowy. Najlepszą porą na wycieczkę do Kostaryki jest pora sucha – od grudnia do kwietnia. Temperatury są wtedy umiarkowane, a miesiące mniej deszczowe. Nasza wyprawa została zaplanowana na luty. To najlepszy czas na wakacje w raju Kostaryki. To idealny moment, by zimową polską aurę zastąpić słonecznym rajem z temperaturami sięgającymi 30 stopni. Warto jednak pamiętać, że w górzystym terenie wewnątrz kraju temperatury mogą być nieco niższe.



## KONDYCJA FIZYCZNA I SZCZEPIENIA

Wyprawa wymaga podstawowej, ogólnej sprawności fizycznej i gotowości do umiarkowanego wysiłku. Trasy do wodospadów La Fortuna i Rio Celeste obejmują spacer po schodach i leśnych ścieżkach, miejscami nierównych i wilgotnych. Wystarczająca będzie kondycja pozwalająca na parogodzinny, spokojny marsz w ciepłym i wilgotnym klimacie.

Nie ma obowiązku szczepień ochronnych. Szczepienia przeciwko żółtej febrze są wymagane jedynie wobec osób przybywających z rejonów, gdzie choroba ta występuje (również w przypadku tranzytu). W Kostaryce nie panują żadne groźne choroby. Komary mogą przenosić wirusa dengi (zwłaszcza w porze deszczowej), dlatego zwłaszcza wieczorami należy pamiętać o korzystaniu z repelentu zawierającego DEET

Opieka medyczna jest łatwo dostępna w większych miastach. Jeśli potrzebujesz bardziej szczegółowych informacji o szczepieniach, najlepiej skontaktuj się z wojewódzką stacją sanitarno-epidemiologiczną lub ze specjalistą ds. medycyny tropikalnej.



## CENA I TERMIN

**Aktualne ceny i termin dostępne na stronie wyprawy**

**Kostaryka - Rajska wyprawa w hołdzie życia**



**kliknij w link**

**Zarezerwuj ze zniżką!**

Otrzymaj rabat, rezerwując wyprawę jako jedna z pierwszych osób lub dla kilku uczestników.

## WLICZONE W KOSZTY WYPRAWY:

- Zakwaterowanie w 3\* i 4\* hotelach (eko-pensjonaty, eko-hotele, butikowe hotele) w komfortowych pokojach
- Transport prywatnym autobusem, w Parku Narodowym Tortugero – łodziami, przeprawa promowa
- Odżywcza lokalna i międzynarodowa kuchnia (wszystkie śniadania i kolacje, 2 obiady w Tortuguero, 2 obiady w Tenorio)
- Aktywności opisane w programie
- Bilety wstępu do zwiedzanych miejsc: wodospad La Fortuna, parki narodowe Tenorio i Tortuguero, spacer na wiszących mostach, plantacja kawy, rejs łodzią po Parku Tortuguero, zjazd na zip-linach, kąpiel w gorących źródłach
- Opieka polskojęzycznej pilotki Soul Travel
- Opieka anglojęzycznego przewodnika lokalnego Widera
- Ubezpieczenie KL – 100 000 EUR, NW – 16 000 PLN, BAGAŻ – 1600 PLN
- Składka na Turystyczny Fundusz Gwarancyjny i Turystyczny Fundusz Pomocowy



....

- Przedwyjazdowe spotkanie online z uczestnikami wyprawy
- **3% dochodów wspiera lokalne projekty**

## NIEWLICZONE W KOSZTY WYPRAWY:

- Bilety lotnicze (Polska – Kostaryka – Polska)
- Posiłki poza wskazanymi w programie, napoje (w tym alkoholowe i gazowane)
- Zwyczajowe napiwki dla kierowców i lokalnych przewodników, napiwki w hotelach oraz opłaty lokalne (150 USD, płatne przewodnikowi na miejscu)
- Dodatkowe atrakcje dla chętnych (rafting na rzece Tenorio, jazda konna, joga, masaże, wyjazd na żółtą wyspę, nurkowanie z butlą, surfing)
- Dodatkowe ubezpieczenie wyprawy od Kosztów Rezygnacji
- Wydatki osobiste, inne aktywności nie ujęte w programie

---

## ORGANIZATOR:

Soul Travel

NIP: 6222354457

REGON: 251604717

Wpis do Rejestru Organizatorów Turystyki i Pośredników Turystycznych Marszałka  
Województwa Wielkopolskiego: 696

Gwarancja Ubezpieczeniowa UNIQA o numerze: 2665169580

INFORMACJE I ZAPISY:

[kontakt@soultravel.pl](mailto:kontakt@soultravel.pl) (zalecany kontakt)

tel: 0048 501 023 258 Renata Sabela

