


1er au 14 février  
2026

# Le Costa Rica



crédit photo : RPA

## Dimanche 1er février

 Montréal - San José  
Coucher à San José

## Lundi 2 février / promenade

**Visite commentée à pied de San José**  
*Capitale et métropole du Costa Rica à 1220 mètres d'altitude au centre du pays.*  
Coucher à San José

## Mardi 3 février / promenade

**Randonnée à la Réserve naturelle Savegre**  
(avec guides-naturalistes)  
*Découverte d'une forêt tropicale à la riche biodiversité*  
Coucher à Isidro del General


## Mercredi 4 février / promenade +

**Randonnée et baignade à Nauyaca Waterfalls.**  
*Ces chutes grandioses créent un bassin naturel entre les parois d'un canyon. Spectaculaire!*  
Coucher à Manuel Antonio  
À l'orée du parc, à quelques pas de la plage

## Jeudi 5 février / promenade (avec guides-naturalistes)

**Randonnée au parc national Manuel Antonio**  
*et baignade à ses magnifiques plages de sable fin*  
Coucher à Manuel Antonio

## Vendredi 6 février

 **Balade commentée en bateau dans les mangroves.** *Écosystème original - les arbres semblent avancer sur leurs racines*  
Après-midi libre  
Coucher à Manuel Antonio



## Samedi 7 février / promenade

Déplacement vers San Ramon  
**Pique-nique et baignade** en cours de à la page Jaco  
Coucher à Fortuna

## Dimanche 8 février / promenade+

**AM : Randonnée et baignade à la chute La Fortuna**  
**PM : Baignade dans les aux thermales de Baldi Spring**  
Coucher à Fortuna

## Lundi 9 février / promenade+

**Randonnée au parc national du volcan Arenal**  
(avec guide naturaliste).  
*Le volcan le plus actif au Costa Rica*  
Coucher à Fortuna

## Mardi 10 février / promenade

**Randonnée au parc Selvatura Park.**  
*Nous marchons entre ciel et terre grâce à des passerelles installées près du sommet des arbres.*  
Coucher à Monteverde

## Mercredi 11 février / au choix : promenade ou modéré

**Randonnée à la Réserve biologique Monteverde**  
(avec guide-naturaliste)  
*Ligne de partage des eaux et territoire du Quetzal.*  
Coucher à Monteverde

## Jeudi 12 février / promenade +

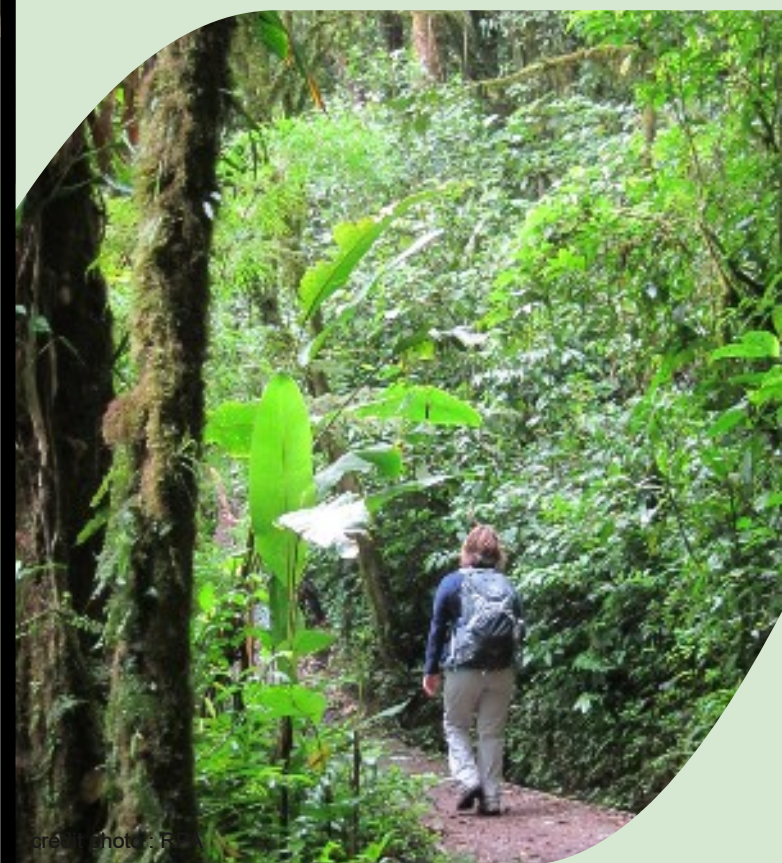
**Randonnée à la Réserve biologique Santa Elena**  
(avec guide-naturaliste)  
*Une forêt pluviale où les arbres mènent au ciel.*  
Coucher à San José

## Vendredi 13 février / promenade

**AM : Promenade au volcan Irazu**  
**PM : Visite de Cartago, sa basilique et son marché**  
Coucher à San José

## Samedi 14 février

 / San José – Montréal



crédit photo : F



Détenteur d'un permis du Québec

Tél : 514-252-3330  
1150 Boul. Saint-Joseph Est  
Bureau 300  
Montréal H2J 1L5

[randopleinair.com](http://randopleinair.com)



# Costa Rica

1<sup>er</sup> au 14 février 2026

Inscrivez-vous en communiquant  
avec Rando Plein Air

514-252-3330  
info@randopleinair.com



crédit photo : RPA

## Assurance Voyage

Vérifiez bien auprès de votre compagnie d'assurance que vous serez entièrement remboursé-es si vous deviez annuler ou interrompre votre voyage.

Le nom de votre compagnie d'assurance sera demandé au moment de votre inscription

## Bagages

**Passeport** (valide pour une période d'au moins 3 mois après le retour)

Bottes de randonnée

Sandales

Sac à dos d'un jour d'environ 25 litres

Gourde d'eau

Bâtons de marche (recommandés)

Shorts, T-shirts

Pantalons amples et légers

Chandail de laine et / ou veste polaire

Manteau sport

Imperméable (haut et bas)

Costume de bain

Votre numéro de police d'assurance

## Coût du voyage : à venir \$ + le billet d'avion

**Le prix comprend** le transport terrestre, l'hébergement, les déjeuners, les frais d'accès aux pistes, les visites prévues au programme, les guides, les pourboires et les taxes

**Le prix ne comprend pas** le transport aérien, les repas non mentionnés ci-dessus et les frais d'enregistrement des bagages si applicables.

Dépôt : 15% au moment de l'inscription

Payable par carte de crédit ou par chèque à l'ordre de Rando Plein Air

## Solde dû le

### Politique d'annulation

- dépôt non remboursable après le
- 100% non remboursable après le

### Vaccins habituellement recommandés

- Hépatite A et B
- Tétanos

*Les cliniques du voyageur sont habituellement très occupées et ont une liste d'attente. Aussi ne tardez pas à prendre un rendez-vous car dans certains cas, cela peut prendre 4 semaines avant d'en obtenir un.*

## Rencontre préparatoire

Quelques semaines avant le départ, une rencontre préparatoire aura lieu. Vous aurez ainsi l'occasion de rencontrer vos guides et de discuter des détails du voyage. Nous vous aviserons de la date.

## Description des niveaux de difficulté de Rando Plein Air

**PROMENADE : pas de dénivelé.**

Randonnées en forêt ou sur de petites routes de campagne.

Rythme de marche : environ 4 km / heure.

**PROMENADE+ : dénivelé d'environ 200 mètres**

Rythme de marche : environ 3 km / heure

**MODÉRÉ : dénivelé d'environ 400 mètres**

Randonnées en montagne comprenant des dénivelés accessibles aux personnes actives et en santé

Rythme de marche : environ 2,5 km / heure