

5 au 17 mars  
2022

# Le Costa Rica




Crédit photo : Chantl Huot



crédit photo : RPA

## Samedi 5 mars

 Montréal - San José.  
Coucher à San José

## Dimanche 6 mars

Après-midi : 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

## Lundi 7 mars / promenade

Randonnée au parc national Carara  
(avec guides-naturalistes).

Découverte d'une forêt tropicale abritant entre autres le  
macaw scarlet.

Coucher à Manuel Antonio

À l'orée du parc, à quelques pas de la plage.

## Mardi 8 mars / modéré (-)

Randonnée avec guides-naturalistes


pour bien profiter d'une biodiversité exceptionnelle.

Baignade à ses magnifiques plages de sable fin.

Coucher à Manuel Antonio

## Mercredi 9 mars

Avant-midi libre

PM:  Balade en bateau dans les mangroves.

Écosystème original - les arbres semblent avancer  
sur leurs racines.

Coucher à Manuel Antonio

## Jeudi 10 mars / modéré

Randonnée et baignade à Nauyaca Waterfalls.

Ces chutes grandioses créent un bassin naturel entre  
les parois d'un canyon. Spectaculaire!

Coucher à Manuel Antonio

## Vendredi 11 mars / promenade

- Déplacement vers San Ramon .

- Promenade à Villa Blanca Cloud Forest Reserve

(avec guide-naturaliste).

Site d'exception, vous serez charmés par tant de beauté.

Coucher à Fortuna

## Samedi 12 mars

Au choix : modéré (-) ou modéré

Randonnée et baignade à l'impressionnante  
chute La Fortuna.

Coucher à Fortuna

## Dimanche 13 mars / promenade

Randonnée au parc national du volcan Arenal  
(avec guide naturaliste).

Le volcan le plus actif au Costa Rica.

Coucher à Fortuna

## Lundi 14 mars / 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

## Mardi 15 mars / 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

## Mercredi 16 mars / modéré (-)


En avant-midi : randonnée à la Réserve biologique

Santa Elena (avec guide-naturaliste).

Une forêt pluviale où les arbres mènent au ciel, décorés  
de fougères et de mousse.

Coucher à San José

## Jeudi 17 mars

 / San José - Toronto - Montréal



crédit photo : RPA



Détenteur d'un permis du Québec

Tél : 514-252-3330  
4545 Pierre-de Coubertin  
Montréal H1V 0B2

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

Coupon d'inscription  
Téléphonez-nous 514-252-3330 ou postez

## Costa Rica 5 au 17 mars 2022

Prénom apparaissant sur le passeport :

\_\_\_\_\_

Nom apparaissant sur le passeport :

\_\_\_\_\_

Adresse :

\_\_\_\_\_

Apt. \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_

Courriel : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Téléphone 1 : \_\_\_\_\_

Téléphone 2 : \_\_\_\_\_

Date de naissance ( jj / mm / aaaa ) :

\_\_\_\_\_

Nationalité : \_\_\_\_\_

No passeport :

\_\_\_\_\_

exp. \_\_\_\_\_  
(JJ/MM/AA)

\_\_\_\_\_

exp. \_\_\_\_\_  
(JJ/MM/AA)

Nom d'une personne-contact :

\_\_\_\_\_

Téléphone 1 \_\_\_\_\_

Téléphone 2 \_\_\_\_\_

Bottes requises

Comment avez-vous entendu parler de RPA?

\_\_\_\_\_

Coût du voyage : à venir + le billet d'avion  
Prenez-vous le transport aérien avec nous?

Oui  Coût \_\_\_\_\_ Non

\_\_\_\_\_

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 tel est le cas.

**Dépôt : 15% au moment de l'inscription**  
**Ce dépôt est non remboursable après le 4 novembre**  
sauf si annulation du voyage par Rando Plein Air.

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

Numéro de carte de crédit

\_\_\_\_\_

Date d'expiration (mm/aa : \_\_\_\_\_

Détenteur-trice de la carte : \_\_\_\_\_

**Solde dû le 25 décembre.**  
Désirez-vous que le solde soit automatiquement prélevé sur  
votre carte de crédit? Oui  Non

### Politique d'annulation

- dépôt non remboursable après le 4 novembre
- 100% non remboursable après le 25 décembre

### Assurance Voyage

Avez-vous une assurance médico-hospitalière?

oui  non

Avez-vous une assurance annulation?

oui  non

Ne partez pas en voyage sans assurances.

Aussi vérifiez bien auprès de votre compagnie d'assurance que vous serez entièrement remboursé-e si vous deviez annuler votre voyage pour cause de maladie ou autres...

### Réservé à l'administration

ap \_\_\_\_\_  
cour \_\_\_\_\_  
rp \_\_\_\_\_

Désirez-vous une chambre seule ?

non  oui  coût \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Effets à emporter

- Passeport
- Maillot de bain / serviette de plage
- Produits de toilette
- Votre numéro de police d'assurance
- Médicaments personnels

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

- Bottes de randonnée obligatoires
- Sac à dos d'un jour (de 25 à 30 litres)
- Bâtons de marche (recommandés)
- Gourde d'eau
- Shorts, T-shirts
- Pantalons (éviter le jeans)
- Chandail de laine et /ou veste polaire
- Imperméable (haut et bas)
- Manteau sport
- Chaussettes
- Chapeau de soleil
- Crème solaire

#### Vaccins

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.

Voici les vaccins habituellement recommandés par celles-ci  
**- Hépatite A et B**  
**- Tétanos**

### Rencontre préparatoire

Quelques semaines avant le départ, une rencontre préparatoire aura lieu où vous aurez l'occasion de rencontrer vos guides et de discuter des détails du voyage.

### 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.

**MODÉRÉ (-) : dénivelé d'environ 200 mètres.**

Rythme de marche : environ 2,5 km / heure.

**MODÉRÉ : dénivelé d'environ 350 mètres.**

Randonnées en montagne comprenant des dénivelés accessibles aux personnes actives et en santé.  
Rythme de marche : environ 2,5 km / heure.