crédit photo : RPA

crédit photo : Danielle

Jeudi 9 mars
Montréal - San José
Coucher à San José

Vendredi 10 mars / promenade
AM **Visite commentée à pied de San José**
Capitale et métropole du Costa Rica à 1220 mètres d'altitude au centre du pays.
PM:**visite commentée du Théâtre National San José**
Coucher à San José

Samedi 11 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

Dimanche 12 mars / promenade+
Randonnée au parc national Manuel Antonio et baignade à ses magnifiques plages de sable fin.
Coucher à Manuel Antonio

Lundi 13 mars
Avant-midi libre
PM : Balade commentée en bateau dans les mangroves. *Écosystème original - les arbres semblent avancer sur leurs racines*
Coucher à Manuel Antonio

Mardi 14 mars / 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

Mercredi 15 mars / promenade
Déplacement vers San Ramon
Randonnée à Villa Blanca Cloud Forest Reserve
(avec guide-naturaliste)
Site d'exception, vous *serez charmés par tant de beauté*
Coucher à Fortuna

Jeudi 16 mars / au choix : promenade ou modéré
Randonnée et baignade à l'impressionnante chute La Fortuna
Coucher à Fortuna

Vendredi 17 mars / promenade+
Randonnée au parc national du volcan Arenal
(avec guide naturaliste).
Le volcan le plus actif au Costa Rica
Coucher à Fortuna

Samedi 18 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

Dimanche 19 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

Lundi 20 mars / modéré
Randonnée à la Réserve biologique Santa Elena
(avec guide-naturaliste)
Une forêt pluviale où les arbres mènent au ciel.
Coucher à San José

Mardi 21 mars mars
/ San José – Montréal

9 au 21 mars 2023

Le Costa Rica

crédit photo : RPA

RANDO PLEIN AIR .COM
Détenteur d'un permis du Québec

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

randopleinair.com

Costa Rica
9 au 21 mars 2023

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 vaccinal
Passeport (valide pour une période d'au moins 3 mois après le retour)
Bottes de randonnée
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)
Votre numéro de police d'assurance

Coût du voyage : 3 290 $ + 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, les frais d'enregistrement des bagages si tel est le cas et la taxe FICAV (3,50 $ par tranche de 1 000 $)

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 28 décembre 2022

Politique d'annulation
- dépôt non remboursable après le **9 novembre**
- 100% non remboursable après le **28 décembre**

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