mountainbike reisen.ch

COSTA RICA

Biken mit Baccardi-Feeling.

Pura Vida – Ab an die Sonne! Ende November endet die Regenzeit in Costa Rica. In der Folge ist uns Sonnen-schein während unserer Tour fast schon garantiert. Entdecke zusammen mit uns die einzigartige Pflanzen- und Tierwelt Costa Ricas. Vom Bikesattel aus beobachten wir berauschend üppige Landschaften mit tropischen Regenwäldern und Feuer speienden Vulkanen. Auch eine Prise Abenteuer fehlt bei unseren Flussdurchquerungen nicht. Geniesse die Fahrt entlang einsamer Sand- und Palmenstrände bei Tempera-turen von 30 Grad. Begegne dabei den liebenswertesten und temperamentvollsten Menschen Lateinamerikas. „Pura Vida“ ist sowohl der Gruss der Einheimischen als auch ihr Ausdruck für all die Schönheiten des Landes.

1. Tag Flug Zürich-San José

Wir treffen uns am Flughafen Zürich zum gemeinsamen Check-in. Wir fliegen bequem ohne umzusteigen mit Edelweiss Air. Ankunft ist am Nachmittag. Empfang durch unser Begleitteam am Flughafen in San José und anschliessend Transfer zum Hotel.

2. Tag Bustransfer San José- Rincón de la Vieja

Am Vormittag machen wir unser Gepäck und die Bikes startklar und besprechen Einzelheiten der Tour. Noch vor dem Mittag beladen wir unseren Begleitbus mit den Bikes und unserem Gepäck und fahren in den Norden bis zum Rincón de Vieja Nationalpark. Hier am Fusse des aktiven gleichnamigen Vulkans lassen wir uns für zwei Nächte nieder.

3. Tag Rincón de la Vieja, 10 km/300 Hm

Gleich vom Hotel weg starten wir per Bike zum Parque Nacional ’Rincón de la Vieja’. Der Park offenbart uns eine unermessliche Vielfalt von Pflanzen und Tieren. Die Hauptattraktionen sind unbestritten die gigantischen, bis zu 40m hohen Baumgebilde des Trockenwaldes – Bäume, die sich nach allen Regeln der Ingenieurkunst selbst konstruieren. Auf einer Rundwanderung kommen wir an zahlreichen Punkten mit vulkanischen Aktivitäten vorbei: Dampfende Fumarolen, kochende Quellen, brodelnde Schlammbecken und Pflanzen, die sich an diese besondere Umgebung adaptiert haben. Auf dem Rundgang bekommt man neugierige Nasenbären, Leguane oder Gürteltiere zu Gesicht. Der Besuch des Rincón Nationalparks ist fakultativ.
Wer Lust hat, besucht noch vor dem Nachtessen die heissen Quellen von Guachipellin. Entspanne dich bei wohligen 40 Grad Wassertemperatur. Ein einmaliges Erlebnis im Urwald nahe dem Nationalpark.

4. Tag Rincón de la Vieja-Coco Beach, 57 km/600 Hm

Der Bus bringt uns nordwärts auf der Interamericana zum Eingang des Parque Nacional Santa Rosa. Die Fahrt durch den bizarr anmutenden Trockenwald und später über offenes Farmland führt uns zum lebhaften Etappenziel am Pazifik. Auf dieser Route kann uns der Bus nicht begleiten, da wir abseits von Strassen biken. Die nächsten fünf Tage stehen ganz im Zeichen der Pazifikstrände der Halbinsel Nicoya. Oft in Sichtweite des Meeres fahren wir entlang der Küste bis zur Südspitze der Halbinsel. Oft fahren wir auf Naturwegen oder direkt am Wasser auf dem harten Sand durch eine beeindruckend schöne Naturlandschaft. Die Coco Beach ist bekannt für ihre ausgelassenen Partys. Gehe in die Offensive und werfe dich heute Abend ins Getümmel in einer der viele Bars oder nimm vorsorglich die Ohr-stöpsel zur Hand.

5. Tag Coco Beach-Tamarindo, 53 km/480 Hm

Immer wieder fahren wir zu Stränden, die allesamt eine Traumkulisse für eine Baccardi-Werbung abgeben würden. In der Provinz Guanacaste wird hauptsächlich Viehwirtschaft betrieben. Direkt am Strand und über versteckte Carreteras und auch mal geteerte Strassen erreichen wir den pulsierenden Touristenort Tamarido. Hier erleben wir einen unvergesslichen Sonnenuntergang!

6. Tag Tamarindo-Ostional, 57 km/850 Hm

Unser Ziel heute, die Playa Ostional, ist ein ganz spezieller Ort. Mit seinem schwarzen Sandstrand und der Welt zweitgrösstem Brutplatz der olivfarbenen Ridley-Schildkröte gehört er zu den ganz bekannten Costa Ricas. An diesen Strand kommen jährlich an die 150 000 dieser Meeresreptilien, um ihre Eier zu legen. Playa Ostional ist einer der wenigen Plätze der Erde, an denen dieses Schauspiel noch zu beobachten ist. Nach einem kurzen, technisch etwas kniffligen Trail zu Beginn, wird die Fahrt in der Folge sehr flüssig. Wir machen

Einkehr an einer traumhaften Beach. Wer möchte, nimmt hier eine Abkühlung im 28 Grad warmen Pazifik. Gegen Ende der Etappe sind einige Aufstiege zu bewältigen bis wir schliesslich unser einfaches, aber schön gelegenes Hotel oberhalb von Ostional erreichen.

7. Tag Ostional-Bejuco, 74 km/850 Hm

Heute steht eine lange, aber traumhafte Etappe auf dem Programm, die alles beinhaltet, was eine exotische Tour verspricht: Passübergänge mit überwältigenden Aussichten auf unberührte Buchten, traumhafte Pazifikstrände und Urwälder. Vielleicht haben wir am Morgen noch Glück und sehen eine letzte verspätete Schildkröte am Strand von Ostional bei der Eiablage.

8. Tag Bejuco-Montezuma, 54 km/550 Hm

Von unserem Hotel gelangen wir über eine Naturstrasse direkt ans Meer, wo wir die Fahrt am Strand fortsetzen. Jetzt wird es abenteuerlich: Wird es uns gelingen, die beiden Flüsse bei der Mündung in den Pazifik zu durchqueren? Gemeinsam und vielleicht mit Hilfe von Fischerbooten schaffen wir es auf die andere Seite überzusetzen. Wir erreichen schliesslich Malpaís, wo wir auf einer 4x4-Piste die Südspitze von Nicoya überqueren. Im Dörfchen Montezuma geniessen wir entweder ruhige Momente am Meer oder tauchen ins Nachtleben des Touristenortes ein.

9. Tag Bustransfer Montezuma-Orosi

Wir müssen früh mit unserem Begleitbus losfahren, um die Fähre über den Golf von Nicoya zu erwischen. Die Plätze auf dem Schiff sind beschränkt. Die Überfahrt nach Puntarenas ist eine willkommene, bikefreie Abwechslung. Es folgt ein Bustransfer nach Orosi, nahe San José. Unser Hotel befindet sich auf 1200 m ü.M., was eine angenehme Abkühlung bringt.

10. Tag Cartago-Quepos, 72 km/600 Hm

Wir reihen ein weiteres Highlight in unsere Reise-Sammlung ein: Die „Route der Heiligen“ durch die nördlichen Ausläufer der Cordillera de Talamanca. Die Orte Santa Maria, San Marcos und San Lorenzo sind die „Heiligen“ an unserem Weg. Danach endet das besiedelte Gebiet, in dem hauptsächlich Kaffee angebaut wird. Wir beschliessen den Tag mit einem fast endlosen Urwald-Downhill über einen alten Verbindungsweg 1500 Hm hinunter an die Pazifik-Küste. Dabei durchqueren wir alle Klima- und Vegetationszonen Costa Ricas: Beim Startpunkt an der Carretera Interamericana auf 2400m finden wir alpine Nadelwälder vor und es kann durchaus empfindlich kühl werden. Am Endpunkt in Quepos an der Pazifikküste stehen wir mitten in tropischen Cocos-Plantagen bei über 30 Grad.

11. Tag Ruhetag in Quepos und Bustransfer zur Halbinsel Osa

Wer Lust hat, besucht am Vormittag den Nationalpark Manuel Antonio südlich von Quepos. Er liegt an einer Felsküste mit wunderschönen, eingelagerten Sandbuchten, die zu einem Bad einladen. Ein hübsch angelegtes Wegesystem durch den üppigen Park ermöglicht ungeahnte Tierbeobachtungen (Faultiere, Nasenbären, Totenkopf- und Brüll-Affen, Leguane und eine Vielzahl von Seevögeln). Am frühen Nachmittag machen wir uns per Bus auf den Weg zur Halbinsel Osa. Wir folgen der Küste südwärts bis zum Eingang der Halbinsel. Tipp: Unternehme in Sierpe eine Bootstour in das grösste Mangroven-Gebiet Mittelamerikas und entdecke eine Vielzahl von Wildtieren und Vögeln. Unter anderem wirst du ein ausgewachsenes, wild lebendes Krokodil vor die Linse bekommen.

Heute hast du die Wahl, entweder am Strand auszuspannen, auf eine Schnorcheltour (Tipp!) zu fahren oder dich nochmals auf den Sattel zu schwingen und über einen abenteuerlichen, einzigartigen Pfad nach Rincón zurückzufahren. Dieses einmalige Mountainbike-Abenteuer durch die Wildnis wirst du nicht mehr so schnell vergessen. Der Weg ist schmal und abgelegen und verlangt wegen des anspruchsvollen Untergrundes gute Kondition. Wir tragen die Verpflegung und auch Wasser mit uns. Der Begleitbus kann uns hier nicht folgen. Diese Tour können wir nur bei trockenen Verhältnissen unternehmen.

12. Tag Bustransfer Quepos-Cartago

Die Fahrt anfangs auf Staubpisten, später auf der Interamericana zurück an den Fuss des Vulkans Irazú, ist lang aber abwechslungsreich. Wir überqueren heute den höchsten Punkt der ganzen Panamericana zwischen Alaska und Feuerland auf über 3300 Meter über Meer!

13. Tag Cartago-Vulkan Irazú, 33 km/800 Hm

Heute setzen wir unserem Costa Rica-Abenteuer die Krone auf: Auf einer wenig befahrenen Teerstrasse mit moderater Steigung fahren wir auf den Gipfel des Vulkans Irazú. Endpunkt ist ein grossartiger Aussichtsplatz mit Blick in den imposanten Kratersee und über San José. Wenn wir Glück haben reicht unser Rundblick bis zu beiden Küsten Costa Ricas (Karibik und Pazifik). Die Cordillera Central, in der der Irazú liegt, ist eine ausgeprägte Wetterscheide. Von Oktober bis März erzeugt die Nordostpassat-Strömung eine permanente Föhnsituation. Dann kann es auf der Karibik-Seite in Strömen regnen, während bei uns eitel Sonnenschein herrscht.

14. Tag San José, Ruhetag

Wir haben viel erlebt. Darum haben wir uns diesen freien Tag verdient. Wir überlassen es dir, dich nochmals auf's Bike zu schwingen und eine kleine City-Tour zu unternehmen. Wir empfehlen dir den Besuch des Stadtzentrums, wo du den Tag mit Flanieren, Abhängen in einem Café oder dem Besuch des Prä-Kolumbianischen Museums verbringen kannst.

15. Tag Rückflug San José-Zürich

Es heisst leider Abschied nehmen von Costa Rica und unserem Begleit-Team. Doch vorher geniessen wir nochmals einen ganzen Tag in San José, bevor wir am Nachmittag zum Flughafen fahren und zu unserem Direktflug mit Edelweiss einchecken.

16. Tag Ankunft in der Schweiz

Ankunft am Vormittag am Flughafen Zürich und Verabschiedung von den Teilnehmern.

Reisedaten	Anzahl Tage	Preis in CHF	EZ-Zuschlag total CHF
26.02.2025 – 13.03.2025	16	4400.-	690.-
23.01.2026 – 07.02.2026	16	4400.-	690.-

Beachte die aktuelle Verfügbarkeit von Plätzen auf www.mountainbikereisen.ch

Flug/Einreise
Wir empfehlen den Direktflug mit Edelweiss von Zürich nach San José. Der Pass muss mind. 6 Monate über das Rückreise-datum gültig sein.

Landessprache/Zeitverschiebung
Spanisch/ -7 Stunden

Klima
Während unserer Reisezeit ist schönes Wetter garantiert. Auf der Pazifikseite sorgt der verlässliche Nordpassat für fast garantiert schönes und beständiges Wetter. Die Temperaturen betragen durchschnittlich 28-32 Grad Celsius.

Strecke und Anforderungen
Konditionell: einfach-mittel
Technisch: einfach

Ausrüstung
Gewartetes Mountainbike, Bikeschuhe und Helm (Tragepflicht). Nach deiner Anmeldung bekommst du von uns eine detaillierte Ausrüstungsliste.

Ersatzteile und Werkzeuge
Auf unseren Touren haben wir eine umfangreiche Werkzeugkiste mit Ersatzteilen dabei.

mountainbike
reisen.ch

Unterkunft und Verpflegung
Wir übernachten in Mittelklassehotels und Cabinas (Bungalows) im Doppelzimmer.

Begleitbus
Der Bus kann uns auf unserem Weg oft nicht begleiten. Er steht uns jedoch täglich zum Einsteigen/Überbrücken zur Verfügung. So können anstrengende Höhenmeter eingespart werden.

Treffpunkt/Gruppengrösse
Flughafen Zürich, je nach Flugplan, 7 bis max. 12 Personen

Im Preis inbegriffen

- 14 Übernachtungen im DZ
- Alle Frühstücke
- Alle Mittagessen
- Guide von mountainbikereisen.ch
- Lokaler Guide
- Gepäcktransport
- Alle Transfers und Busshuttles
- Alle Eintritte in Nationalparks
- Eintritt zu den heissen Quellen von Guachipellin
- Technischer Support bei Pannen
- Vorbereitungstreffen

Im Preis nicht inbegriffen

- Flug Zürich-San José-Zürich
- Biketransport auf Flug (mit Edelweiss gratis)
- Nachtessen à la carte
- Tischgetränke

Mögliche Leitung
Christian Keller, Nadja Keller, Jack Leuzinger, Thomas Oberhänsli, Nik Zippert

mountainbikereisen.ch GmbH
Elestastrasse 16a | CH - 7310 Bad Ragaz
+41 81 842 01 01 | info@mountainbikereisen.ch