

## Costa Rica, Panama och färgstarka Cartagena 16 feb-27

Följ med till en del av världen där variationsrik kultur och frodig regnskog möts i en perfekt symbios! Vi börjar i Costa Rica som har en av världens största artrikedomar och innehar ungefär 5% av världens alla arter. Vi åker på regnskogsutflykt för att se apor, sengångare, tvättbjörnar och fåglar såsom tukaner och kolibri. Panama kännetecknas av dess ursprungsbefolknings fotavtryck genom historien, drömlig natur tillsammans med den storslagna Panamakanalen. Resan avslutas i Colombias pärla Cartagena där kolonial arkitektur och historia möter karibiska rytmer och kritvita stränder.



### Dag 1 Ankomst San José

Avresa från Skandinavien på morgonen med ankomst i San José tidig kväll. Vid ankomst får vi transfer till vårt hotell inne i centrum.

Hotell: Delta Hotels by Marriott

Måltider: Välkomstdrink

tisdag 16 februari

### Dag 2 Stadsrundtur i San José

Efter frukost inleds dagen med en rundtur i San José, en stad rik på historia och arkitektur. Vi besöker den vackra Nationalteatern från 1897, ett mästerverk i marmor och guld som kännetecknas av sin neoklassicistiska fasad med pelare och statyer av Ludwig van Beethoven och den spanska dramatikern Calderón de la Barca. Turen fortsätter till den berömda centrala marknaden från 1882 med sina labyrintliknande gränder och doft av kaffe och exotiska frukter. Vi passerar även det gamla posthuset och andra historiska byggnader, samt den livliga Plaza de la Cultura, ett kulturellt nav beläget i stadens hjärta där lokalbefolkning och besökare samlas för att njuta av konst, historia och stadsliv. Därefter fortsätter resan upp i det grönskande höglandet till Doka Estate Coffee Tour, en av landets mest välkända kaffeplantager. Här får vi följa hela processen - från kaffeböna till färdig kopp, samtidigt som vi lär oss om traditionella odlingsmetoder och hållbar produktion.

Hotell: Delta Hotels by Marriott

Måltider: Frukost, lunch

onsdag 17 februari

### Dag 3 Tortuguero

Efter frukost lämnar vi San Jose för den nordliga karibiska slätten där Tortuguero nationalpark är belägen. På vägen färdas vi genom den centrala vulkaniska bergskedjan där vi från bussen kan beundra vackra vattenfall och de evigt gröna skogarna som pryder Braulio Carrillo nationalpark. Vi kommer att märka en förändring i klimatet, som blir lite varmare och fuktigare men behagligt. Färden fortsätter genom bananfält och längre in på landsbygdsvägarna tills vi når en lokal brygga där båtarna väntar för att ta oss till Tortuguero. En och en halv timmes båtresa tar er genom kanalerna som är inbäddade i regnskogens djungel. Från båten kan vi beundra den unika floran och faunan i området, till-

torsdag 18 februari



### RESFAKTA

#### Avresa:

16 februari 2027

#### Antal dagar:

16

#### Höjdpunkter:

Regnskogsäventyr i Tortuguero nationalpark, vulkanen Arenal, Panama City med Panamakanalen, Chagres nationalpark med besök hos Emberafolket, Cartagena.

#### Tilläggsresor:

Santa Marta, Medellin

sammans med olika typer av fåglar. Vid ankomst till Tortugueroområdet ges en kort genomgång av lodgen, aktiviteter och därefter lunch. På eftermiddagen får vi en guidad promenad där vi introduceras till den otroliga biologiska mångfald som finns här. Vi kan få syn på apor som svingar sig i träden, färgglada grodor som gömmer sig bland bladen, sengångare som vilar högt uppe i trädkronorna samt en mängd olika fåglar och insekter. Samtidigt som vi rör oss genom regnskogen berättar guiden om det unika ekosystemet, inklusive tropiska växter, medicinska träd och samspelet mellan olika arter.

Hotell: Laguna Lodge

Måltider: Frukost, lunch, middag

#### **Dag 4 Båttur i Tortuguero Nationalpark** **fredag 19 februari**

Under denna dag utforskar vi regnskogen ekosystem både genom en guidad promenad och sedan båtfärd på kanalerna. Från båten kan ni uppleva en nära kontakt med naturen i ett paradiset som är hem till över 2 000 växtarter och 400 trädarter, samtidigt som ni också kan få syn på några av de 405 fågelarterna som lever här. Bland däggdjuren finns vitansiktsapor och vråapor, tretåiga sengångare samt kajmaner och mängder av fågelarter. Här finns också krokodiler, olika sköldpaddsorter och sötvattensfiskar. Tortuguero bjuder på en unik och oförglömlig naturupplevelse. Lunch och middag avnjuts på lodgen.

Hotell: Laguna Lodge

Måltider: Frukost, lunch, middag

#### **Dag 5 Tortuguero Nationalpark** **lördag 20 februari**

Lugn förmiddag för att kunna njuta av lodgens omgivning. På eftermiddagen besöker vi byn Tortuguero, där vi får lära känna lokalbefolkningens livsstil. Byn har endast några hundra invånare och livet präglas av närheten till naturen och det långsamma tempot. Eftersom det saknas vägar består "huvudgatan" av en smal stig som löper genom byn, kantad av enkla hus, små butiker, restauranger och lodger. Lokalbefolkningen har en stark karibisk prägel, och många har rötter i den afrokaribiska kulturen, vilket märks i både musik, mat och språk - här talas spanska men ofta även en lokal kreol. Somliga arbetar inom turism, som guider, båtchaufförer eller på lodger, medan andra livnär sig på småskaligt fiske eller serviceverksamhet. Dessutom får vi en inblick i de betydande bevarandesträngningarna som vissa organisationer har utvecklat för att skydda havssköldpaddorna i området.

Hotell: Laguna Lodge

Måltider: Frukost, lunch

#### **Dag 6 Tortuguero - La Fortuna/Arenal** **söndag 21 februari**

Idag beger vi oss vidare mot nya äventyr i La Fortuna, en liten stad i norra Costa Rica, vackert belägen vid foten av den mäktiga vulkanen Arenal. Området är känt för sin dramatiska natur med tät regnskog, lavafält och frodiga dalgångar, vilket gör det till ett av landets mest populära resmål för natur- och äventyrsupplevelser. Under eftermiddagen kan vi koppla av i hotellets gröna omgivning med en spektakulär utsikt över Arenal. När skymningen faller går vi på en guidad nattvandring i regnskogen. Detta paradiset, omgivet av dammar och naturliga livsmiljöer, är hem för en mångfald av grodor, reptiler och nattaktiva däggdjur som inte syns till på dagen. Under vandringen får vi möjlighet att observera grodor på nära håll i deras naturliga miljö, samtidigt som vi lyssnar till de många ljud som hörs i regnskogen under nattens mörker.

Hotell: Hotel Arenal Paraiso Resort & Spa



Måltider: Frukost, lunch

### Dag 7 Varma källor och höga höjder

måndag 22 februari

Vi beger oss idag till Mistico Park, där vi kommer att få vandra på hängbroarna högt upp bland topparna. Med guidens gedigna kunskap om den tropiska regnskogens djurliv och växtlighet får vi hjälp att upptäcka små djur som annars lätt skulle gå obemärkta förbi. Vi får också tillgång till specialutrustning som gör det möjligt att komma djuren nära och ta imponerande fotografier. Dagen avslutas på Tabacón Thermal Resort & Spa - en unik upplevelse där vi fördjupar oss i en av Costa Ricas mest extraordinära naturmiljöer. Här rinner en levande varm källflod genom frodiga regnskogsträdgårdar, och vi kan röra oss fritt mellan 23 naturliga varma källor, där varje pool har sin egen temperatur, sitt eget ljud och sin egen atmosfär.

Hotell: Hotel Arenal Paraiso Resort & Spa

Måltider: Frukost, lunch

### Dag 8 La Fortuna - San José

tisdag 23 februari

Morgonen är fri för att njuta av hotellets faciliteter eller helt enkelt ta in den vackra utsikten över vulkanen Arenal. Efter utcheckning utforskar vi byn La Fortuna tillsammans med vår guide, vilket ger en inblick i det lokala livet och möjlighet att komma i kontakt med lokalsamhället. Sen eftermiddag beger vi oss mot San José igen för natten innan vi tar flyg vidare till Panama nästa dag. Det är även möjligt att följa med på en valfri utflykt till vattenfallet La Fortuna, som är en av de mest spektakulära naturupplevelserna i Costa Rica. Vattenfallet störtar cirka 70 meter ner i en klar, turkos pool, omgiven av tät regnskog och dramatiska klippväggar. För att nå vattenfallet går vi ner för en välbyggd trappa med flera hundra steg genom frodig vegetation. Vandringsen tar ungefär 10-15 minuter och bjuder på vackra vyer längs vägen. Väl framme kan vi känna den svala dimman från det kraftfulla vattenfallet och njuta av den imponerande utsikten. Pris per person: 350 kr

Hotell: Delta Hotels by Marriott

Måltider: Frukost

### Dag 9 Panama City

onsdag 24 februari

Efter frukost och utcheckning får vi transfer till flygplatsen då det blivit dags att flyga vidare till Panama. Detta naturparadis har så mycket mer än bara Panamakanalen. Det bjuder på tropiska regnskogar, berg, mangroveskogar och vackra stränder. Landet är rikt på biologisk mångfald. Dess kultur är en blandning av ursprungsbefolkningens traditioner, spanska influenser och afrokaribiska inslag. Panama är ett land som kombinerar modern stadspuls i Panama City med rik historia och spektakulär natur. Vi börjar i Panama city där vi checkar in på vårt hotell som ligger i Gamla stan, "Casco Viejo". Resten av eftermiddagen och kvällen är fri för egna strövtåg.

Hotell: Central Hotel

Måltider: Frukost

### Dag 10 Stadsrundtur i Panama City

torsdag 25 februari

Idag utforskar ni Panama City, som bjuder på en blandning av kolonial historia och modern arkitektur. Vi börjar i Casco Viejo, en stadsdel som grundades 1673 efter att den ursprungliga staden, Panamá Viejo, förstörts av piraten Henry Morgan. Här byggdes den nya koloniala staden upp med smala kullerstensgränder, kyrkor, torg och färgglada byggnader i spansk kolonial stil. Denna historiska kärna är idag en av Panamas viktigaste kulturmiljöer. Ni besöker bland annat Plaza de Francia och Plaza Bolívar och får höra berättelser om pirater, erövrare och Pa-



namakanalens tillkomst. Resan fortsätter till Miraflores-slussarna i Panamakanalen. Från utsiktsterrassen ser ni hur enorma fartyg långsamt hissas upp och ned mellan havsnivåerna - ett tekniskt mästerverk som än idag fascinerar världen.

Hotell: Central Hotel  
Måltider: Frukost, lunch

### Dag 11 Besök hos Embera-folket

fredag 26 februari

Idag får vi möta Embera-folket, en av Panamas ursprungsbefolkningar som lever djupt inne i regnskogen. Efter en kort bussresa följer vi floden Chagres i traditionella träkanoter, genom tät grönska och exotiska ljud. Väl framme i byn välkomnas vi med musik, dans och färgglada dräkter. Vi får höra om deras kultur, traditioner, hantverk och hur de använder växter till mat, medicin och färgämnen. Lunch serveras i byn, lagad på traditionellt vis i palmblad. En dag fylld av mänsklig värme och förståelse för ett folk som lever i harmoni med naturen.

Hotell: Central Hotel  
Måltider: Frukost, lunch



### Dag 12 Cartagena

lördag 27 februari

Dags att ta sig vidare till vår sista etapp på resan, till Colombia och den färgstarka pärlan i Karibien, Cartagena. Cartagena är en historisk hamnstad vid Karibiska havet i Colombia. Staden är känd för sin välbevarade koloniala arkitektur, färgglada byggnader och den imponerande stadsmuren som omger den gamla stadsdelen. Cartagena grundades under 1500-talet och spelade en viktig roll under kolonialtiden som en strategisk hamn för handel mellan Europa och Amerika. Idag är den gamla staden ett UNESCO-världsarv och lockar med sina charmiga kullerstengator, torg, kyrkor och livliga atmosfär. Vi checkar in på vårt hotell som ligger fint mitt i de charmiga historiska kvarteren. På eftermiddagen gör vi en guidad promenad i stadsdelen Getsemani med sina alternativa och kulturella kvarter. Berättelserna förmedlas genom samtida graffitimålningar med motiv av tropiska scener, palenqueras samt lokal flora och fauna. Vi får en fullständig förståelse för Getsemanis imponerande historia med start vid klocktornet. Därifrån går turen vidare till gatan La Sierpe, där alla imponerande muralmålningar finns, den berömda paraplygatan samt Plaza de la Trinidad, som har stort historiskt, kulturellt och nationellt värde.

Hotell: Nacar Hotel Curio Collection by Hilton  
Måltider: Frukost



### Dag 13 Islas del Rosario

söndag 28 februari

Idag gör vi en utflykt till Islas del Rosario, ca en timme båt båt utanför Cartagena ligger denna ögrupp bestående av små tropiska öar med vita sandstränder, turkost vatten och färgstarka korallrev, vilket gör den till ett paradiset för bad, snorkling och avkoppling. Väl framme efter vår båttur kan vi njuta av sol och bad, utforska marina ekosystem och snorkla bland tropiska fiskar och koraller i det klara vattnet. Vi avnjuter en god karibisk lunch under dagen.

Hotell: Nacar Hotel Curio Collection by Hilton  
Måltider: Frukost, lunch

### Dag 14 Cartagena

måndag 1 mars

Idag har vi en ledig dag att själva utforska staden. Det är mysigt att bara promenera längs stadens färgglada koloniala gator eller kanske njuta av en dag på stranden

Hotell: Hotell: Nacar Hotel Curio Collection by Hilton  
Måltider: Frukost



# Prisuppgifter

Avresa	Hemkomst	Antal dagar	Del i dubbelrum	Enkelrum
16 februari 2027	3 mars 2027	16	68 450 kr	80 950 kr

## I priset ingår:

- Flyg Stockholm - San José, retur från Cartagena. Göteborg och Köpenhamn mot tillägg, se nedan.
- 14 nätter på 3-5-stjärniga hotell/lodger
- Måltider, utflykter, transfers och inrikesflyg enligt resebeskrivning ovan
- Svensktalande professionell guide
- Engelsktalande lokala specialistguider
- Bagageservice och dricks till bärare
- Alla flygbolagens skatter, passageraravgifter och bränsletillägg. Vi förbehåller oss rätten att justera priset om flygbolagen ändrar dessa avgifter. Exakt pris fastställs på biljetteringsdagen, cirka 30 dagar innan avresa.

## I priset ingår ej:

- Tillägg för flyg från Göteborg 600 kr per person
- Tillägg flyg från Köpenhamn 1800 kr per person
- Dricks till guider och chaufförer
- Ev. extra utflykter bokade på plats.

**Klimatkompensera din resa.** De flesta väljer 150 kr eller 250 kr. Det går även att välja ett högre belopp. Läs mer [www.thabelatravel.com/klimatkompensation](http://www.thabelatravel.com/klimatkompensation)

**Avbeställningsskydd** måste tecknas vid bokningstillfället. Vi erbjuder *ERV avbeställningsskydd* som kostar 7 procent av valfritt försäkrat belopp.

**Reseförsäkring** kan tecknas samtidigt som resan. Vi erbjuder *ERV Reseförsäkring PLUS med tillval Bagageskydd* som är ett komplement till reseskyddet i hemförsäkringen. Pris för första dagen är 221 kr och därefter kostar försäkringen 52 kr per dag.

Thabela Travel betalar en statlig resegaranti till kammarkollegiet, vilket innebär att våra resenärer aldrig kan bli strandsatta. Vänligen ta del av Thabela Travels villkor innan du bokar resan.

Vänligen, ta del av Thabela Travels resevillkor innan du bokar resan.

