

Costa Rica

Team Centralamerica: 043 500 60 25

## Wellness Costa Rica, 8 Tage

Internationale Kleingruppenreise

Wenn man an Costa Rica denkt, erscheinen sofort lebhafte Bilder eines Paradieses vor dem inneren Auge. Auf dieser 8-tägigen Reise durch Costa Rica, bei der Sie die Einheimischen kennenlernen, werden diese Träume Wirklichkeit. Bei einem Besuch der Kaffeeplantage „Mi Cafecito“ – einem Projekt, das mehr als 200 lokale Bauern unterstützt – wird Ihre Lebensenergie geweckt. Anschliessend reisen Sie weiter in das Outdoor-Paradies La Fortuna, wo Sie an Yogasitzungen mit Blick auf den Vulkan Arenal teilnehmen, wandern, meditieren und sich in den Thermalquellen erholen können. Danach geht es weiter in die abgelegene Stadt Rincón de la Vieja für weitere Yoga-Sitzungen und ein wohltuendes Schlammbad. Schliesslich erreichen Sie Playa Carrillo, einen Strand ohne Gebäude, Hotels oder Restaurants, und gewinnen eine innere Klarheit, die Sie zuvor für unmöglich gehalten hätten.

### 1. Tag: San José

Ankunft in San José. Der Transfer zum Hotel ist inbegriffen. Am Abend treffen Sie die Gruppe und Ihre Reiseleitung bei einem Begrüssungstreffen. Nutzen Sie die Gelegenheit, um sich auf die bevorstehende Reise einzustimmen.

### 2. Tag: San José/La Fortuna

Fahrt nach Sarapiquí und Besuch der gemeinschaftlich betriebenen Kaffeeplantage Mi Cafecito. Erfahren Sie mehr über den Einfluss dieses Projekts auf die Gemeinde und verkosten Sie einige der Produkte, die hier verkauft werden. Weiter geht es nach La Fortuna, ein Paradies für Outdoor-Aktivitäten und der Hotspot für Abenteuer in Costa Rica. Zusammen mit der Gruppe nehmen Sie an der ersten Yoga-Einheit auf dem Hotelgelände mit Blick auf den Vulkan Arenal teil. Inbegriffen: Frühstück, Mittagessen

### 3. Tag: La Fortuna

Am Morgen besuchen Sie den nahegelegenen Lake Arenal für einen Stand-Up-Paddleboard-Kurs (SUP). Am Nachmittag haben Sie Freizeit, um an optionalen Aktivitäten in La Fortuna teilzunehmen – wie z.B. Canyoning, Wandern oder einfach Zeit für Ruhe und Meditation. Am Abend besuchen Sie die heissen Quellen für ein entspannendes Bad im Thermalwasser. Inbegriffen: Frühstück, Abendessen

### 4. Tag: La Fortuna/Rincón de la Vieja Nationalpark

Reise in die Provinz Guanacaste und zum Nationalpark Rincón de la Vieja. Nach der Ankunft erwartet Sie eine nachmittägliche Yoga-Einheit mit der Gruppe auf dem Gelände der Öko-Lodge. Danach steht Ihnen Zeit zur freien Verfügung, um zu entspannen oder die Natur zu erkunden. Inbegriffen: Frühstück, Abendessen

### 5. Tag: Rincón de la Vieja Nationalpark

Verbringen Sie den Tag mit der Erkundung des Nationalparks Rincón de la Vieja. Beginnen Sie mit einer kurzen Wanderung zu einem der vulkanischen Schlammöcher in der Gegend. Nach einem Peeling können Sie den verjüngenden Schlamm in den nahegelegenen Thermalquellen abspülen. Am Nachmittag haben Sie Zeit zur freien Verfügung, um den Park weiter zu erkunden oder bei der Lodge zu entspannen und zu meditieren. Inbegriffen: Frühstück, Mittagessen, Abendessen

### 6. Tag: Rincón de la Vieja Nationalpark/Playa Carrillo

Reise auf die Halbinsel Nicoya nach Playa Carrillo, einem entspannten Küstenort am Pazifik. Nehmen Sie an einem Yoga-Kurs bei Sonnenuntergang in der Nähe von Playa Carrillo teil, um sich voll zu entspannen und die gelassene Atmosphäre der Nicoya-Halbinsel zu genießen. Inbegriffen: Frühstück

### 7. Tag: Playa Carrillo

Beginnen Sie den Tag mit einer geführten Yoga-Einheit am Strand, bevor Sie bei einer inbegriffenen Surfstunde das Wellenreiten lernen. Der Nachmittag steht Ihnen zur freien Verfügung für Aktivitäten am Strand, Meditation oder um die vergangene Woche Revue passieren zu lassen. Inbegriffen: Frühstück

### 8. Tag: Playa Carrillo/San José

Verabschieden Sie sich von der Küste und reisen Sie zurück nach San José. Die Reise endet mit der Ankunft in der Hauptstadt. Inbegriffen: Frühstück

\*\*\*\*\*

#### Inbegriffen

5 Übernachtungen im Hotel, 2 Übernachtungen Öko-Lodge  
7x Frühstück, 2x Mittagessen, 3x Abendessen  
Lokale englischsprachige Reiseleitung  
Alle Transfers zwischen den Reisezielen sowie zu inbegriffenen Aktivitäten  
Ankunftstransfer  
Vier Yoga-Einheiten vor Ort  
Surfstunde

#### Nicht inbegriffen

Flug ab/bis Schweiz  
Trinkgelder für Reiseleitung

#### Gruppengrösse

Max. 16 Personen

### Reisedaten

Diese Reise findet an fixen Daten statt, die Ihnen unsere [Zentralamerika-Spezialisten](#) gerne auf Anfrage bekannt geben.

### Gut zu wissen

Reisestil: Upgrade: Hochwertige Leistungen, die über das hinausgehen, was bei anderen Reisen mit G Adventures angeboten wird, einschließlich Mahlzeiten, privater Transportmittel und vielfältiger Aktivitäten.

Reiseart: Wellness: Entdecken Sie großartige Orte, kombiniert mit Aktivitäten wie Yoga, Meditation und gesunder Ernährung, um Körper und Geist gleichermaßen zu beleben.

Fitness-Faktor: 2 Leicht

Die Reise wird von einem Veranstalter durchgeführt, der sich auf sozial nachhaltige Erlebnisreisen in kleinen, internationalen Gruppen spezialisiert hat. Das Angebot umfasst eine breite Palette an Reisearten, von Abenteuer- bis hin zu Premiumreisen. Dank garantierter Abreisetermine ist eine zuverlässige Planung gewährleistet. Alle Touren finden in englischer Sprache statt und werden von lokalen Reiseleitern begleitet. Die Kleingruppen, welche maximal 16 Teilnehmer umfassen, setzen sich aus Menschen verschiedener Länder und Altersgruppen zusammen, was für eine spannende und vielfältige Dynamik sorgt. Auch für Alleinreisende sind die Reisen bestens geeignet.

Garantierte Abreisetermine ab 1 Person

### Preis

8 Tage/7 Nächte im DZ ab CHF 1244.- pro Person, Kleingruppenreise



## Wellness Costa Rica, 8 Tage



8 Tage/7 Nächte ab/bis San José

### Highlights:

Besuch der Kaffee-Kooperative Mi Cafecito  
SUP-Yoga auf dem Arenal-See  
Bad in den heißen Quellen

ab CHF 1244.- pro Person





