# Costa Rica kyst til kyst

Langtur på både Stillehavskysten og den Caribiske kyst på Costa Rica's anden side, og ind imellem besøger du også den spændende vulkan Arenal med varme kilder og fantastiske udsigter. Du får 7 dages eventyr på hesteryg i nogle af Costa Rica's mest naturskønne og varierede områder.

- **Trail i vidunderligt varieret landskab**
- **Stillehavskysten**
- **Den Caribiske kyst**
- **Arenal vulkanen og varme kilder**
- **Bade i havet og varme kilder**
- **10 dage med helpension**
- **7 dage til hest**
- **Rideerfaring: 3-5**
- **Indkvartering på 3-stjernede hoteller og gæstgiverier**

Du rider på både Stillehavskysten og på den Caribiske kyst på Costa Rica's anden side, og ind imellem besøger du også den spændende vulkan Arenal med varme kilder og fantastiske udsigter. Du får 7 dages eventyr på hesteryg i nogle af Costa Rica's mest fortryllende områder. Der er store kontraster i landskabet, og du rider ned gennem dramatiske canyons med floder i bunden, hen mod den tørre Stillehavskyst med dens vulkanske sandstrande, så videre ned af bjergskråninger, gennem skovklædte dale og ind imellem med tid til at nyde de varme kilder ved Arenal vulkanen. Og på den Caribiske kyst oplever du ikke bare en meget anderledes kystlinie med overvældende frodighed, men det er også en kontrasterende kulturel oplevelse. En virkelig vidunderlig måde at opleve mange aspekter af Costa Rica på.

# Program for kyst til kyst trail

M=Morgenmad; F=Frokost; S=Sandwich; A=Aftensmad

## Dag 1: Ankomst

Ankomst - til Juan Santamaría International Airport i San José, hvor du bliver modtaget af en repræsentant for ridecentret i ankomsthallen og kørt til et hotel i San Jose, hvor du overnatter. Måltider på ankomstdagen er ikke inkluderet i prisen.

Inkluderet: Transfer fra lufthavnen

## Dag 2: Præsentation og introduktionsridning.

Efter morgenmaden er der transfer (mød din guide i lobbyen kl. 8:30).til ride centret, der ligger ved Trinidad floden i den tørre Central Pacific region, start punktet for dit ride eventyr. Ved ankomst vil du blive introduceret til din hest, til ranchen og dens faciliteter, til guiderne og du vil få muligheder for at vænne dig lidt til sadel og seletøj og den Costa Ricanske ridestil. Efter disse indledende øvelser rider vi ud mod Hacienda La Maravilla, gennem bølgende bakker og enge ind i skoven, der vokser langs Cuarros floden. Der er gode muligheder for at stifte bekendtskab med det rige dyreliv, som findes her! Om eftermiddagen er der en tur i det skønne landskab omkring haciendaen ad private stier. Overnatning Orotina. Omkring 3 timer i sadlen.

Inkluderet: M, F, A

## Dag 3: Stillehavskysten.

Dagens ridt fører ud til Stillehavskysten ad småveje til Guacalillo Beach og siden langs kysten til Bajamar Beach. Afhængig af tidevandet klatrer vi med hesten op til Cuevas Crag, hvorfra der er enestående udsigter ud over Stillehavet. Endelig besøger vi Tivives Crag stedet hvor spaniolerne startede deres erobring af Costa Ricas Stillehavs region omkring 1561 på netop dette sted! Afhængig af tidevandet vil vi enten spise frokost på en lokal cafe, som picnic på stranden eller vi tager tilbage til din bolig i Orotina. 4-5 timer i sadlen.

Inkluderet: M, F, A

## Dag 4: La Mariana Estate & Countryside.

Efter morgenmaden udforsker vi haciendaens 1000 acre og deres private reservat. Vi rider gennem bølgende bakker, over savanne mod to typer af skov - en typisk Costa Ricansk "tør skov" og siden den sprudlende grønne skov omkring floden Cuarros. Terrænet er pittoresk, overvejende fladt med bløde, bølgende bakker og skovklædte dale. Når du rider på de højere arealer vil du opleve fantastiske udsigter ud over Stillehavet, og måske også se nogle af de mange dyr og fugle, som lever her. Tilbage til din bolig til en god frokost og en siesta. Om eftermiddagen er der muligheder for en ridetur til den sydlige del af La Maravilla Hacienda. efter nogle få bakkeklatringer kan du nyde solnedgangen over Stillehavet - en absolut meget spektakulær og smuk oplevelse. 3-6 timer i sadlen. Overnatning: Orotina

Inkluderet: M, F, A

## Dag 5: Machuca River Canyon og varme kilder.

Sidste ridedag i den Centrale Stillehavs region bringer os til Machuca River bassinet, på vejen passerer vi Cascajal landsbyen, og du rider ind i området, hvor floden breder sig ud over sletterne. Kurs mod Jesús María River bassin, undervejs udforsker vi sletterne og de skovklædte dale langs Machuca River Canyon. Landet her er meget frugtbart og bruges i vid udstrækning til at dyrke meloner. Om eftermiddagen er der en 3½ times transfer til den nordlige del af landet, der er hjemsted for vulkanen Arenal, som sidst var i udbrud i 1968 og stadig er en af de mest aktive vulkaner i verden. Vi indlogeres i nærheden af Arenal. 4-5 timer i sadlen. Overnatning i Arenal

Inkluderet: M, S, A

## Dag 6: Arenal vulkanen og de varme kilder

Denne morgen vil vi gøre Don Tobias' Horse Ride, et tre timers eventyr på hesteryg gennem Arenal landskabet. Turen går ned ad bjerget og krydser både regnskov og marker med græssende kvæg. På vejen op igen stopper vi ved en smuk lagune, hvor hestene vil forfriske sig og du får lejlighed til at strække ben og se dig lidt omkring. Vi fortsætter og kommer til et udsigtspunkt med fantastisk udsigt til Arenal vulkanen. Turen går mestendels gennem privat ejet land og blev oprindelig brugt af Don Tobias, der er en velkendt heste avler i Arenal regionen. Om eftermiddagen er der guided besøg til Arenal vulkanen og fritid til at nyde Arenals varme kilder og smukke haver - et glimrende komplement til ride strabadserne! De termiske bade med deres indhold af mineraler menes at have gode effekter på hud og helse, og du vil i hvert fald føle dig afslappet. Du skal igen overnatte i Arenal området. 2-3 timer i sadlen

Inkluderet: M, F, A

## Dag 7: Transfer til den Caribiske kyst og udforskning af kysten

Du skal tidligt af sted. der er opsamling omkring kl. 6:00 og derefter køres du i bil til den Caribiske kyst. Turen tager omkring 5 timer. Ved ankomsten kan du checke ind på dit værelse og der er lidt fritid til at slappe af efter køreturen. Om eftermiddagen er der en kort briefing om det nye hold heste, som vi skal have fornøjelsen af de kommende dage. Hestene fordeles mellem rytterne og der er igen et introduktionsridt på kysten, hvor du finder ud af om du og hesten passer godt sammen. Derefter skal du lære hesten bedre at kende på en kort tur ad en jungle sti og siden igen lidt ridning ved kysten med muligheder for både trav og let galop. Vi stopper som regel et sted på stranden for at bade lidt i de salte bølger. Du skal overnatte i Cahuita. 3-4 timer i sadlen

Inkluderet: M, F, A

## Dag 8: Den Caribiske kyst - non riding

Non-riding dag med mulighed for at deltage i andre aktiviteter. F.eks. surfinglektioner, kajaksejlads mv. - bookes og betales lokalt. Eller udforske Cahuita National Park og nyde stranden. Overnatning i Cahuita.

Inkluderet: M, F, A

## Dag 9: Den Caribiske kyst, transfer tilbage til San Jose

Efter morgenmaden rider vi ud over den sceniske Playa Negra (Sorte Strand), gennem nogle landsbygader og videre mod Playa Grande (Den Lange Strand), der er en afsides, stille og øde caribisk strand og derfor ideel til nogle raske galopper. Siden kommer vi til en tropisk skov, hvor du sikkert vil se brølaber. Der er også dovendyr og tukaner. Din guide vil fortælle mere om den lokale flora og fauna. Under en af vores pauser, mens hestene hviler lidt i skyggen, vil guiden sikkert vise dig sine evner ud i at "skrælle" en kokos med machete. På vejen tilbage er der gode lejligheder til lange galopper og vi stopper måske på vejen for at se kunsthåndværk og souvenirs. Om eftermiddagen er der transfer tilbage til San Jose. Turen tager omkring 3½ timr. Du skal overnatte sidste nat på hotel i San Jose.

Inkluderet: M, F

## Day 10:  Afrejse.

Morgenmad og siden transfer til lufthavnen i tide til dit fly (der er en lufthavnsskat på pt. 29 USD, som skal betales i lufthavnen ved afrejse).

Inkluderet: M, transfer

**Obs.**: Dette er et rammeprogram, der er planlagt flere måneder i forvejen. Turen kan afvikles i anden rækkefølge end beskrevet ovenfor. Arrangementer (ruter eller faciliteter) er underlagt variationer fra udbyderen, afhængigt af lokale forhold. Al ridning indeholdt i vore programmer, er baseret på ridning i et langsomt/moderat tempo hele vejen igennem.

# Kyst til kyst trail - turfakta

## Turens varighed:

10 dage, 9 nætter. Du er 7 dage på hest, ca. 4-6 timer hver dag.

## Indkvartering:

3 * kategori indkvarteringer . Første og sidste nat på hotel i San José. 3 nætter på Finca Los Domos eller på Cerro Lodge, to nætter på lodge/hotel ved Arenal vulkanen og to nætter på rustik Cabana.

**Finca Los Domos**
Består af tre private bungalows i kuppelstil med AC, varmt vand og privat badeværelse. Hver hyggelig bungalow har en har 1 dobbeltseng i stueetagen og en mezzanin med en dobbeltluftmadras. Dette er en afsondret ejendom og mest velegnet for dem der foretrækker at være et mere isoleret sted, men stadig meget tæt på ranchen og hestene,kørsel minimeres , da man kan afslutte og starte ridningen her. Der en en dejlig pool og et køkken tilgængeligt for selvforplejning med komfur og køleskab, hvor man evt. kan tilberede egne drinks og snacks. Megelt lokalt og enkelt drevet. Billeder af indkvartering er fra dette sted. Intet wifi eller reception.

**Cerro Lodge**
Som alternativ kan du vælge indkvartering på Cerro Lodge
Cerro lodge er et specielt projekt, en økovenlig lodge, hvor man forsøger at leve så bæredygtigt som muligt. Det ligger på en farme i Tarcoles, kun 10 min fra Carara Nationalparken. Lodgen ligger tilmed midt i et af de mest betydningsfulde tilflugtssteder for den lyserøde ara (papegøje). Man ser ofte spektakulære røde, gule og blå papegøjer flyve rundt i dalen ved Cerro Lodge

Cerro lodge forsøger at køre sin virksomhed så bæredygtigt som muligt. De genbruger vand til havevanding, komposterer deres organiske affald og har orme, der omdanner komøg til gødning. De arbejder på at lave et biogas anlæg, som vil sætte dem i stand til at lave egen el. Lodgen består af 8 bungalower med en-suite bade faciliteter og loftsfane. Bungalowerne er anlagt i en dejlig have med træer, palmer og udsigter til Stillehavet, til mangrove skove og til Carara Parken. Der er naturligvis reception, swimming pool og et udendørs spiseareal

## Pension:

Helpension fra morgenmad dag 2 til frokost dag 9. Der er morgenmad også på afrejsedagen. 1L vand/pr.dag/pers. yderligere vand er mulilgt at tilkøbe.

## Ridningen:

Du rider i 2 meget forskellige områder af Costa Rica. Og på 2 forskellige heste. Turene er ud i varieret terræn med 4-6 timers ridning om dagen.
Vi rider Gaucho ridning, hvilket er meget lig western ridning. Vi skifter heste midtvejs i turen, når vi skifter lokation til den nordlige del af landet.

## Heste:

Vi rider på veltrænede Criollo heste (og enkelte kryds mellem Andalusier og Quarter heste), arbejdsivrige, stabile og sikre. Sadler, hovedtøj, gjorder og sadeltasker er alt af god standard.

## Rideerfaring:

Min 3. Du skal kunne ride i de tre gangarter og være i god form, da vi rider 4-6 timer om dagen.

## Gruppe og guide:

Vi er min 2 og max 8 ryttere med en tosproget guide

## Bagage:

Der er sadeltaske, som du kan lægge dine daglige fornødenheder i. Bagagen transporteres med firhjulstrækker mellem de forskellige lejrpladser.

## Tøj og udstyr:

Ridebukser, en varm sweater eller jakke til kølige aftener, ridestøvler eller ride/vandresko, T-shirts, langærmede for at undgå solskoldning, en ridehjelm (mulig at låne), "casual wear" til aften hyggen, gode solbriller, solcreme, toiletsager og din evt. medicin. Husk badetøj og håndklæde, hvis du vil bade i de varme kilder og i havet.

## Vejret:

Næsten ideelt året rundt. Temperaturen er moderate 25 grader i højlandet, mens de lavere liggende regioner og kystlandet ligger fra omkring 20 til op mod 35 grader. Regntiden begynder mod slutningen af maj og varer til november, med mest regn i oktober. Selv i regntiden er det ikke sådan, at det regner hele tiden og hver dag. Som regel kommer der et regnskyl ud på eftermiddagen af 1-2 timers varighed og resten af dagen holder det tørt.

## Ikke inkluderet i prisen:

Fly til San José. Måltider på ankomstdagen, middag dag 9, forplejning ud over morgenmad på afrejsedagen, entreer og andre aktiviteter, drikkepenge til guider og chauffører, alkoholiske drikke, lufthavnsskat ved afrejse (2016: 29 USD).

## Turkode:

CR 5804

# Kyst til kyst trailen - rejsefakta

## Transport:

Fly til San José.

## Transfer:

Du hentes og bringes til lufthavnen i San José. Download venligst WhatsApp og tag kontakt inden afrejse , du får kontaktperson og nummer i dit rejsebevis.

## Pas og visum:

Der kræves ikke visum til Costa Rica fra de nordiske lande, men passet skal være gyldigt min 6 måneder efter ankomstdagen. Opholdet kan max vare 90 dage uden visum. Går rejsen via USA skal du være opmærksom på transit reglerne for USA.

## Vaccination:

Costa Rica er et relativt sikkert område. Dog er der risiko for malaria i flere områder af landet. Smitterisikoen kan mindskes ved at beskytte sig mod myggestik og ved at tage malariatabletter regelmæssigt. Tjek i øvrigt her for de seneste anbefalinger.

## Rejseforsikring:

Vi anbefaler afbestillingsforsikring, der også beskytter dig i tilfælde af sygdom og uheld, der medfører du ikke kan ride. Derudover skal du have en rejseforsikring, der dækker sygdom, ulykke og hjemtransport.

## Info om Costa Rica:

Der er udmærket info om landet på dette link

## Turkode:

CR 5804

Vi tager forbehold for fejl og mangler mht. det udskrevne.
Hjemmesiden vil være stedet at se den sidst gældende opdatering.