

ÉVASION

# COSTA RICA

## 10 ACTIVITÉS INCONTOURNABLES

---

Ancré entre le Nicaragua, le Panama, l'océan Pacifique et la Mer des Caraïbes, le Costa Rica a été baptisé ainsi par Christophe Colomb en 1502. Ce paradis sauvage est riche par bien des côtés mais principalement grâce à sa biodiversité et à la variété de ses paysages. C'est aussi un pays pacifique, sans armée, engagé dans une toute autre bataille : développer le tourisme vert et durable. Le Costa Rica est LA destination de prédilection des touristes responsables, amoureux de la nature. Dans cet article, découvrez la Pura Vida\* costaricienne en 10 activités !

\*(expression costaricienne signifiant se détendre, profiter de la vie avec bonheur et plaisir).

[ Par Claire Pimenta de Miranda – Le Bar à Voyages ]

## FLÂNER DANS LES MUSÉES

Tous les vols internationaux arrivent à San José, la capitale. Si cette ville ne présente pas un intérêt particulier, deux musées sont toutefois à découvrir :

- Le Musée de l'Or regroupe 1 600 pièces en or datant de 400-500 après J.C. jusqu'à l'arrivée des Espagnols. Il présente aussi des objets en céramique et en pierre, permettant de mieux comprendre la culture indienne précolombienne.
- Le Musée du Jade offre la plus importante collection de jade au monde avec près de 7 000 pièces exposées. Elle est complétée par des objets rares indigènes, mayas et aztèques.



## PARCOURIR LE PARC DE TORTUGUERO

Situé entre la frontière du Nicaragua et la mer des Caraïbes, le parc national de Tortuguero est une véritable petite Amazonie. Au départ de la ville de Limon, une pirogue vous emmène sur les nombreux canaux jusqu'au paisible village afro-caribéen de Tortuguero.

Cette forêt tropicale humide est le paradis de nombreuses espèces. On y observe caïmans, grenouilles multicolores, paresseux, singes, toucans et lézards Jésus-Christ, d'étonnants reptiles pouvant marcher sur l'eau. Le parc abrite quatre espèces de tortues qui viennent pondre sur les plages de juillet à septembre. À l'automne, les bébés tortues, guidés par le reflet de la lune dans les vagues, rejoignent la mer des Caraïbes.

Pour passer la nuit, direction le Turtle Beach Lodge qui offre des chambres de base mais confortables. Les cabines sont sans fenêtres, permettant d'écouter les bruits de la nuit et les cris des animaux. Une véritable immersion dans la jungle !

Un immense jardin fleuri entoure le lodge et vous pourrez vous rafraîchir dans la piscine en forme de... tortue !

## OBSERVER LES VOLCANS

Le Costa Rica est situé sur la ceinture de feu du Pacifique. Le pays compte pas moins de 116 volcans dont plusieurs sont en activité.

Répartis sur 3 cordillères, les volcans forment une chaîne traversant le pays du nord au sud. Un seul séjour ne suffirait pas à les contempler tous. Mais les plus emblématiques sont à inclure dans votre parcours.

- L'Irazú est le plus haut des volcans avec ses 3 432 m. Son cratère principal abrite un lac d'acide de couleur verte.
- Le Poás, situé à 1h de route de la capitale, comporte également deux cratères remplis d'acide, aux teintes verte et bleue.
- Le Rincón de la Vieja et ses 9 foyers éruptifs permet d'observer fumerolles, geysers d'eau et de boue.
- Le Turrialba, avec son altitude de 3 340 m, est l'un des plus surveillés du Costa Rica. Il se situe également proche de San José et son activité est très importante depuis 2008.
- Enfin, l'Arenal est le volcan le plus emblématique du pays avec sa forme conique et son immense lac artificiel navigable. Pour l'admirer de jour comme de nuit, je vous recommande de séjourner à l'hôtel Lomas Del Volcan. Depuis votre lit, vous entendrez ses grondements et pourrez vous endormir en le contemplant.

Le drapeau costaricien représente d'ailleurs cette bande de terre de couleur rouge, avec de part et d'autre, deux bandes blanches (les plages). Elles sont elles-mêmes encadrées par deux bandes de couleur bleue symbolisant l'océan Pacifique et la mer des Caraïbes.



## RANDONNER SUR LE SENTIER DU RIO CELESTE

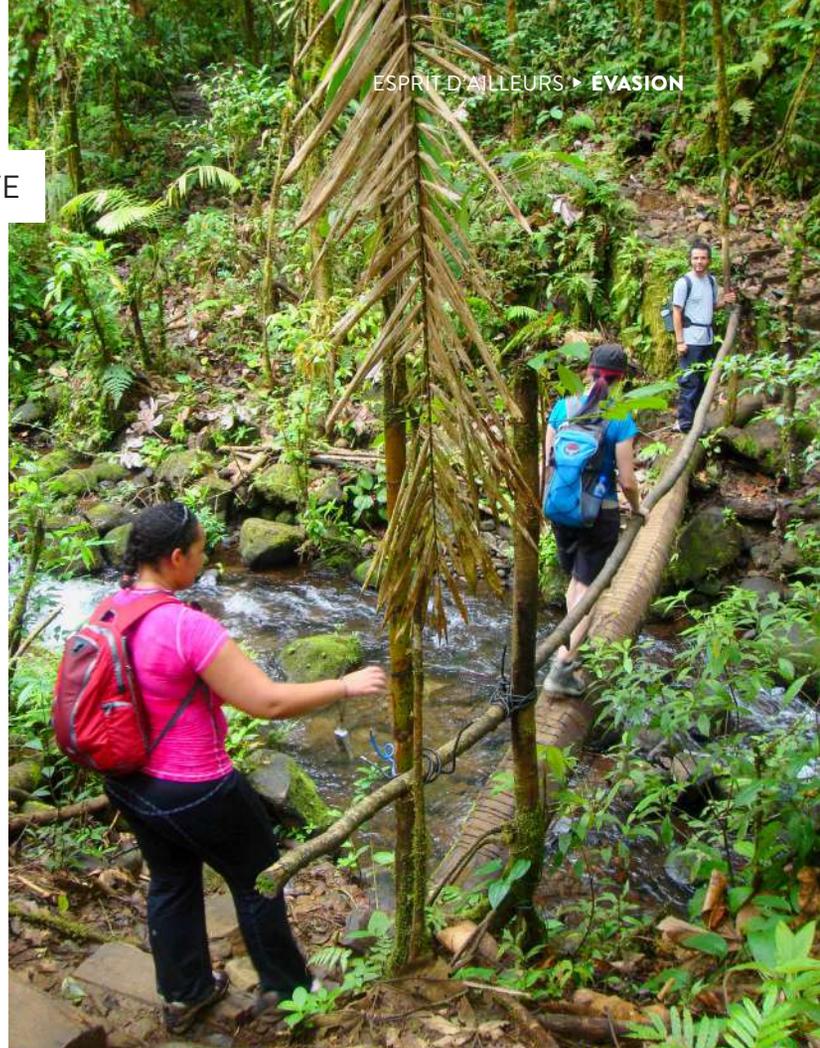
C'est parti pour 7 km de marche au sein du parc national du volcan Tenorio, dans une jungle tropicale humide, à la végétation exubérante et luxuriante. La randonnée dure environ 4 heures et demie. Elle est d'un niveau moyen à difficile, avec un sol boueux et glissant par endroit.

L'atmosphère est pluvieuse et nuageuse, et il vaut mieux être bien équipé pour ne pas être trempé, même s'il fait plutôt chaud. L'idéal est un pantalon qui se transforme en short et un poncho de pluie. Sans oublier une protection étanche pour votre sac à dos.

Vous franchirez les cours d'eau sur des troncs d'arbre ou des ponts suspendus en suivant le Rio Celeste, une rivière d'un bleu laiteux incroyable. Puis vous arriverez au bord d'une cascade paradisiaque. Là, si vous êtes accompagné d'un guide, vous traverserez à gué, à l'aide d'une corde. L'expérience est assez fun. Le choix de garder ou non ses chaussures au pied pour traverser est un vrai dilemme !

En poursuivant la randonnée, vous verrez des eaux bouillonnantes qui permettraient de faire cuire un œuf dur en quelques secondes.

Au lieu dit Los Teñideros, vous découvrirez l'origine de la couleur turquoise de cette rivière. C'est ici que se rencontrent deux rivières : la Buenavista, chargée en particules de minéraux et de silicates d'aluminium et la Quebrada Agria et son eau acide. Les deux eaux transparentes se mêlent et une réaction chimique opère, donnant cette couleur turquoise si particulière.



Selon la légende locale, quand Dieu termina de peindre le ciel en bleu, il lava ses pinceaux dans le Rio Celeste.

Durant cette balade, il est possible de voir des singes, des oiseaux et peut-être un tapir, un coati ou un paresseux.



## FENDRE LA CIME DES ARBRES

Direction Monteverde, au nord-ouest de la région de Puntarenas. C'est dans cette forêt dense de nuages "cloud forest", au vert intense, que l'on peut survoler la cime des arbres.

La forêt de nuages est ainsi nommée du fait de la condensation dégagée par les arbres qui remonte et forme une brume quasi permanente.

Après vous être équipé d'un casque, de gants et d'un harnais c'est parti pour vivre des sensations uniques et voler au-dessus de la canopée. Le parcours de 3 km du parc Selvatura que j'ai testé, se compose de 12 câbles et tyroliennes, de 19 plateformes et d'une liane géante.

Ce parcours est complété par une balade à pied de 3km également. La piste traverse la forêt de nuages grâce à 8 ponts suspendus. Ils mesurent entre 50 et 170m de long et entre 12 et 60 m de haut.

L'expérience dans ce parc s'achève avec la visite du jardin des papillons et celui des colibris. D'un côté, une trentaine d'espèces de papillons tropicaux virevolte autour de vos têtes. De l'autre, la centaine d'oiseaux miniatures vous ravie par ses couleurs et ses déplacements incroyablement rapides.

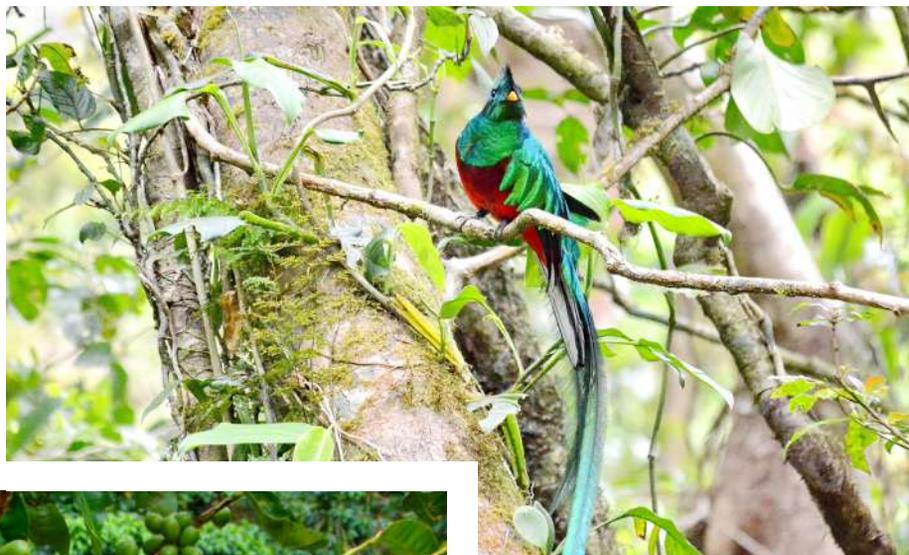
Et si vous n'avez pas fait le plein de chlorophylle, direction le restaurant Tree House en centre ville de Monteverde. Dans cet établissement bâti autour d'un ficus géant, goûtez de délicieux plats d'influences sud-américaines, dans une ambiance conviviale.



## OBSERVER LES OISEAUX

En complément de l'observation des colibris, je vous recommande aussi de partir en forêt à la recherche du quetzal, l'oiseau sacré des Mayas et des Aztèques.

Munissez-vous d'une paire de jumelles, soyez patient et discret. Et peut-être aurez-vous la chance comme moi d'en apercevoir un. Sinon, vous êtes sûrs d'observer une multitude d'autres volatiles aux couleurs magnifiques : aras, perruches, piverts, loriots, tangaras...



## VISITER UNE PLANTATION DE CAFÉ

Si vous séjournez quelques jours dans la région de Monteverde, profitez-en pour visiter une plantation de café. Je vous recommande celle de Don Juan, qui permet de découvrir toutes les étapes de fabrication.

De la plantation des caféiers, leur floraison, la récolte des grains, leur préparation jusqu'à leur torréfaction, le café n'aura plus de secrets pour vous.

Vous découvrirez aussi le rôle de ces "grains d'or" dans la vie sociale, culturelle et économique du Costa Rica.

En bonus, vous en apprendrez également davantage sur la culture du cacao et de la canne à sucre. La visite s'achève par la dégustation de ces différents produits.

## SE DÉTENDRE DANS LES SOURCES CHAUDES

Grâce à l'importante activité volcanique du Costa Rica, il est possible de profiter de nombreuses sources chaudes, aux eaux thermales délassantes et bienfaisantes. Il en existe dans toutes les régions où il y a des volcans, c'est-à-dire quasiment partout. J'ai personnellement profité des sources Baldi établies à La Fortuna de San Carlos, au pied du volcan Arenal.

Le site, qui abrite également un hôtel de luxe, comporte 25 piscines d'eau thermale, riches en minéraux. Elles sont réparties sur 3,5 hectares de jardins tropicaux.

4 piscines sont remplies d'eau froide, tandis que les 21 autres offrent 12 températures d'eau différentes, variant de 32°C à 67°C !

Vous pouvez aussi profiter de massages toniques grâce aux cascades d'eau où vous détendre en sirotant un cocktail dans l'un des "swim-up bars".

Une chose est sûre, il est difficile de quitter les lieux !





## EXPLORER LE PARC MANUEL ANTONIO

Le parc national Manuel Antonio, situé sur la côte pacifique est le plus petit du Costa Rica, mais c'est l'un des plus jolis. Il offre de belles possibilités de randonnées dans la jungle (de 1 à 9 km) où vous êtes sûrs de croiser de nombreuses espèces animales. Ces balades se combinent avec détente et rafraîchissement à la plage Espadilla. Une magnifique et longue langue de sable, à l'ombre des arbres. Si vous êtes adeptes du

farniente, méfiez-vous des rats laveurs et singes voleurs ! Ils adorent farfouiller dans les sacs et embarquer ce qui leur plaît !

En soirée, le très réputé restaurant El Avion, situé à 150 m au-dessus du niveau de la mer, permet d'observer de magnifiques couchers de soleil sur le Pacifique. C'est dans cet avion cargo, un Fairchild C-123, transformé en bar-restaurant, que vous dégusterez d'excellents poissons et fruits de mer.

## FAIRE UN TOUR EN CATAMARAN ET PLONGER

Partir en mer est une bonne occasion de découvrir la faune marine locale. Le long des côtes du parc Manuel Antonio, on peut ainsi observer dauphins, raies manta, poissons multicolores, tortues et même des baleines à bosse, si vous avez de la chance.

Un joli paysage défile en longeant la côte pacifique, avec ses rochers mystérieux et ses îlots escarpés abritant des colonies d'oiseaux.

La compagnie Planet Dolphin que j'ai testée, offre une balade en catamaran d'une demi-journée, avec repas servi à bord. La croisière part du port de Quepos, une station balnéaire à l'atmosphère relaxante, typiquement costaricienne. Le mouillage s'effectue dans la baie de Biesanz et permet aux passagers de plonger et se relaxer dans les eaux chaudes du Pacifique (masque, tuba et palmes sont fournis).



## INFOS PRATIQUES

### FORMALITÉS

Pour un séjour de moins de 90 jours pas de visa et passeport en cours de validité (valable 6 mois après la date d'entrée) et billet d'avion aller/retour.

### VOL

Aéroport de San José - Juan Santa Maria  
Vol direct Air France : 11h30

### DÉCALAGE HORAIRE

-7h en hiver et -8h en été

### ARGENT / BUDGET

La monnaie officielle est le colon.

1€ = 670 colons

Les pièces sont à l'effigie de Christophe Colomb

Les cartes bancaires sont acceptées dans les sites touristiques principaux et les hôtels.

Prévoir un budget entre 1700€ et 2500€ par personne pour 2 semaines (vol, hôtel et location de voiture).

Le coût de la vie sur place est 30% inférieur à la France.

### LANGUE

L'espagnol est la langue officielle.

L'anglais est parlé dans les sites touristiques.

### CLIMAT

Tropical avec deux saisons distinctes.

Saison sèche de décembre à avril et saison humide de mai à novembre.

### SANTÉ

Vaccins universels recommandés.

Eau en bouteille et crème solaire conseillées.

### À METTRE DANS VOS BAGAGES

Un adaptateur de prise/transformatrice pour vos appareils électriques, des chaussures de randonnée, des vêtements de pluie, des jumelles, un maillot de bain.

Consultez l'intégralité de cet article sur [bar-a-voyages.com](http://bar-a-voyages.com)



Retrouvez les blogueuses de Bar à Voyages en ligne...