



Chamäleon

DIE REISE MEINES LEBENS

COSTA RICA, PANAMA UND NICARAGUA MIRAFLORES

16 Tage Erlebnis-Reise

Erlebnisberater*in

Sarah Poit

+49 30-347996-121

erlebnisberatung@chamaeleon-reisen.de

HIGHLIGHTS

Bootsfahrt auf dem Panamakanal
Der Masaya-Vulkan in Nicaragua
Tiere und Strand auf der Halbinsel Nicoya
Zu Besuch beim Volk der Emberá
Wanderung am Fuße des Arenals
Granada: die bunte Traumstadt



REISEVERLAUF

Es ist, als müssten Adam und Eva jeden Moment um die Ecke kommen. Hier, wo die Natur noch tun und lassen darf, was sie will. In den Nationalparks Manuel-Antonio, Arenal und Caño Negro. Aber bevor du einen Grünkoller bekommst, servieren wir dir die 365 Inseln im tiefblauen Nicaragua-See, den als Höllenschlund verdammten Vulkan Masaya und eine Portion Balsam für die Seele: Panama.

Zwar versprechen wir, in **San José ❶** zu landen, aber ganz unten bist du deshalb nicht. Auf tausend Metern ist Schluss, was den unschätzbaren Vorteil hat, dass du schon einen ersten Blick in das umliegende Valle Central werfen kannst. Da es schon ziemlich dunkel ist, erahnst du allerdings eher, was sich dort unten abspielt. So viel sei verraten: Es wird grün.

Und es wird nicht beim Grün bleiben. Die Farbtupfer einer unerschöpflichen Palette warten darauf, zugeordnet zu werden. Das fällt auf dem Markt noch vergleichsweise leicht, denn wie die undefinierbare Knolle von gelb bis violett heißt, kannst du zur Not noch fragen. Für Fragen ist auch der Farmer Leo in **Sarapiquí ❷** offen, hat aber eine ganz andere Leidenschaft: Mit freundlicher Unterstützung einer Ameisenkönigin hat er einen Staat gegründet, um die sozialen Strukturen und die Arbeitsteilung der Blattschneiderameisen zu erforschen. Schnipp, schnapp, ab das Blatt. Für den Rest können wir sagen: Ameisen sind auch nur Menschen. Regenten, Soldatinnen, Hofdamen, Kindergärtner, Nestputzer, Faule und Fleißige – alles da.

Wer sich heute früh einen zweiten Kaffee oder einen Kakao nach costa-ricanischem Reinheitsgebot wünscht, hat Glück. Auf den Plantagen von La Fortuna wird dir noch dazu im Detail gezeigt, wie aus den heiligen Bohnen das schokoladige oder koffeinhaltige Erweckungserlebnis gezaubert wird. Nebelwald ist übrigens Urwald, und im Urwald werden die Bäume 50 Meter hoch. Orchideen, Bromelien, Moose und Flechten wachsen auf ihren Stämmen, um ans Licht zu kommen. Wo sich sonst nur Kolibris, Papageien, Tukane und Affen durch die Äste schwingen, da turnen wir auf Augenhöhe mit: über ein Hängebrückensystem durch die Urwaldkronen nahe des **Arenal-Nationalparks ❸**.



Als Tarzan kommst du weit, aber nicht an unser Ziel. Wir nehmen lieber den Landweg in Richtung Nicaragua und erhalten freie Fahrt nach **Granada ④**. Schon die Fahrt ist ein Geschenk und diese Stadt ist eine Wucht. Älteste ehemalige Kolonialresidenz des Landes, farbenfroh, detailverliebt und prachtvoll, als hätte es nichts gekostet. Das »Haus der drei Welten«, Kirchen im Domformat und die Altstadt mit ihren Villen und historischen Preziosen – der Vormittag ist schnell rum, und wenn wir auf dem **Nicaragua-See ⑤** wenigstens einige der über 350 Inseln im Naturparadies Las Isletas sehen wollen, wird es Zeit, ins Boot zu steigen.

Schön wäre es, wir könnten sitzen bleiben und am Ende vom einen in den anderen, den Managuasee, fahren. Aber ein Fitzelchen Land liegt dazwischen, also nehmen wir den Bus in die von Erdbeben gebeutelte und immer wieder neu aufgebaute Hauptstadt Managua, was den seltenen Vergleich zwischen alter Kathedrale und neuer Kathedrale ermöglicht. Wo im versteinerten Schlamm die Fußabdrücke fliehender Menschen so deutlich zu sehen sind, als wären sie von gestern, lohnt kein Vergleich. Dieses Zeugnis vulkanischer Aktivität in der Ausgrabungsstätte Acahualinca ist 2.000 Jahre alt. Sehr wahrscheinlich hatte sich der **Vulkan Masaya ⑥** Luft gemacht, denn schon die indigene Bevölkerung nannte ihn Brennender Berg, dessen Eruptionen als Zeichen verärgelter Götter gewertet wurden. Die spanischen Eroberer nannten ihn kurzerhand Höllenschlund und stellten ein Kreuz an den Rand des Kraters, um den Teufel abzuwehren.

Rincón de la Vieja ⑦ ⑧ ist ein Zauberwort in Costa Rica. Der wandelbarste Nationalpark, vom ewig feuchten Regenwald bis zum tropischen Trockenwald, wo der Goldbaum seine Blätter abwirft, damit die verbleibende Energie für seine fantastische Blütenpracht reicht. Und mittendrin im wahrsten Sinne des Wortes der Höhepunkt. 1.916 Meter hoch und seit Menschengedenken stinkig, wahlweise sauer, das kommt auf deinen Standpunkt an. Berüchtigt für seine andauernde Aktivität, versorgt der gleichnamige Vulkan sein Umfeld mit schwefelhaltigen Thermalquellen und kräuselnden Fumarolen, während sein Krater mit einem 90 Grad heißen Säuresee gefüllt ist. Nichts für Wasserratten.

Leider auch nichts für Wasserratten ist die Tierauffangstation Las Pumas, wo nicht nur Papageien, Langschwanzkatzen und Graufüchse aufgepäppelt werden. Sehr süß! Auf der **Nicoya-Halbinsel ⑨ ⑩** braucht kaum jemand aufgepäppelt werden: Kaum sonst wo auf



unserem Planeten sind die Menschen so gesund, so alt. Ach so, das Geheimnis ist wie immer: gutes Essen, Bewegung an der frischen Luft und Freundlichkeit. Ein genauer Blick lohnt sich auch im Curú-Schutzgebiet: Alle Wunder hiesiger Natur auf einem Haufen, vom blauen Meer bis zum Mangrovenwald. Wer von den Kapuzineraffen, Weißrüsselbären, Aras, Leguanen und Co. sich blicken lässt, bleibt eine Überraschung.

Dass auch im **Río Tárcoles 11** die Mangroven verholzende Salzpflanzen und Bedecktsamer sind, wird dich sicher brennend interessieren. Trotzdem solltest du über den Teller- bzw. Bootsrand hinausblicken. Du wirst beobachtet von allen, die durch das Blätterwerk fliegen, hüpfen und springen. Nur die Krokodile liegen wie immer faul rum und warten, bis der kleine Hunger kommt. Alles, was du hier siehst, ist grün. Und alles, was du hörst, ist die Sinfonie der Natur.

Der Kreis hat sich geschlossen. Wir sind zurück am Anfang, um gleich wieder wegzufiegen. **Panama City 12** ist ein Paradebeispiel für die Nachbarschaft von gestern und morgen. Hier die ehemaligen kolonialen Stadtpaläste, dort die Bankentürme der Finanzmetropole. Und am Abend die beleuchtete Brücke Puente de las Américas, unter der alle durchmüssen, die rein- oder rauswollen. Vergleichsweise klein sind die Einbaumboote, die uns auf dem Río Chagres durch dichten Urwald zum indigenen Volk der **Emberá 13** bringen. Etwa 7.000 der Ureinwohnerinnen und Ureinwohner haben in Panama die jahrtausendealte Kultur lebendig erhalten. Ein emberátypisches Mittagessen muss sein, dann werden wir im Museum des weltberühmten Panamakanals alles über die tragödienreiche Geschichte dieses Meisterwerkes erfahren.

Es bleibt nicht bei den Erzählungen. Von Gamboa bis Monkey Island begleiten wir die Schiffsgiganten durch den Kanal, den 22.000 Arbeiterinnen und Arbeitern das Leben gekostet hat. Gänsehaut-Finale in der teuersten Wasserstraße der Welt, wo die Passage eines Kreuzfahrtschiffes bescheidene 400.000 Dollar kostet. Aber wir wollen ja nicht ganz durch, sondern die halsbrecherischen Manöver der Riesenpötte an der **Miraflores-Schleuse 14** bestaunen, wo je nach Tonnage vier bis acht Zahnradlokomotiven ein Schiff »über den Berg« schleppen.

Dann gibt es kein Zurück vom Zurück, es sei denn, du hast ein Anschlussprogramm an den Traumstränden gebucht. Am späten Nachmittag startet dein Flug von **Panama City**



15 Richtung **Heimat** 16. Im Gepäck alles, wovon du jemals geträumt hast.

LEISTUNGEN BEI CHAMÄLEON

- Erlebnis-Reise mit höchstens 12 Gästen
- Garantierte Durchführung aller Termine
- Linienflug mit Lufthansa nach San José und zurück (Buchungsklasse S)
- Regionalflug mit Copa Airlines von San José nach Panama City und zurück
- Rail&Fly in der 1. Klasse der Deutschen Bahn zum Flughafen und zurück (<https://www.bahnreise.de/geltungsbereich>)
- Reiseminibus mit Klimaanlage
- 14 Übernachtungen in Hotels und Lodges
- Täglich Frühstück, 3 x Mittagessen, 1x Snack, 3 x Abendessen
- Bootsfahrten auf dem Nicaragua-See, dem Río Tárcoles, dem Río Gatun und auf dem Panamakanal
- Nationalparkgebühren und Eintrittsgelder
- 186 m² Regenwald auf deinen Namen
- Deutsch sprechende einheimische Reiseleitung

HINWEISE ZU DEN LEISTUNGEN UND ZUR REISE

- Bei Buchung mit **Anreise in Eigenregie** sind der Linienflug, Rail&Fly und die Flughafentransfers **nicht** in den Leistungen enthalten.
- Falls einzelne der genannten Unterkünfte nicht verfügbar sind, wird eine möglichst gleichwertige Alternative gebucht.
- Bei den angegebenen Fahrzeiten handelt es sich um die reine Fahrtdauer. Pausen und Fotostopps bleiben unberücksichtigt.
- Während deiner Rundreise passierst du die Grenzen zwischen Costa Rica und Nicaragua auf dem Landweg. Insgesamt fallen dafür ca. 25 USD pro Person an. Wir empfehlen dir die Gebühr an den Grenzen in kleinen Scheinen bereit zu halten.
- Auf unseren Reisen nutzen wir eine Vielzahl unterschiedlicher Transportmittel und Unterkünfte. Wir können dabei keine durchgehende **Barrierefreiheit** garantieren, so dass unsere Reisen im Allgemeinen nicht für Menschen mit



eingeschränkter Mobilität geeignet sind. Wir beraten dich gern zu deinen Bedürfnissen und deinem gewählten Reiseziel.

HINWEISE ZU UNSEREN EMPFEHLUNGEN

- Chamäleon sucht die Aktivitäten nach bestem Wissen und Gewissen aus und bietet dir die Vermittlung als kostenlosen Service an. Die Durchführung der Aktivitäten kann nicht garantiert werden.
- Deine Buchungswünsche teilst du bitte deiner Reiseleitung mit.
- Darüber hinaus raten wir davon ab, vor deine Reise Aktivitäten über das Internet zu buchen, da das Wetter nicht vorhersehbar ist und auch die Ankunfts- und Abfahrtszeiten nicht vollständig planbar sind.
- Wenn du optionale Ausflüge buchen willst, bitten wir dich, diese vor Ort bei Ankunft in bar zu bezahlen. Eine Zahlung per Kreditkarte ist leider nicht möglich.
- Alle genannten Aktivitäten sind spanisch- oder englischsprachig, falls nicht anders angegeben.
- Die angegebenen Preise entsprechen ohne Aufschlag den Preisen vor Ort. Kurzfristige Preiserhöhungen müssen wir an dich weiterreichen.

ANSCHLUSSPROGRAMME

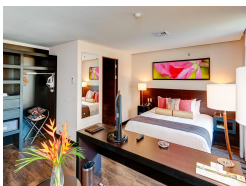
- Nachträumen Bocas del Toro



DEIN TAG-FÜR-TAG-PROGRAMM

1. Los geht's nach Costa Rica! -

Endlich geht es los nach Costa Rica. Bei deiner Ankunft in San José erwartet dich deine Reiseleitung und bringt dich ins Hotel im Zentrum des lebendigen Stadtteils Santa Ana. Nach einem Begrüßungsgetränk und einer kleinen Stärkung kannst du von den bevorstehenden Abenteuern träumen.



Studio Hotel

Im Studio Hotel fühlst du dich wie in einer Galerie - das Haus ist geschmackvoll dekoriert mit Werken costa-ricanischer Künstlerinnen und Künstler. Größer als diese Sammlung ist nur die Kollektion des Nationalmuseums. Das Hotel liegt günstig im Zentrum des Stadtteils Santa Ana und bietet dir eine tolle Aussicht auf San José und das umliegende Valle Central.

<http://www.costaricastudiohotel.com>

Ein kleiner Abendsnack ist heute inklusive.

Die Fahrstrecke beträgt ca. 15 km.

2. Marktbesuch und das große Krabbeln -

Nach kurzer Fahrt durch San José tauchst du ein ins pralle Leben Costa Ricas. Die Vielfalt der tropischen Früchte auf den Märkten ist ein köstlicher Vorgeschmack auf die kommenden zwei Wochen in Zentralamerika. Danach wartet das Goldmuseum auf dich. Anschließend geht es zu Leo in Sarapiquí. Der Tico baut Zierpflanzen an, hat sich aber auch der Erforschung von Blattschneiderameisen verschrieben. Bei ihm kannst du den Ameisen bei ihrer emsigen Arbeit zusehen.



Lomas del Volcán Hotel

Das Hotel Lomas del Volcán liegt eingebettet im üppigen Grün unweit des mächtigen Vulkan Arenal. Die Bungalows aus Holz fügen sich harmonisch in die umliegende Natur ein. Am Swimmingpool oder Jacuzzi kann man den Klängen der Vogelwelt lauschen. Oder du vertrittst dir bei einem Spaziergang auf dem hoteleigenen Naturpfad die Beine und genießt den atemberaubenden Blick auf den Vulkan.

<https://www.lomasdelvolcan.com/>

Das Frühstück ist heute für dich inklusive.

Du fährst heute ca. 170 km.

3. Durch Baumkronen und Vulkanlandschaften -

Du folgst dem Kaffeeduft nach La Fortuna, wo es viel über Saatbeete, aromatischen Kaffee und costa-ricanische Schokolade zu lernen gibt. Auf einer Wanderung am Fuße des Vulkans Arenal kannst du anschließend den Weg der glühend heißen Lava nachverfolgen, die vor wenigen Jahrzehnten durch die Landschaft geflossen und dann erstarrt ist. Die Aktivitäten können auch in umgekehrter Reihenfolge stattfinden.

Du übernachtet in derselben Unterkunft wie am Vortag.

Die eingeschlossene Verpflegung besteht aus dem Frühstück.

Die Fahrstrecke umfasst ca. 10 km.

Die Aktivität des Vulkans Arenal unterliegt natürlichen Schwankungen.

4. Nicaragua, wir kommen! -

Über Berge, durch Täler, vorbei an Fincas, umgeben von schier endlosen Wiesen, auf denen Viehherden gemächlich den vorbeifahrenden Autos nachschauen, erreichst du Nicaragua. Sehr bald siehst du den gleichnamigen See. Am späten Nachmittag kommst du voll neuer Eindrücke in der bunten, ehemaligen Kolonialstadt Granada an.



Hotel Patio del Malinche

Das Hotel Patio del Malinche heißt Sie in zentraler Lage von Granada willkommen. Es ist idealer Ausgangspunkt, um die bunten Straßen und Plätze der historischen Stadt fußläufig zu erkunden. Sie übernachten in gemütlichen klimatisierten Zimmern. Das Gebäude im Kolonialstil wurde liebevoll restauriert und bietet zwei ruhige idyllische Innenhöfe mit einem Garten sowie einem Pool. Alternativ können Sie auf der großzügigen Terrasse im traditionellen Stil entspannen und dabei einen leckeren Drink von der hauseigenen Bar kosten-Salud!

<https://patiodelmalinche.com/the-hotel/>

Das Frühstück ist heute für dich eingeschlossen.

Die Fahrtstrecke beträgt ca. 320 km.

Bitte lege deinen Reisepass griffbereit ins Handgepäck. Für den Grenzübertritt brauchst du außerdem eine Touristenkarte. Diese kostet etwa 24 USD pro Person (10 USD Ausreisegebühr Costa Rica, 14 USD Einreisegebühr Nicaragua). Bitte halte das Geld abgezahlt bereit. Direkt nach deiner Buchung musst du zudem eine Passkopie an Chamäleon schicken, damit wir für deine Einreise alles vorbereiten können und die Einreise schneller geht.

Wichtig: Seit dem 09.01.2025 verbietet die Regierung Nicaraguas (erneut und ohne Vorlauffrist) das Einführen von Kameras, Ferngläser, Drohnen und weiteren optischen Geräten. Daher wird deine Reiseleitung deine Kameras und Ferngläser einsammeln und beim costa-ricanischen Busfahrer in Obhut lassen. Du kannst in Nicaragua aber Fotos mit deinem Handy machen. Sobald ihr in Costa Rica zurück seid, wird dir deine Ausrüstung wieder von eurem Busfahrer übergeben. Dies finden wir sicherer, als die Ausrüstung von den Grenzbehörden verwalten zu lassen.

5. Die große Rosine und ihre Piraten -

Weshalb Granada auch La Gran Sultana heißt, und was es mit den Piraten auf sich hat, erklärt dir deine Reiseleitung auf einem Spaziergang durch die Altstadt mit ihren beeindruckenden Kirchen und historischen Gebäuden. Du besuchst das Kunst- und Kulturzentrum Casa de los Tres Mundos – das Haus der drei Welten – in einer historischen Villa. Im Café de las Sonrisas, besuchst du die Begegnungsstätte Tío Antonio. Dort lernst du auf spielerische Weise ein wenig Gebärdensprache und kannst dich im



Knüpfen einer Hängematte versuchen. Während einer Bootsfahrt auf dem Nicaragua-See erlebst du das Vogelparadies der über 365 Las Isletas, der kleinen Inseln.

Du übernachtet in derselben Unterkunft wie am Vortag.

Das Frühstück ist heute inklusive.

Die Fahrstrecke umfasst ca. 20 km.

6. Die Metropole Managua und der Masaya -

Wer das Temperament Nicaraguas erleben möchte, macht sich auf den Weg in die Landeshauptstadt. In Managua sind die Eindrücke sehr vielfältig. Du besuchst die ungewöhnliche neue sowie die traditionelle alte Kathedrale und die Reste des ehemaligen Hauptquartiers von Diktator Somoza. Dort erfährst du einiges über Nicaraguas jüngste Geschichte. Im Masaya-Nationalpark geht es zum gleichnamigen Vulkan, der in präkolumbianischer Zeit rituelle Bedeutung für die indigene Bevölkerung hatte.

Du übernachtet in derselben Unterkunft wie am Vortag.

Das Frühstück ist im Preis enthalten.

Du fährst ca. 120 km.

Der **Vulkan Masaya** ist immer mal wieder aktiv. Sollte der Nationalpark Masaya aus diesem Grund geschlossen werden, besuchst du stattdessen den Vulkan Mombacho (1.344 Meter). Hier erwartet dich zwar kein Krater, dafür aber ein Naturschutzgebiet mit interessanter Flora und Fauna sowie eine grandiose Aussicht auf Granada und den Nicaragua-See.

7. Zurück nach Costa Rica -

Bevor du Nicaragua verlässt, kannst du dich an der wunderschönen Laguna de Apoyo verabschieden. Wieder in Costa Rica durchquerst du ein einzigartiges Naturschutzgebiet – die letzten Reste des seltenen tropischen Trockenwaldes, der sich während der Trockenzeit zwar ohne Laub, aber mit den gelb leuchtenden Blüten des Goldbaumes zeigt.



Hacienda Guachipelín

Die Hacienda Guachipelín liegt am Rande des Nationalparks Rincón de la Vieja. Hier lebt man im Einklang mit der Natur und achtet besonders auf Nachhaltigkeit. Die Zimmer sind rustikal-gemütlich eingerichtet. Von der großen Terrasse kannst du den Blick in den tropischen Garten genießen, der für viele Vögel ein Paradies ist. Außerdem erwartet dich ein Swimmingpool, dessen Wasser direkt vom Vulkan gespeist wird.

<http://www.guachipelin.com/>

Heute sind ein Frühstück und Abendessen inkludiert.

Die Fahrstrecke umfasst ca. 210 km.

Bitte lege deinen Reisepass und auch dein Flugticket heute griffbereit ins Handgepäck, denn beides musst du bei der Einreise nach Costa Rica vorzeigen. Beim Grenzübertritt ist eine Gebühr von 4 US-\$ (Ausreisegebühr Nicaragua) zu bezahlen. Bitte halte den Betrag abgezahlt bereit.

8. Rincón-de-la-Vieja-Nationalpark -

Rincón de la Vieja heißt so viel wie »Ecke der alten Frau«. Es fällt leicht beim Anblick des Vulkans im gleichnamigen Nationalpark an Hexenlegenden zu glauben. Schwefelhaltige Thermalquellen, dampfende Fumarolen und blubbernde Schlammflöcher zeugen von konstanter Aktivität. Der umliegende Wald weist vier Hauptklimazonen auf, die für große Artenvielfalt sorgen. Der Nationalpark ist umgeben von Rinderfarmen aus der Kolonialzeit. Mit etwas Glück kannst du sogar reitenden Sabaneros, Costa Ricas Cowboys, bei ihrer Arbeit zusehen.

Du übernachtet in derselben Unterkunft wie am Vortag.

Das Frühstück und das Abendessen sind im Preis enthalten.

Du fährst ca. 10 km.

9. Tierauffangstation Las Pumas -

Bevor du heute du zum ersten Mal frische Seeluft schnupperst, besuchst du die



Tierauffangstation Las Pumas in der Nähe von Cañas. Sie wurde 1959 von einem Schweizer Ehepaar gegründet, um Wildtiere zu retten, die durch die Abholzung der Wälder ihren Lebensraum verloren hatten. Mittlerweile führt die Tochter die Station weiter und kümmert sich um Tiere, die nicht mehr in die Wildnis zurückkehren können. Anschließend führt dich dein Weg auf die Nicoya-Halbinsel zu deiner Unterkunft.

Tango Mar



Das Tango Mar liegt traumhaft schön auf der Nicoya-Halbinsel am Strand von Tambor, eingebettet in die tropische Vegetation. Vom Balkon deines großzügig geschnittenen Zimmers kannst du wunderbar dem Meeresrauschen zuhören. Mehrere Swimmingpools, eine Golfanlage, ein Spa und eine Strandbar, an der du bei Sonnenuntergang köstliche Cocktails genießen kannst, lassen Träume wahr werden.

<https://tangomar.com/>

Die eingeschlossene Verpflegung besteht aus dem Frühstück.

Die Fahrstrecke umfasst ca. 250 km.

10. Curú Schutzgebiet -

Ganz in deiner Nähe befindet sich das private Curú Naturschutzgebiet. Hier kannst du Tiere beobachten und baden. Das Gebiet umfasst einen langen Sandstrand sowie unterschiedliche ausgebaute Wege durch Mangroven und Flusslandschaften. Seine Abgeschiedenheit ermöglicht es dir, abseits der Touristenpfade die verschiedenen Ökosysteme entspannt zu erkunden. Mal schauen, was du auf einer ca. eineinhalbstündigen Wanderung so alles entdeckst.

Du übernachtet in derselben Unterkunft wie am Vortag.

Das Frühstück ist im Preis enthalten.

Die Fahrstrecke umfasst ca. 50 km.

Der Pazifik ist rau, und manchmal herrscht hoher Wellengang mit entsprechender Strömung, die je nach Jahreszeit variiert. Von Januar bis März wehen eher starke Winde,

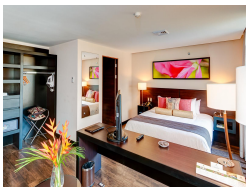


dann ist der Wellengang tendenziell stärker.

11. Krokodile am Río Tárcoles -

Auf dem Weg zurück nach San José setzt du mit der Fähre von der Nicoya-Halbinsel nach Puntarenas über. Am Río Tárcoles gehst du an Bord eines Bootes und erkundest den Mangrovenwald. Zahlreiche Wasservögel wie Reiher, Ibisse, Wasserhühner, aber auch Brüllaffen, Klammeraffen und Kapuzineräffchen leben hier. Auf den Sandbänken sonnen sich häufig Krokodile.

Studio Hotel



Im Studio Hotel fühlst du dich wie in einer Galerie - das Haus ist geschmackvoll dekoriert mit Werken costa-ricanischer Künstlerinnen und Künstler. Größer als diese Sammlung ist nur die Kollektion des Nationalmuseums. Das Hotel liegt günstig im Zentrum des Stadtteils Santa Ana und bietet dir eine tolle Aussicht auf San José und das umliegende Valle Central.

<http://www.costaricastudiohotel.com>

Das Frühstück ist im Preis enthalten.

Die Fahrstrecke beträgt inkl. der Fährfahrt von der Nicoya-Halbinsel nach Puntarenas ca. 180 km.

12. Panama wir kommen! -

Am Morgen fliegst du nach Panama. Panama City, Stadt der Gegensätze: Die Wolkenkratzer und moderne Infrastruktur der Neustadt einerseits und die Altstadt Casco Antiguo, die du zu Fuß erkundest. Ihre Kirchen, kolonialen Bauten und schmalen Gässchen haben dem historischen Stadtkern den Status des UNESCO-Weltkulturerbes eingebracht. Du schlenderst durch die Gassen, wirfst einen Blick auf die Skyline der modernen Stadt und erfährst viel über die bewegte Geschichte Panamas.



Best Western Plus Panama Zen Hotel

Das Best Western Plus Panama Zen Hotel liegt im Finanzviertel von Panama-City in der Nähe zahlreicher Einkaufsmöglichkeiten und Restaurants. Die großen Zimmer sind modern eingerichtet und bieten durch große Fenster einen einmaligen Blick über die Stadt. Diesen kannst du auch beim Trainieren im Fitnesscenter, von der Bar auf der Dachterrasse oder beim Abkühlen im Pool genießen. Das Zen Café Restaurant ist eine Kombination aus zeitgenössischem Stil und Zen mit lokaler sowie internationaler Küche.

<https://www.bwpanamazenhotel.com>

Das Frühstück ist im Preis enthalten.

Die Fahrstrecke beträgt ca. 40 km.

Bitte lege deinen Reisepass und dein Rückflugticket (Flugplan) heute griffbereit ins Handgepäck.

Der Besuch von Casco Antiguo kann bei geänderten Flugzeiten auch auf einen anderen Tag verlegt werden.

13. Besuch bei den Emberas -

Kleine Einbaumboote bringen dich den Río Gartun hinauf, tief in Panamas Regenwald. In einem traditionellen Dorf der Emberá erfährst du einiges über Pflanzenheilkunde, Schamanismus und festliche Zeremonien. Anschließend gibt es ein einfaches, aber leckeres Mittagsmahl. Danach erkundest du die Ruinenstadt Panamá la Vieja. Anfang des 16. Jahrhunderts gegründet, entwickelte sie sich schnell zur wichtigsten Hafenstadt. Ein strategischer Knotenpunkt und einstiger Handelsplatz des spanischen Reiches im Wettlauf um die Herrschaft über die neue Welt.

Du übernachtet in derselben Unterkunft wie am Vortag.

Im Preis eingeschlossen sind heute das Frühstück im Hotel und das Mittagessen bei den Emberá.

Die Fahrstrecke umfasst ca. 145 km.

Heute wirst du mit einem landestypischen Mittagessen verwöhnt. Mit deinem Besuch leistest du einen Beitrag zur Verbesserung der Lebenssituation vor Ort, indem sich die Gastgeberinnen und Gastgeber ein zusätzliches Einkommen erwirtschaften.



14. Panamakanal und Miraflores-Schleuse -

Heute geht es auf Bootsfahrt auf dem legendären Panamakanal von Gamboa bis Monkey Island. Dabei kannst du den gigantischen Frachtern aus nächster Nähe bei der Durchfahrt zusehen. Und Affen gibt es sicher auch zu beobachten. Das Mittagessen findet in einem nahegelegenen Restaurant statt. Im Anschluss wartet die Miraflores-Schleuse auf dich. Im Kanalmuseum erfährst du alles über den Bau dieses Technikwunders. Mit etwas Glück kannst du auch eines der großen Schiffe bei der Durchfahrt beobachten.

Du übernachtet in derselben Unterkunft wie am Vortag.

Das Frühstück, Mittagessen und das Abschiedsabendessen sind im Preis enthalten.
Die Fahrstrecke beträgt ca. 55 km. Die Bootstour auf dem Panamakanal dauert etwa 2 Stunden.

15. Abschied aus dem Paradies -

Heute besuchst du das Museum für Biodiversität, das dir einen Einblick in die vielfältige Naturgeschichte Panamas gewährt. Bei einem anschließenden Mittagessen kannst du die Reise noch einmal Revue passieren lassen, bevor der Abschied ansteht, und du zum Flughafen gebracht wirst.

Frühstück und Mittagessen sind heute inklusive.

Die Fahrstrecke beträgt ca. 50 km.

-Hinweis: Bitte achte bei der Gepäckaufgabe in Panama darauf, ob die Airline dort als Endziel San José oder deinen Zielflughafen auf das Gepäcklabel druckt. Sollte sie nämlich das Gepäck nicht durchchecken, musst du es in San José annehmen und noch einmal neu einchecken. In der Regel sind die Mitarbeiter in Panama sehr hilfsbereit und checken das Gepäck durch. Die Entscheidung liegt jedoch bei den Mitarbeitern vor Ort und wir haben keinen Einfluss hierauf.

16. Willkommen zu Hause -

Noch voller Eindrücke landest du und reist weiter nach Hause.

ZUR REISE

[https://www.chamaeleon-reisen.
de/Amerika/Costa-Rica-Nicaragua-Panama/Miraflores-NEU.Copy?anr=](https://www.chamaeleon-reisen.de/Amerika/Costa-Rica-Nicaragua-Panama/Miraflores-NEU.Copy?anr=)

Chamäleon

DIE REISE MEINES LEBENS

Änderungen und Irrtümer vorbehalten / Stand: 18.10.2025
Reiseveranstalter: Chamäleon Reisen GmbH, Pannwitzstraße 5, 13403 Berlin