Národní parky Kostariky

Kostarika

22. 11. 2026 - 7. 12. 2026

Program zájezdu

1. den
letecký přesun do **Kostariky**

2. den
první kontakt s divokou krajinou centrálních údolí, ranní výjezd na činnou sopku **Poás** (2708 m), návštěva nejlepší soukromé rezervace v Kostarice - **La Paz Waterfall Gardens** (sbírka nejohroženějších druhů kostarické fauny a flóry, kočkovité šelmy, motýli, kolibříci, opice, hadi , žáby, obří ptačí voliéra, stezka kolem pěti vodopádů zasazená v horském úbočí deštného pralesa), přesun pod majestátní sopku **Arenal** (1670 m)

3. den
celodenní výlet do prvotřídní, turismem nezasažené přírodní rezervace **Caño Negro** (rozlehlé mokřady na hranicích s Nikaraguou, **lodní safari po řece Frío**, malpy kapucínské, vřešťani, kajmani brýloví, bazilišci hřebenatí, leguáni, želvy, desítky druhů ptáků), večerní zasloužený odpočinek v **termálních lázních** pod širým nebem

4. den
dopolední návštěva národního parku **Volcán Tenorio** s unikátní podívanou na sytě tyrkysově zbarvenou řekou **Río Celeste**, výšlap až k soutoku dvou řek, kde dochází k jedinečnému "nebeskému" zbarvení, třicetimetrový vodopád, syrné výpary aktivní sopečné aktivity), cesta ke svahům horského pásma **Cordillera de Tilarán** do osady **Santa Elena** (cca 1500 m) ukryté v čarokrásné přírodě vzácných horských mlžných lesů

5. den
lehký treking s místním průvodcem okouzlujícím mlžným pralesem v oblasti **Santa Elena** (kolibříci, tarantule, endemické druhy fauny, gigantické stromy s epifyty, mechy a liánami, orchideje), možnost procházky po lávkách zavěšených v korunách stromů a vidět svět opravdu z ptačí perspektivy a možná i vzácného ptáka **kvesala,** nebo adrenalinové jízdě na lanech v oblacích - **kanopy tour**, nebo možnost výletu na malou soukromou autentickou **kávovou plantáž** s ochutnávkou kávy

6. den
sjezd z hor, zastávkou u "krokodýlího mostu" v národním parku **Carara** (přechodový suchý tropický les a deštný les), odpočinek u pacifického pobřeží

7. den
národního parku **Marino Ballena** (nekonečné pláže pobřeží ve tvaru velrybí ploutve, možnost šnorchlování)odjezd do jižní Kostariky do vesnice **Sierpe**, zastávka v **Palmar** u záhadných kamenných koulí z předkolumbovské éry, plavba člunem přes mokřad **Térraba-Sierpe** systémem říčních ramen s hustým porostem mangrovů na otevřené moře a podél pobřeží a zátoky **Drake** (objevené mořeplavcem Franciscem Drakem v 16. stol.) na poloostrov **Osa**

8. - 10. den
odpočinek na opuštěných plážích **Tichého oceánu** lemovaných palmami, pěší vycházky do panenské džungle, možnosti mnoha fakultativních výletů a aktivit: jízdy na koni, zapůjčení mořského kajaku, výletu do **NP Corcovado** ke stanici rangerů **Sirena** nebo **San Pedrillo** (pěší výlet primárním deštným pralesem, pozorování tapírů, mravenečníků, lenochodů, opic, papoušků a tukanů), plavby do biologické rezervace ostrova **Caño** (údajně nejlepší šnorchlování v Kostarice)

11. den
plavba zpět do Sierpe a návrat do centrálních údolí přes horské hřbety **Cordillera de Talamanca** se zastávkou v městě **Cartago** (bazilika Panny Marie Andělské, nejposvátnější katolické místo v Kostarice) až do **Turrialby**

12. den
nejvýznamnější archeologická lokalita v zemi **Guayabo** (antropomorfní petroglyfické obrazce, zbytky sítě akvuaduktů), nebo fakultativní rafting kaňonem řeky **Pacuare** (přes 25 km dlouhá plavba, obtížnost II-IV, 3 hodiny) odjezd na **Karibské pobřeží** do přístavního města **Limón**, kam 1502 doplul Kryštof Kolumbus a dále do oblasti **Puerto Viejo de Talamanca**

13. - 14. den
návštěva národního parku **Cahuita** (pobřežní tropický les, pěší výlet, koupání a šnorchlování, pozorování lenochodů, hadů, opic, motýlů, nosálů, aguti, tukanů, papoušků ara), možnost zapůjčení bicyklu a průzkum okolních pláží - **Cocles**, **Chiquita**, **Punta Uva** a rezervace **Gandoca Manzanillo**, nebo návštěva komunity původních obyvatel **Bri Bri** (setkání se šamanem, výklad kosmovize, výroba čokoládového nápoje)

15. den
návrat do **San José**, v případě času krátká prohlídka (náměstí Kultury, Národní divadlo, Národní muzeum, katedrála, tržnice), odlet

16. den
návrat do **ČR**

Cena zahrnuje: zpáteční letenku do San José včetně všech poplatků, místní dopravu, vstup do NP Poás, NP Tenorio a NP Marino Ballena, ubytování se snídaní a služby průvodce.
Ubytování: 14x turistický hotel / chatky (dvoulůžkové pokoje s příslušenstvím).
Doprava: pronajatý mikrobus, člun.
Stravování: 14x snídaně.

Služby za příplatek: 14x jednolůžkový pokoj 13000 Kč, výlet na rangerskou stanici do NP Corcovado s místním průvodcem 3400 Kč, šnorchlovací výlet na ostrov Caño v NP Corcovado 2800 Kč, Pojištění léčebných výloh 992 Kč, Pojištění Prémium STORNO 1888 Kč nebo 2256 Kč.

Cena nezahrnuje: ostatní vstupné (La Paz, Caño Negro, Monteverde, Cahuita) cca 120 USD, fakultativní akce (canopy, visuté lávky, Bri Bri) každá cca à 50 USD, rafting 100 USD.

Poznámka: Od roku 2026 může být maximální počet klientů až 14 osob.

1.1. Doklady

Budete potřebovat **cestovní pas** s platností minimálně 6 měsíců po plánovaném návratu ze zájezdu.

1.2. Víza

S Kostarikou má ČR bezvízový styk.

1.3. Pojištění

Cena zájezdu nezahrnuje cestovní pojištění. Protože **podmínkou účasti na zájezdu je mít uzavřené platné cestovní pojištění**, nabízíme vám jeho sjednání jako službu za příplatek od pojišťovny Uniqa a.s. **Více na www.alvarez.cz/pojisteni**.

Upozorňujeme, že případné lékařské ošetření může být požadováno uhradit hotově a zpětně je propláceno pojišťovnou v ČR. Pro tento případ si s sebou vezměte finanční rezervu. V případě návštěvy lékařského zařízení CK nehradí náklady spojené s dopravou.

1.4. Preventivní zdravotní opatření

- ověřit si platnost očkování proti tetanu, záškrtu a obrně
- očkování proti žloutence typu A, B (doporučeno)
- preventivní prohlídka u zubního lékaře
- užívání antimalarik konzultujte se svým lékařem

Podrobné informace o očkování a cenách jednotlivých vakcín se dozvíte na hygienické stanici a v centrech cestovní medicíny.

1.5. Kapesné a místní měna

Měna:
Kostarika: colón (CRC), orientační kurz: 1 USD = 500 CRC

Kapesné:
Kapesné budete potřebovat na nákup potravin, jídla v restauracích, vstupné národních parků a rezervací, fakultativní výlety a na případný nákup suvenýrů. Měna, kterou je vhodné mít s sebou, jsou **AMERICKÉ DOLARY (menší bankovky hodnot 1,5,10,20; bankovky hodnoty 100 USD nikde v restauraci ani v obchodě neudáte, lze s nimi platit pouze drahé fakultativní akce)**. V Kostarice funguje americký dolar jako paralelní měna k místní a část vstupů a fakultativních výletů se platí v USD, jídlo se platí v místní měně - nebo můžete v USD, **vstupy do NP je nutné platit platební kartou!!!**
Minimální částka postačující k pokrytí veškerých nákladů spojených s výše uvedeným programem je asi **750 USD + cena za vybrané fakultativní akce**. Pro neočekávané případy doporučujeme mít s sebou ještě finanční rezervu nejlépe v podobě platební karty VISA CLASIC nebo MASTERCARD. Výběr z bankomatů je možný ve všech větších městech. Platby kartou u obchodníka jsou v Kostarice celkem běžné a vstupy do NP je nutné platit kartou.
Po příletu na letišti si neměňte dolary na colóny, případně jen malou část, cca 20 - 50 USD, kurz je nevýhodný. 2.-3. den zájezdu navštívíte banku na výměnu větších obnosů.

2. Informace o zájezdu

2.1. Doprava

Pronajatý mikrobus pro naší skupinu s místním řidičem. Na poloostrov Osa poplujeme člunem. Na Ose není molo a proto se ze člunu vystupuje do vody po kolena. Stejně tak probíhá i odjezd a všechny případné jiné lodní výlety. Posádka a zřízenci hotelu pomáhají se zavazadly.

2.2. Ubytování

Během zájezdu budeme bydlet v jednoduše zařízených hotelech / penzionech bez kategorie, latinsko-amerického standardu, ve dvoulůžkových pokojích vybavených manželskou postelí velikosti matrimonial = šíře cca 140 cm, s příslušenstvím. Teplá voda je často řešená průtokovými hlavicemi na sprše, které spíše nefungují, než fungujjí. Latinskoamerický standard dále znamená například to, že pokoj nemusí mít okno do ulice, ale třeba do vnitrobloku, na chodbu, a pod. Na poloostrově Osa jsou jednoduše zařízené chatky v džungli poblíž pláže (bez klimatizace a teplé vody).

1x Alajuela, 2x Fortuna, 2x Santa Elena, 1x Uvita, 4x Osa, 1x Turrialba, 3x Cahuita

2.3. Stravování

Snídaně jsou zahrnuty v ceně zájezdu. S výběrem ostatního jídla a restaurací vám ochotně poradí průvodce. Jídlo v Kostarice je dražší než v ČR. Stravovat se budeme v místních restauracích, u stánků a v motorestech a kupovat si potraviny v obchodech. Tradičním středoamerickým pokrmem jsou rýže a fazole (Gallo Pinto), pečené a smažené banány, dále různé omáčky a „guláše“, polévky (kuřecí, hovězí, z plodů moře…), hovězí na přírodno, krevety, rybí filety, plody moře, hranolky, sendviče, pizzy.

K snídaním se podávají tousty a vajíčka na různé způsoby, ovoce, čaj/káva, případně lívance, nebo tradiční snídaně s rýží, fazolemi a pečenými banány.

Nealkoholické nápoje se v navštívených místech prodávají doslova na každém rohu, prodej alkoholických nápojů je podmíněn speciální licencí. Běžně dostupná jsou piva ve třetinkách ve skle a v plechu. Pití alkoholických nápojů je na veřejnosti zakázáno.

V celé oblasti se pěstuje vynikající káva.

Upozorňujeme klienty, že do Kostariky je přísný zákaz dovážet jakékoliv masné a mléčné výrobky, ovoce i zeleninu! S sebou si přibalte pouze musli tyčinky nebo sušenky.

Voda: na všech ubytování teče pitná voda.

Orientační ceny potravin a jídla v USD:

Jídlo u stánku	5 - 8
Jídlo v restauraci	13 - 20
Balená voda 1,5 litru	2
Coca-cola 0,5 litru	1,5
Pivo v obchodě 0,33 litru	2,5
Pivo v restauraci 0,33 litru	4
Káva v restauraci	3

2.4. Výše vstupného

Orientační ceny některých vstupů:

zahrady La Paz	59 USD
termální prameny	cca 45 USD
Cano Negro	6 USD
Monteverde	18 - 25 USD
NP Marino Ballenas	7 USD
NP Cahuita	5 USD

Fakultativní akce:

Visuté lávky Monteverde	55 USD
Jízda na lanech (canopy tour / zip line)	90 USD
kávová tour	35 USD
noční procházka za zvířaty	35 USD
jízda na koni	50 USD
rafting na řece Pacuare	100 USD
kulturní BriBri tour	60 USD

Uvnitř NP Corcovado se nachází několik rangerských stanic, z nichž 2 je možné navštívit v

rámci fakultativních výletů. Samotné stanice nejsou ničím zajímavé, ale jsou to výchozí body pro procházky s místními průvodci (rangery) do lesa za pozorováním flory a fauny. Ačkoliv jsou výlety nabízeny jako celodenní, v pravdě se vyráží po snídani, na místě je cca 3h aktivit a zpět na ubytování je člověk kolem 13h.
Na výlety kolem stanic je požadována uzavřená obuv, nebo alespoň sandály s uzavřenou špičkou. Do NP se nesmí vnášet jakékoliv jídlo a plasty! Pouze je povolená láhev s vodou, NE plastová na jedno použití. Vodu je nutné s sebou nést. Člověk v tomto klimatu snadno ztratí velké množství a bez adekvátního doplnění může zkolabovat.

Stanice Sirena se nachází cca 1h plavby člunem od ubytování, je známější, více exponovaná, ale s velmi dobrou šancí vidět mnoho zvěře, les je sekundární, terén rovinatý.

Stanice San Pedrillo je méně známá a jen 15 min plavby od ubytování, velká část lesa je primární prales, terén při pobřeží rovinatý, dále od pobřeží mírně stoupá. Vyskytují se zde vzácnější druhy (jaguár), ale ty jsou obtížné k zahlédnutí.
Výlet zorganizujeme na stanici, která bude dostupná.

Šnorchlovací výlet na ostrov Caño má podobné parametry = vyráží se po snídani, cesta člunem cca 1h, poté šnorchlování na 2-3 místech cca 2,5h a návrat na ubytování. Šnorchluje se z loďky poblíž ostrova, který je sopečného původu. Nejsou zde korálové zahrady a hejna barevných ryb jako v Egyptě, nebo v Indonésii. Rybičky tam samozřejmě jsou, ale spíše jde o větší ryby, želvy a především žraloky. Cestou je možné například patřit delfíny a někdy i migrující velryby. V závislosti na počasí je při silných deštích voda kalná.

Skupina klientů, kteří pojedou na rangerskou stanici, bude doprovázena vedoucím zájezdu (organizace, překlad), na ostrov Caño to není třeba a průvodce zpravidla zůstává se skupinou na pevnině.

Zájemci o šnorchlování u ostrova Caño, nebo o jednodenní výlet do rangerské stanice (vše NP Corcovado) volbu zaškrtli při přihlášení. Pokud jste se rozhodli až nyní, nahlaste váš zájem obratem do CK a my se pokusíme zajistit vám vstupy. Je třeba rezervovat místa týdny dopředu, omezená kapacita návštěvníků na den! Klienti si mohou objednat obě aktivity.
Každou aktivitu nabízíme ve službách za příplatek.
Aktivitu nelze následně zrušit např. z důvodu nepřízně počasí, zdravotní indispozice aj.

Je zvykem nechávat spropitné pokojským (cca 1 USD/noc), v restauracích 10% a řidiči mikrobusu v Kostarice cca 10-20 USD, ostatním řidičům a místním průvodcům dle uvážení.

2.5. Počasí a časový posun

Kostarika patří do tropického klimatického pásu s převažujícími vyššími teplotami. S nižšími teplotami se můžeme setkat pouze v horách. V zásadě můžeme rok rozdělit do dvou období a to sucha (od prosince do května) a dešťů (od června do listopadu). Krajina je však na většině míst stále zelená a v některých horských oblastech prší téměř celoročně.
Průměrná denní teplota 28 °C.
V únoru a březnu je hlavní turistická sezóna, na západním pacifickém pobřeží neprší, či pouze ojediněle, teploty dle nadmořské výšky se mohou při pobřeží pohybovat i přes 30 °C, v horách je kolem 23 °C a u Karibiku opět vedro, ale zde i s možností vydatných dešťových přeháněk.
Červenec a srpen spadají do období dešťů, můžeme očekávat časté, krátké a intenzivní tropické lijáky, avšak teploty neklesají stále je příjemně teplo.
V listopadu a prosinci déšť ustává tropické lijáky jsou méně časté, ale stále jsou a klima je velice příjemné.

Časový posun: Kostarika: -7 hodin; -8 hodin v době letního času.

2.6. Jazyk

Úředním jazykem v Kostarice je španělština. Anglicky se bez problémů domluvíte v turistických oblastech.

2.7. Elektrická síť a komunikace

Napětí: 110 – 120V, frekvence: 60 Hz
Elektrické zásuvky: dva ploché konektory (americký standard) - **nutný adaptér!**

Adaptér můžete zakoupit v elektrických potřebách, nebo na letišti. Počet zásuvek bývá na pokojích omezen (max. 2) a pokud plánujete nabíjet více zařízení (foťák, kamera, telefon), doporučujeme přibalit si roztrojku. Většina nabíječek k těmto zařízením funguje při 120V. Pozor na kulmy a fény. Ty raději nechte doma. Pokud nemají na štítku uvedeno "INPUT: 100 - 240 V" nejsou uzpůsobeny pro použití v takové síti a dojde k jejich zničení. Ponorné vařiče fungovat mohou, ale ohřev vody bude trvat 4x déle.
Telefonování: před cestou se ujistěte, že máte aktivován roaming. Ceny hovorů a SMS vám sdělí váš operátor.
Internet: Mnohé kavárny, restaurace a hotely nabízejí připojení k internetu prostřednictvím WiFi. Po příletu je možné na letišti zakoupit místní SIM kartu s datovým balíčkem (cca 10 USD za 2GB dat). Alternativou mohou být virtuální operátoři / aplikace eSIM Airailo, Revolut, Saily...

2.8. Důležitá upozornění

CK si vyhrazuje právo na změnu programu v souvislosti s neočekávanými událostmi.

Pokyny pro předcházení krádežím:
Přestože životní podmínky místního obyvatelstva nejsou většinou jednoduché, nehrozí v navštívených oblastech akutní nebezpečí násilného přepadení. Proti možným drobným krádežím doporučujeme se zabezpečit takto: ukládáním cenných věcí (pas, peníze, letenka) do tzv. „moneybeltu“. Jedná se o speciální ledvinku, která se umístí pod oblečení. Lze ji koupit v prodejnách sportovních potřeb; https://www.4camping.cz/c/vybaveni/vaky-a-obaly/pouzdra-na-doklady/.

2.9. Celní předpisy

Celní předpisy dovolují bezcelní dovoz oblečení a předmětů osobní potřeby v množství přiměřeném délce pobytu.
Zakázán je především dovoz veškerých masných výrobků, mléčných výrobků, ovoce a zeleniny.
Předepsané léky vezměte v originálním balení.
Dovoz a vývoz valut do výše odpovídající hodnotě 10 000 USD není třeba deklarovat.
Limity dovozu alkoholu a tabáku: cigarety 200 ks, alkohol 1 litr.
Při vývozu jsou kontroly zaměřeny zvláště na držení a přepravu drog. Naprostý zákaz platí pro vývoz veškerých zvířat a rostlin.

3. Před cestou

3.1. Jak se zabalit

Na lehko. Vhodné zavazadlo pro tuto cestu je nepromokavá cestovní taška Ortlieb s kolečky a popruhy, kterou je možné případně nosit i jako batoh. Bližší informace naleznete zde: **https://www.alvarez.cz/zavazadla**, případně **batoh do 55 litrů, nebo malý kufr** a příruční batůžek. Hlavní zavazadlo bude většinu času na ubytování nebo v zavazadlovém prostoru při

přesunech, zatímco s malým batůžkem budete podnikat výlety. Prosíme, **nevozte s sebou velké skořepinové kufry, zavazadlový prostor auta není nafukovací!!!** Ideální jsou **malé** kufry o objemu cca 55 litrů, cestovní tašky, batohy. V případě nedodržení těchto pokynů způsobíte nepohodlí sobě i ostatním účastníkům zájezdu!

Hlavní zavazadlo je přepravováno v zavazadlovém prostoru letadla a odbaveno až do finální destinace a jeho **váha nesmí překročit 23 kg**. Zavazadlo si můžete nechat zabalit na letišti Praha za poplatek 250 Kč. **Zavazadla doporučujeme zamykat pouze zámky s certifikací TSA.**

V příručním zavazadle (max. 8 kg, povolené rozměry: 55x35x25 cm) mějte připraveny věci, které budete potřebovat během cesty, **všechny cennosti, doklady, baterie a elektroniku, která musí být nabitá a funkční, jinak hrozí její zabavení při bezpečnostních kontrolách na letištích. Do příručního zavazadla také patří všechny lithiové baterie (telefony, laptopy, e-cigarety, powerbanky do 100 Wh…).**

Nezapomeňte, že bezpečnostní předpisy nepovolují vzít s sebou na palubu letadla nůžky, nožíky a jiné ostré předměty. Dále vodu, nápoje, polévky, sirupy, krémy, pleť. mléka, oleje, parfémy, spreje, gely, šampóny, nádoby pod tlakem (laky na vlasy, pěn. tužidla, pěna na holení), pasty, směsi tuhých a tekutých materiálů a jakékoliv další přípravky podobné konzistence. Ty prosím umístěte při balení do hlavního zavazadla. Do kabiny letadla je pouze povoleno malé množství tekutin (do 100 ml). Každé takové balení musí být umístěno v jednom průhledném uzavíratelném igelitovém sáčku o maximálním objemu 1 litr na osobu.

Více o bezpečnostních kontrolách a balení zavazadel naleznete na https://www.prg.aero/bezpecnostni-pravidla

Zřídka se stává, že zavazadlo dorazí do místa příletu opožděno o několik dní. Pro tyto mimořádné situace je dobré mít s sebou v příručním zavazadle také základní hygienické potřeby a prádlo na dobu cca 3 dní.

3.2. Co s sebou

Zmíněný batoh/kufr/cestovní tašku a malý batůžek pro výlety, **nízkou obuv na turistiku** užijete v horách, případně navečer a **trekové letní sandály** = nejlépe se osvědčily kvalitní sandály s uzavřenou špičkou, např. od firem Teva, nebo Keen, které budete nosit většinu času zájezdu v nížinách, **žabky** (vhodné do sprch), oblečení do teplého počasí – **trička / košile** (i s dlouhým rukávem – ochrání vás před bodavým hmyzem), případně funkční prádlo, a do chladného počasí (oblast Monteverde) – **fleesovou mikinu nebo svetr,** dále **kalhoty, 3/4 kalhoty / kraťasy, větrovku, šátek, plavky, ručník, pokrývku hlavy, sluneční brýle, krém na opalování, sprej proti bodavému hmyzu** (komáři), **hygienické potřeby a léky** (pokud pravidelně užíváte), baterku / **čelovku, univerzální kapesní nůž, fotoaparát, dalekohled, kvalitní pláštěnku** / pončo pro případ tropických lijáků, **mobilní telefon** (pro případnou nouzovou komunikaci s průvodcem), **redukci do zásuvky, nepromokavý sáček na elektroniku** (mobil, fotoaparát), **láhev na vodu** (z důvodu zákazu vnášení jednorázových plastů do NP). Zájemci o šnorchlování ať si přibalí i vlastní masku a šnorchl (ale užijete jej opravdu málo, Kostarika není šnorchlovací destinace). Pro případ přeprání prádla nezapomeňte šňůrku, kolíčky a prací prášek. Základní hygienické potřeby a léky jsou všude běžně k sehnání.

3.3. Doporučené vybavení lékárničky

Vaši osobní lékárničku doporučujeme vybavit těmito léky:

- proti průjmu – Immodium kapsle, Ercefuryl tablety, živočišné uhlí, Hylak forte
- proti bolestem kloubů, hlavy – Ibuprofen tablety

- proti zvýšené teplotě – Paralen tablety
- na povrchová poranění – Framykoin zásyp, Septonex spray, obinadla, náplasti
- proti alergické reakci při bodnutí hmyzem – Dithiaden tablety, Fenistil gel
- proti nevolnosti v dopravních prostředcích – Nokinal tablety
- léky, které pravidelně užíváte, si vezměte s sebou v dostatečném množství a zabalte do příručního zavazadla
- užívání antibiotik konzultujte s lékařem