

# Americký most zakázka 2

Panama, Kostarika, Nikaragua

3. 8. 2026 - 21. 8. 2026

## Program zájezdu

### 1. den

letecký přesun do **Managuy**

### 2. den

výlet ke kráteru stále aktivní sopky **Masaya**, návštěva tržiště a krámků s hamakami, možnost koupání v tyrkysových vodách laguny **Apoyo**, příjezd do **Granady**

### 3. den

nejstarší koloniální město Nikaraguy **Granada**, prohlídka historického centra (nejstarší kostel ve Střední Americe San Francisco - nyní klášter a muzeum, poklidná promenáda plná kaváren a restaurací), možnost **výletu lodičkou** mezi desítky ostrůvků s pozorováním ptactva a opiček, nebo třeba **vyjíždka kočárem** po historickém centru

### 4. den

krátký trek po vrcholu vyhaslé sopky **Mombacho** s výhledy na největší jezero Střední Ameriky **Nikaragua** a na **Granadu**, odjezd k **Pacifiku** a odpočinek na panenských plážích v okolí vesnice **San Juan del Sur**

### 5. - 6. den

překročení hranice do **Kostariky**, průjezd regionem **Guanacaste** 🌿 s unikátní kombinací několika biotopů od pobřežních bažin a mangrovů, přes savanu až po tropický deštný les na svazích aktivní sopky **Rincón de la Vieja** ve stejnojmenném národním parku (procházka krajinou fumarolů, bahenních sopek a sirných pramenů), cesta do podél Pacifiku po Interamerikáně, zastávka u "krokodýlího mostu" v národním parku **Carara**, příjezd do **Quepos**

### 7. den

pobřežní národní park **Manuel Antonio** (2 druhy lenochodů, 4 druhy opic, leguáni, bazilišci, nosálové, tropická flóra), koupání na překrásných plážích uvnitř parku, možnost potápění při skalnatém pobřeží **Tichého oceánu**

### 8. den

odjezd do oblasti mlžných lesů u národního parku **Los Quetzales**, cestou lehký trek k vodopádům uprostřed bujné vegetace

### 9. den

ranní **trek mlžným lesem** s místním průvodcem za pozorováním vzácného ptáka kvesala a jiných druhů ptactva, přejezd přes průsmyk **Cerro de la Muerte** (3 345 m) do centrálních údolí do bývalého hlavního města **Cartago** (bazilika Panny Marie Andělské, nejposvátnější katolické místo v Kostarice)

### 10. den

ranní výjezd na činnou **sopku Irazú** (3 432m), odjezd do **NP Torguquero** u karibského pobřeží (lodní safari mezi mangrovy, hnízdiště karety obrovské, domov kapustňáků a krokodýlů), vesničky na kůlech a ospalá atmosféra karibského venkova

### 11. den

odjezd podél **Karibského pobřeží** do přístavního města **Limón**, kam 1502 doplul Kryštof Kolumbus a dále do městečka **Puerto Viejo de Talamanca**, návštěva národního parku **Cahuita** (pobřežní

tropický les, pěší výlet, koupání a šnorchlování, pozorování lenochodů, hadů, opic, motýlů, nosálů, aguti, tukanů, papoušků ara)

### 12. den

návštěva komunity původních obyvatel **Bri Bri** (setkání se šamanem, výklad kosmovize, výroba čokoládového nápoje), přechod do **Panamy** přes most nad hraniční řekou **Sixaola**, nekonečné banánové plantáže provincie **Changuinola**, plavba na ostrůvky **Bocas del Toro**

### 13. den

pohodová atmosféra ostrůvků obývaných černými Kariby v souostroví **Bocas del Toro** (koupání, šnorchlování, pozorování delfínů, výlet člunem po okolních ostrůvcích)

### 14. den

přelet do hlavního města **Panama City** (večerní promenáda s úchatným výhledem na třpytivé mrakodrapy moderního města)

### 15. - 17. den

třídenní výlet do autonomní provincie souostroví **San Blas** obývané etnikem **Kuna Yala**, průzračné vody Karibiku, opuštěné otrovy, kokosové palmy, koupání, šnorchlování, lenošení v hamakách

### 18. - 19. den

návštěva **Panamského průplavu** a zdymadel **Miraflores** (pozorování lodí plujících kanálem, Muzeum průplavu), historická čtvrť **Casco Viejo** s prezidentským palácem, muzei a kostely, ruiny **Panama Viejo** 🏰, návrat do ČR

**Cena zahrnuje:** zpáteční letenku Praha - Managua a Panama City - Praha s odbaveným zavazadlem a bez přestupu v USA, místní dopravu, ubytování, snídaně a služby průvodce.

**Ubytování:** 15x turistický hotel (dvoulůžkové pokoje s příslušenstvím), 2x hamaka, nebo postel ve společné noclehárně.

**Doprava:** mikrobus, loď.

**Stravování:** 15x snídaně, 2x plná penze, jinak individuální za pomoci průvodce.

**Služby za příplatek:** .

**Cena nezahrnuje:** vstupní a výstupní poplatky na hranicích - celkem cca 20 USD, vstupné cca 100 USD.

## 1.1. Doklady

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

## 1.2. Víza

S Nikaraguou, Kostarikou i Panamou má ČR bezvízový styk.

**Nikaragua** striktně vyžaduje od všech cizinců vyplnění elektronického formuláře předpříletové registrace (Hoja de Solicitud de Ingreso). Toto udělá CK za všechny cestující.

**Vstupní poplatek:** Při příletu do země je nutné uhradit turistickou kartu (Tarifa de Ingreso) ve výši 10 USD. Částku doporučujeme mít připravenou přesně v hotovosti v amerických dolarech (USD). Obdržíte malé potvrzení (lístek/kartičku) o zaplacení. **Tento lístek pečlivě uschovejte!** Bude vyžadován při opuštění země, jinak vám bude udělena pokuta.

**Kostarika:** žádné povinné registrace.

**Panama:** elektronické celní prohlášení (Declaración Jurada de Viajero Digital), vyplnit nejdříve 72 hodin před příjezdem. Po odeslání systém vygeneruje QR kód, který si musíte uložit do telefonu nebo

vytisknout a předložit při celní kontrole. [declaraciondeviajero.ana.gob.pa](http://declaraciondeviajero.ana.gob.pa) Tuto deklaraci s vámi vyplní průvodce v průběhu zájezdu.

### 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](http://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:

Nikaragua: cordoba (NIO), orientační kurz: 1 USD = 35 NIO

Kostarika: colón (CRC), orientační kurz: 1 USD = 450 CRC

Panama: balboa (PAB), kurz 1 USD = 1 PAB

#### 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.**

Po příletu do Nikaragui si sami nic neměňte. Směnu provedete až s průvodcem. Prakticky celý zájezd lze projet i beze směny peněz. Kdo nechce, nemusí měnit. Stejně se ale k místní měně dostanete, protože v Nikaragui a v Kostarice vám na platby v dolarech budou vracet v místní měně. Kurz v turistických restauracích bývá podobný těm v bankách, v malých potravinách na rohu ulice a u malých stánků je výhodnější platit v místní měně.

V Panamě se USD rovná místní měně a Panamci mají vlastní jen 1 PAB = 1 USD mince. Papírové bankovky jsou pouze USD.

**Minimální částka** postačující k pokrytí veškerých nákladů spojených s výše uvedeným programem je asi **800 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 a v restauracích jsou v Kostarice a Panamě celkem běžné, v Nikarague se vyplácí používat hotovost. Vstupy v Kostarice do NP je nutné platit kartou.

## 2. Informace o zájezdu

## 2.1. Doprava

V Nikaragui a Kostarice pronajatý mikrobusem pro naši skupinu s místním řidičem. V Panamě linkový rychločlun na ostrovy Bocas del Toro. 3 denní výlet na konci zájezdu do oblasti Kuna Yala je pozemní transfer sdílenými terénními vozy a následně přesuny motorovým člunem. Transfery po Panama City mikrobusem, nebo 2 taxi.

## 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 fungují. Latinskoamerický standard dále znamená například to, že pokoj nemusí mít okno do ulice, ale třeba do vnitrobloku, na chodbu, a pod. Klimatizace není standardem vybavení.

Dva noclehy na San Blas jsou buď v hamakách ve společném ležení v rákosových chatkách, nebo ve vícelůžkových noclehárnách, případně kombinace obojího.

## 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, v Nikaragui a Panamě na srovnatelné úrovni s 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. V Panamě jsou hodně rozšířená čínská bistra.

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.

**Voda: pouze v Kostarice na všech ubytování teče pitná voda. V Nikaragui a Panamě neteče 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

**Orientačně utratíte cca 100 USD za základní vstupy.**

Je zvykem nechávat spropitné pokojským (cca 1 USD/noc), v restauracích 10% a řidiči mikrobuse v

Kostarice cca 10-20 USD, ostatním řidičům a místním průvodcům dle uvážení.

## 2.5. Počasí a časový posun

Srpen je ve Střední Americe součástí tzv. „zeleného“ (deštivého) období. To ale neznamená, že bude nepřetržitě pršet. Typický srpnový den vypadá tak, že dopoledne je jasno a slunečno a odpoledne přijde prudký, ale krátký tropický liják, po kterém se vzduch příjemně pročistí.

Nikaragua, Kostarika pacifické pobřeží: velmi horko (kolem 32 °C), vysoká vlhkost. Slunečná dopoledne střídají pozdní odpolední bouřky.

Los Quetzales & Cartago: Výrazné ochlazení v horách (10-15 °C). Sychravé počasí, častá mlha a vytrvalejší drobný déšť.

Karibské pobřeží má v srpnu anomálii - je zde jedno z nejméně deštivých a nejslunnějších období roku s vysokými teplotami.

San Blas: Tropické teploty kolem 30 °C. Klidné, teplé moře a převážně slunečno s občasnou krátkou přeháňkou.

**Časový posun:** Nikaragua, Kostarika: -8 hodin, Panama -7 hodin v době letního času.

## 2.6. Jazyk

Úředním jazykem je v navštívených oblastech španělština. Anglicky se bez problémů domluvíte na turisticky exponovaných místech.

## 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 roztrójku. 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. Pokud chcete být on line po celou dobu zájezdu doporučujeme virtuální operátory / aplikace eSIM jako Airailo, Revolut, Saily, Holafly....

## 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, DRONŮ a ELEKTRONICKÝCH CIGARET A VAPORIZÉRŮ!**

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 3 litry.

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 lehkou. 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 60 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, objemné skořepinové kufry**. Ideální jsou **malé** kufry o objemu cca 60 litrů, cestovní tašky, batohy.

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**. Na vnitrostátním letu Bocas del Toro - Panama City je váhový limit 18 kg.

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, nožičky 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 Los Qetzales, Cartago, Irazú) – **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. 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 průjmům – 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