

COSTA RICA

MICEEXPERTS

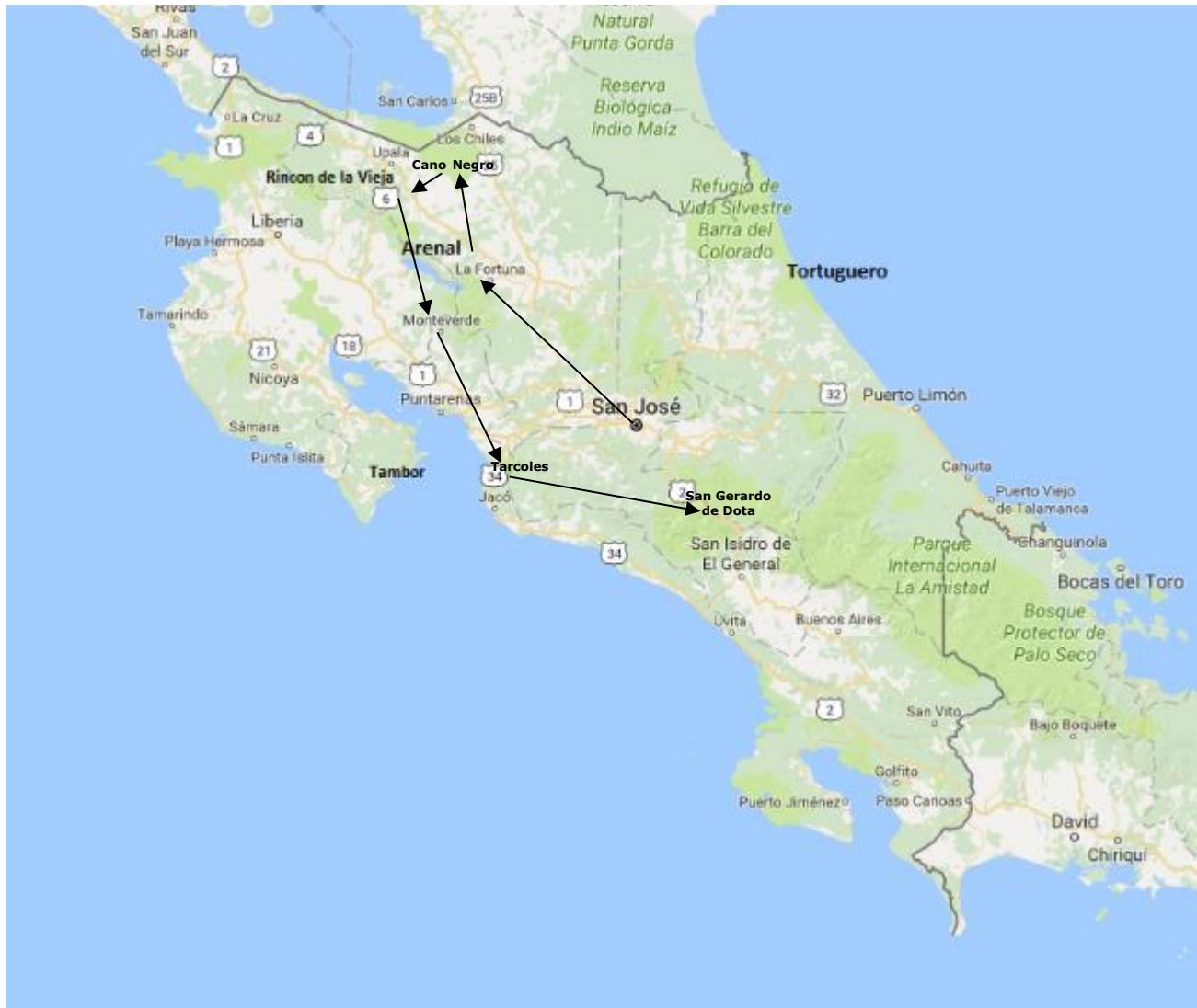
Du 5 au 20 décembre 2026



ITINERAIRE

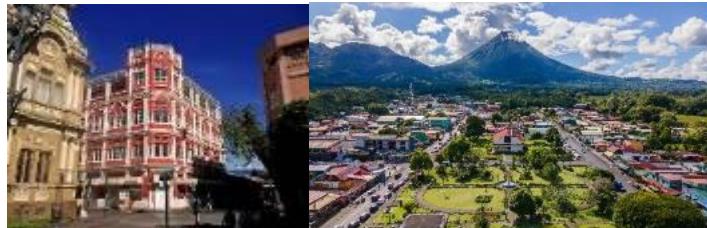
Jour	Site	Activités
1	Arrivée au Costa Rica Arenal	Arrivée et accueil par votre guide francophone Route vers Arenal
2	Arenal	Ponts suspendus Village de la Fortuna – temps libre - achats Ecotermales
3	Arenal	Tour pour l'observation des oiseaux Rencontre agricole et cours de tortillas Balade de nuit au jardin botanique Danaus
4	Arenal Cano Negro	Randonnée sur les sentiers du Mirador El Silencio Route pour Cano Negro
5	Cano Negro	Safari bateau au refuge Caño Negro
6	Cano Negro	Safari bateau au refuge Caño Negro
7	Cano Negro Tenorio	Route pour Tenorio Tour de chocolat
8	Tenorio	Visite du Parc National Tenorio Tour nocturne
9	Tenorio Monteverde	Tapir Valley Route pour Monteverde Tour nocturne
10	Monteverde	Visite de la réserve Santa Elena
11	Monteverde Tarcoles	Route pour Tarcoles Tour pour l'observation des crocodiles
12	Tarcoles	Visite du Parc National Carara
13	Tarcoles San Gerardo de Dota	Route pour San Gerardo de Dota Balade sur les sentiers du lodge
14	San Gerardo de Dota	Tour à la recherche du Quetzal Après-midi libre
15	San Gerardo de Dota Départ Europe	Transfert à l'aéroport Juan Santamaria pour votre vol retour
16	Arrivée en Suisse	

ITINÉRAIRE SUR LA CARTE



PROGRAMME DÉTAILLÉ

JOUR 1 / SAMEDI 05.12.2026 : DEPART DE SUISSE - ARRIVEE AU COSTA RICA ET ROUTE POUR ARENAL



Vols Iberia (horaires et compagnie aérienne sous réserve de modification jusqu'à la publication des vols pour décembre 2026)

Vol Genève – Madrid 08h55 – 10h55

Vol Madrid – San José 12h25 – 16h35

Accueil à l'aéroport Juan Santamaría par votre guide local francophone et transfert à l'hôtel. (3h15 de route !)

San José se trouve au cœur d'une vaste vallée fertile, la Meseta Central (Vallée Centrale). Née au 18^{ème} siècle, elle garde peu de témoignages de l'époque coloniale. La capitale du Costa Rica compte un million d'habitants et elle est aujourd'hui l'une des villes les plus étendues et les plus cosmopolites d'Amérique Centrale.

Route vers la plaine du nord, riche en plantations de fruits tropicaux et agrumes avec en fond le cône parfait du volcan Arenal qui s'élève, émergeant des collines verdoyantes. Une végétation tropicale et luxuriante entoure le colosse, les eaux chaudes qui s'en échappent et le magnifique lac qui s'étale à ses pieds en font l'un des sites les plus spectaculaires du pays.

Installation à l'hôtel Arenal Lodge (ou similaire).



Dîner au village et nuit à l'hôtel.

Informations techniques :

Transfert : env. 3h15 de route

Hébergement: Arenal Lodge - <https://www.arenalodge.com/>

Repas : dîner

Boisson : aucune

A SAVOIR : REPAS, CUISINE LOCALE et GASTRONOMIE

La cuisine costaricienne repose sur des ingrédients frais et des produits locaux d'excellente qualité.

Nous privilégiions les lieux ou menus qui permettent de découvrir les légumes, viandes et autres poissons de nos tropiques que ce soit dans un restaurant populaire, familiale ou à la table de chefs qui revisitent les recettes locales.

Nous communiquons avec les restaurants pour que les boissons soient servies **sans pailles** ou au minimum avec des pailles en bambou ou recyclables.

JOUR 2 / DIMANCHE 06.12.2026 : DECOUVERTE DE ARENAL



Petit-déjeuner à l'hôtel.

Balade sur les ponts suspendus d'Arenal

Sur un parcours de quelques 3000 mètres, vous traverserez la forêt tropicale par des sentiers reliés entre eux par 8 ponts fixes et 6 ponts suspendus. Les sentiers ont été conçus pour être accessibles à tout le monde. Les ponts sont des structures métalliques de haute technologie offrant toute la sécurité nécessaire. Ils mesurent de 8 à 98 mètres de longueur et le plus haut d'entre eux s'élève à 45 mètres de hauteur. La succession de sentiers et de pont permet d'apprécier la flore de cette forêt tropicale humide d'une perspective différente, des racines à la canopée.

Déjeuner dans la réserve Mistico.

Promenade et visite du village de La Fortuna, l'occasion d'en apprendre plus sur ce célèbre village et son volcan ! **Temps libre** pour faire quelques achats ou profiter des installations de l'hôtel.

Soirée détente aux thermes

Dans un îlot de forêt tropicale préservé par les propriétaires des lieux, vous profitez des bienfaits des piscines et de la cascade d'eau chaude aménagées et parfaitement intégrées dans la nature. **Dîner sur place.**

Nuit à l'hôtel Arenal Lodge (ou similaire)

Informations techniques :

Hébergement: Arenal Lodge - <https://www.arenalodge.com/>

Repas : petit-déjeuner ; déjeuner ; dîner

Boisson : aucune

JOUR 3 / LUNDI 07.12.2026 : RENCONTRE PAYSANNE, COURS DE TORTILLAS ET BALADE NOCTURNE



Petit-déjeuner à l'hôtel.

Randonnée et observation des oiseaux sur les sentiers d'Arenal Oasis

Plongez dans le monde enchanteur de l'Oasis d'Arenal, au cœur de la luxuriante région du volcan Arenal au Costa Rica. Cette expérience d'observation des oiseaux vous invite à découvrir une biodiversité exceptionnelle, où plus de 400 espèces colorées — des trogons majestueux aux tangaras insaisissables — évoluent dans un cadre naturel préservé.

Visite d'une ferme écologique, trapiche tour et cours de tortillas

Rencontre avec la famille Gonzalez, un foyer d'agriculteurs engagés qui pratique l'agriculture biologique depuis plus de 40 ans. Sous la Troja, lieu traditionnel de vie et de discussion, vous apprendrez tout sur la canne à sucre et l'outil anciennement utilisé pour sa transformation : le trapiche, avant de **goûter toutes les saveurs de la canne à sucre : le fruit frais, son jus et son alcool, le guaro artisanal, favori des ticos**. En poursuivant la visite, vous traverserez des plantations de cultures de plantes et légumes conduites suivant un mode de production biologique durable et découvrirez certaines légendes emblématiques du Costa Rica. Le tout dans un cadre naturel enchanteur et accompagnés par les propriétaires de la ferme qui ne manqueront pas de vous faire **déguster le café produit sur la ferme** après avoir vous avoir accueillis pour un **cours d'initiation aux tortillas maison** !

Déjeuner traditionnel (exemple de menu : « olla de carne » ou « pot-au-feu » costaricien avec des légumes tropicaux : banane plantain, manioc, macabo, et viandes de bœuf) sur place, en cours d'excursion.

Promenade nocturne pour l'observation des grenouilles et des reptiles

Compte tenu de la nature ouverte de notre environnement, observer les espèces nocturnes est une expérience dynamique, fluctuant au rythme de la nuit. Votre chance, entrelacée avec l'imprévisible symphonie de la nature, joue un rôle dans le spectacle enchanteur qui vous attend.

De plus, l'Ecocentro Danaus est une réserve biologique et un centre d'écotourisme dont l'objectif est la protection d'une forêt secondaire régénérante, la promotion de la recherche dans le domaine des écosystèmes tropicaux, l'éducation environnementale, la préservation des espèces et la promotion des cultures locales. En visitant ses jardins, vous participez à toutes ces actions.

Dîner dans le village de la Fortuna et nuit à l'hôtel Arenal Lodge (ou similaire)

Informations techniques :

Hébergement : Arenal Lodge - <https://www.arenalodge.com/>

Repas : petit-déjeuner ; déjeuner ; dîner

Boisson : aucune

JOUR 4/ MARDI 08.12.2026 : DIRECTION CANO NEGRO



Petit-déjeuner à l'hôtel.

Randonnée à Mirador El Silencio

A quelques minutes de La Fortuna, cet endroit offre des sentiers naturels traversant des forêts primaires et d'anciennes coulées de lave. Le point culminant offre une vue spectaculaire sur le Volcan Arenal, imposant et silencieux. Entouré par la nature et loin de l'agitation touristique, c'est l'endroit idéal pour se reconnecter avec son environnement, observer les oiseaux, les papillons et profiter du véritable silence de la jungle.

Déjeuner en cours de route.

Continuation vers la région de Caño Negro, une réserve de marais et de canaux formée par le lac de Caño Negro et différentes rivières. C'est l'occasion d'une rencontre avec les crocodiles, les tortues et une infinie variété d'oiseaux.

Arrivée et installation au Natural Losge Cano Negro (ou similaire)

Dîner et nuit au lodge.

Informations techniques :

Transfert : env. 2h30 de route – +/- 110km

Hébergement: Natural Lodge Caño Negro - <https://www.canonegrolodge.com/>

Repas : petit-déjeuner ; déjeuner ; dîner

Boisson : pension complète

JOUR 5 ET JOUR 6 / MERCREDI ET JEUDI 09-10.12.2026 : SAFARI BATEAU AU REFUGE CAÑO NEGRO



Petit-déjeuner au lodge.

Tour en bateau au refuge Caño negro (3h00 de tour le jour 5 et 2h00 de tour le jour 6)

Le Refuge national de vie sauvage de Caño Negro couvre près de 10 000 ha et se compose d'un système lagunaire d'eau douce entouré de marais saisonniers et de nombreuses zones boisées. Le refuge fait partie d'un important réseau de zones humides qui s'étend de part et d'autre de la frontière avec le Nicaragua et constitue un refuge de biodiversité d'importance internationale.

Isolé et très sauvage, le site se prête tout particulièrement aux visiteurs amoureux de la Nature ou en quête de tranquillité.

Retour au lodge.

Déjeuner au lodge.

Après-midi pour respirer l'ambiance tranquille du lieu.

Dîner et nuit au lodge Cano Negro (ou similaire)

Informations techniques :

Hébergement: Natural Lodge Caño Negro - <https://www.canonegrolodge.com/>

Repas : petit-déjeuner ; déjeuner ; dîner

Boisson : pension complète

JOUR 7 / VENDREDI 11.12.2026 : ROUTE POUR TENORIO ET TOUR DE CACAO



Petit-déjeuner à l'hôtel.

Continuation vers la région de Tenorio

Déjeuner en cours de route.

Tour de cacao à la Finca la Amistad. Une expérience immersive dédiée à la découverte du chocolat artisanal. Les participants apprennent, de manière simple et traditionnelle, les différentes étapes de la transformation du cacao, depuis la fève jusqu'au produit final. L'activité inclut la possibilité de préparer son propre chocolat frais, en explorant les techniques et les saveurs locales.

Arrivée et installation au lodge Celeste Mountain (ou similaire)

Dîner et nuit à l'hôtel.

Informations techniques :

Transfert : env. 1h25 de route - +/- 50 km

Hébergement: Celeste Mountain Lodge - <https://celestemountainlodge.com/es/>

Repas : petit-déjeuner ; déjeuner, dîner

Boisson : aucune

JOUR 8 / SAMEDI 12.12.2026 : PARC NATIONAL TENORIO ET BALADE NOCTURNE



Petit-déjeuner au lodge.

Découverte du parc national du Volcan Tenorio (NB : +/- 3h00 de marche à un rythme modéré à soutenu – avec des séries d’escaliers sur un chemin forestier – prévoir des chaussures fermées pour la boue et les racines)

Bienvenue dans le monde aux allures féériques du Parc National du Volcan Tenorio ! Après avoir laissé les dernières fermes isolées de la communauté de Bijagua, on pénètre dans un monde de forêt humide pour une splendide balade le long du Rio Celeste, la « rivière bleue ». Son nom lui vient de sa couleur bleue laiteuse, liée aux réactions chimiques qui ont lieu dans ces eaux volcaniques chargées d’éléments minéraux. La promenade offre de magnifiques vues comme celle de la cascade, but ultime de la visite.

Déjeuner en cours de route.

Balade nocturne à Tenorio

La visite nocturne commence à 5h30 juste avant la nuit lorsque les créatures nocturnes commencent tout juste à se réveiller. Un moment vraiment actif. En plus de la lampe de poche, chaque personne peut aider le guide naturaliste à trouver les magnifiques animaux que nous avons comme insectes, grenouilles, araignées, tarantules, oiseaux, serpents et quelques mammifères. La visite nocturne est une excellente occasion de profiter la forêt dans la nuit avec tous les bruits magiques, de voir la lumière des lucioles et d'apprendre davantage sur la biodiversité animale de la forêt tropicale.

Dîner et nuit au lodge Celeste Mountain (ou similaire)

Informations techniques :

Hébergement: Celeste Mountain Lodge - <https://celestemountainlodge.com/es/>

Repas : petit-déjeuner ; déjeuner, dîner

Boisson : aucune

JOUR 9 / DIMANCHE 13.12.2026 : ROUTE VERS MONTEVERDE



Petit-déjeuner au lodge.

Réserve de la Vallée des Tapirs et faune de la forêt tropicale.

Observation du tapir dans la forêt tropicale – Une expérience authentique au cœur de la nature costaricienne, dédiée à la découverte du tapir de Baird (*Tapirus bairdii*), le plus grand mammifère d'Amérique centrale. Le Costa Rica abrite la population la plus importante de cette espèce menacée, ce qui en fait un lieu privilégié pour l'observer dans son environnement naturel.

Départ pour Monteverde, région réputée pour sa forêt de nuages, sa biodiversité exceptionnelle et ses paysages verdoyants.

Déjeuner en cours de route.

Arrivée et installation à l'hôtel.

Balade nocturne dans la Finca Lantana

Une occasion unique de découvrir la vie sauvage nocturne de la forêt nuageuse. Accompagnés par un guide, les visiteurs s'aventurent dans les sentiers du Corredor Biologique Finca Lantana avec une lampe de poche à la main, découvrant des espèces actives pendant la nuit comme des insectes, des grenouilles, des mammifères et plus encore. Une expérience immersive, idéale pour ceux qui veulent observer l'écosystème sous un autre angle.

Dîner et nuit à l'hôtel Ficus Sunset (ou similaire)

Informations techniques :

Transfert : env. 2h00 de route - +/- 105 km

Hébergement: Ficus Sunset Suites - <https://www.hotelficus.com/es>

Repas : petit-déjeuner ; déjeuner ; dîner

Boisson : aucune

JOUR 10 / LUNDI 14.12.2026 : FORET NUAGEUSE DE MONTEVERDE



Petit-déjeuner au lodge.

Découverte de la réserve Santa Elena

La Réserve biologique de Santa Elena, située au sommet de la cordillère de Tilarán, est enveloppée en permanence par la brume de la forêt de nuages de la versant caraïbe. Avec un taux d'humidité supérieur à 90 % toute l'année, elle abrite une biodiversité exceptionnelle, dominée par une végétation luxuriante d'épiphytes telles que les orchidées, broméliacées, fougères arborescentes, ficus et aguacatillos.

Déjeuner sur place.

Retour à l'hôtel. Après-midi libre pour se reposer ou réaliser une des activités en option.

Découverte des reptiles et amphibiens (env. CHF 28.- par personne)

Partez à la découverte du monde étonnant des reptiles et amphibiens du Parc Selvatura, au cœur du Costa Rica. Accompagné d'un guide passionné, observez de près serpents, lézards et grenouilles aux couleurs vives, dans des terrariums conçus pour reproduire fidèlement leur environnement naturel.

Admirez ces créatures intrigantes, apprenez à mieux les comprendre et laissez-vous surprendre par la richesse et la beauté de la biodiversité costaricienne.

OU

Visite du jardin de papillons du parc Selvatura (env. CHF 28.- par personne)

Découvrez l'un des plus grands et des plus beaux jardins de papillons d'Amérique, niché au cœur de la nature costaricienne. Le Jardin des Papillons du Parc Selvatura abrite plus de 30 espèces locales, évoluant librement dans un dôme spectaculaire où fleurs tropicales et lumière naturelle se mêlent harmonieusement.

Accompagné de guides passionnés, observez de près le cycle de vie des papillons, de la chrysalide à l'envol, et laissez-vous émerveiller par la beauté fragile de ces créatures essentielles à notre écosystème.

Dîner et nuit à l'hôtel Ficus Sunset (ou similaire)

Informations techniques :

Hébergement: Ficus Sunset Suites - <https://www.hotelficus.com/es>

Repas : petit-déjeuner ; déjeuner ; dîner

Boisson : aucune

JOUR 11 / MARDI 15.12.2026 : DIRECTION TARCOLES



Petit-déjeuner au lodge.

Départ pour Tarcoles.

Tour sur la rivière Tarcoles

Le tour sur la rivière Tarcoles est une expérience inoubliable qui vous emmène à travers l'estuaire de la rivière Tarcoles, l'un des écosystèmes les plus riches en biodiversité du Costa Rica. Lors de cette excursion, vous aurez la chance d'observer de près une multitude d'animaux fascinants, notamment d'impressionnantes crocodiles américains, certains mesurant jusqu'à 4 mètres de long. Vous pourrez également apercevoir des oiseaux emblématiques tels que l'aigrette blanche, le héron garde-bœufs et le martin-pêcheur. Les iguanes se prélassent souvent sur les rives ensoleillées de la rivière, ajoutant à la diversité de la faune. Ce voyage à travers l'estuaire de la rivière Tarcoles est une expérience éducative qui permet aux visiteurs de mieux comprendre la riche variété de la faune costaricaine tout en profitant du paysage spectaculaire de la forêt tropicale.

Déjeuner sur place

Continuation à l'hôtel.

Après-midi libre.

Dîner et nuit à l'hôtel Cerro Lodge (ou similaire)

Informations techniques :

Transfert : env. 2h00 de route + 95km

Hébergement: Cerro Lodge : <https://www.hotelcerrolodge.com/>

Repas : petit-déjeuner ; déjeuner ; dîner

Boisson : aucune

JOUR 12 / MERCREDI 16.12.2026 : DÉCOUVERTE DE CARARA



Petit-déjeuner à l'hôtel.

Visite du Parc National Carara

Le Parc National Carara, situé dans la région du Pacifique central du Costa Rica, est un écosystème unique en tant que zone de transition entre la forêt sèche et humide. Sa grande biodiversité en fait un paradis pour l'observation des oiseaux, des reptiles et des mammifères. Il se distingue par sa facilité d'accès, ses sentiers bien entretenus et en tant que l'un des meilleurs endroits pour voir des aras rouges en liberté.

Déjeuner en cours de route.

Après-midi libre pour se détendre à la piscine de l'hôtel ou pour observer les nombreuses espèces d'oiseaux qui fréquentent le lodge.

Dîner et nuit à l'hôtel Cerro Lodge (ou similaire)

Informations techniques :

Hébergement: Cerro Lodge : <https://www.hotelcerrolodge.com/>

Repas : petit-déjeuner ; déjeuner ; dîner

Boisson : aucune

JOUR 13 / JEUDI 17.12.2026 : DIRECTION SAN GERARDO DE DOTA



Petit-déjeuner à l'hôtel.

Isla Damas en bateau

Excursion en bateau sur l'estuaire de l'île de Damas. Naviguer à travers les merveilles de l'écosystème unique des mangroves du Costa Rica. Assurez-vous de garder les yeux grands ouverts pour pouvoir repérer les espèces d'oiseaux innombrables, reptiles, fourmilier... telle une Venise sauvage.

Continuation vers le nord par l'Interaméricaine, à travers la plus haute cordillère du pays et du Cerro de la Muerte. Traversée des rues et du marché de la petite ville de San Isidro.

Déjeuner en cours de route.

Au sud de San José, la vallée de Dota, entre la vallée centrale et la cordillère de Talamanca où se trouvent les plus hauts sommets du Costa Rica, semble perdue dans une épaisse végétation. C'est le royaume des oiseaux, parmi lesquels le légendaire quetzal resplendissant.

Arrivée et installation au lodge.

Balade sur les sentiers du lodge

Promenade sur les sentiers à la découverte de la forêt nuageuse de Dota et de la faune et flore qu'elle abrite.

Dîner et nuit au lodge Trogan (ou similaire)

Informations techniques :

Transfert : env. 3h30 de route - +/- 160km

Hébergement: Trogan Lodge—<https://www.trogonlodge.com/>

Repas : petit-déjeuner ; déjeuner ; dîner

Boisson : aucune

JOUR 14 / VENDREDI 18.12.2026 : RECHERCHE DU QUETZAL



Tour à la recherche du Quetzal

Le « Quetzal resplendissant » (*Pharomachrus mocinno*) habite les forêts des cordillères d'Amérique Centrale depuis des millénaires. Oiseau mythique parmi les populations indigènes, il est également symbole de liberté ce qui fait de sa quête un instant chargé de magie. Organisé à l'aube, à l'heure où la vie s'éveille, pour être à l'affût du chant et des vols des oiseaux. Dans les brumes matinales et la végétation très particulière des forêts nuageuses d'altitude, votre guide local saura dénicher les quetzals présents. Le quetzal nidifiant entre mars et juin, c'est durant ces 4 mois que son observation est la plus aisée car les jeunes parents deviennent plus sédentaires

Retour au lodge et petit-déjeuner au lodge.

Déjeuner au lodge.

Randonnée pour observer les oiseaux

San Gerardo de Dota est un véritable paradis pour les amoureux des oiseaux. Plus de 170 espèces y ont été recensées, dont des tangaras, colibris, trogons, pavas noires et le magnifique tucancillo vert.

Selon la saison et les conditions météorologiques, la sortie peut débuter directement depuis le lodge ou nécessiter un court trajet vers le point d'observation. Les excursions sont proposées le matin ou l'après-midi, selon vos préférences et la disponibilité des guides.

Dîner et nuit au lodge Trogan (ou similaire)

Informations techniques :

Hébergement: Trogan Lodge – <https://www.troganlodge.com/>

Repas : petit-déjeuner ; déjeuner ; dîner

Boisson : aucune

JOUR 15 / SAMEDI 19.12.2026 : DÉPART VERS L'EUROPE



Petit-déjeuner à l'hôtel.

Déjeuner libre.

Transfert à l'aéroport Juan Santamaria pour votre vol retour en compagnie de votre chauffeur (sans guide).

Vols Iberia ou KLM (les horaires des vols pour décembre 2026 seront publiés 10 à 11 mois avant le voyage)

Départ de San Jose avec escale à Madrid ou Amsterdam

Puis vols de Madrid ou Amsterdam pour Geneve

Informations techniques :

Transfert : env. 2h00 de route - +/- 75km

Repas : petit-déjeuner

Vol San José – Madrid 18h15 – 11h05 (arrive le lendemain)

JOUR 16 / DIMANCHE 20.12.2026 : ARRIVEE A GENEVE

Vol Madrid – Genève 15h50 – 17h50

FIN DE NOS SERVICES

Le déroulement de nos programmes est donné à titre indicatif. Ces programmes sont susceptibles de modifications en raison d'impératifs indépendants de notre volonté tels que rotations aériennes, horaires de ferry, horaires de bateau, jours de marché, état des routes... Cependant, les prestations prévues seront respectées.

LES PRIX ET CONDITIONS

LES PRIX ET CONDITIONS

Prix par personne en chambre double : **CHF 6315.-**
Supplément pour logement en chambre individuelle : **CHF 1365.-**

***** Nos prix incluent *****

- Guide francophone en accompagnement permanent durant le séjour du J1 au J15
- Le tour leader François Turrian
- Tous les hébergements indiqués ou similaires
- Tous les transferts privés indiqués en bus
- Repas selon indiqué au programme
- Les activités, visites et entrées des parcs mentionnés dans le programme sauf options
- 1 dégustation de café, de fruits, de produits tropicaux et de rhum
- Les vols internationaux et taxes d'aéroport

***** Nos prix n'incluent pas *****

- Les assurances annulations / bagages / rapatriement
- Les activités proposées en option
- Les boissons (*sauf celles indiquées dans le programme*)
- Le port de bagages
- Les dépenses personnelles
- Les pourboires guides et chauffeur
- Les assurances

Remarque :

Pour un logement en chambre triple, les logements au Costa Rica proposent des chambres avec 2 lits doubles, il n'est pas possible d'ajouter un 3^{ème} lit dans les chambres.