

COSTA RICA E PANAMÁ - PARQUES NACIONAIS E PRAIAS DO CARIBE

DURAÇÃO	DIFICULDADE	A PARTIR DE
13 dias / 12 noites	Leve (1/5)	US\$ 4.390,00

Viaje pelo interior da Costa Rica passando pelas praias do mar do caribe até o Panamá.

DIA A DIA

1º Dia - SAN JOSÉ :

Apresentação no aeroporto internacional com antecedência de 3 horas, munido dos documentos necessários para o embarque com destino à San José na Costa Rica, com escala e troca de aeronave. A viagem à Costa Rica varia de 7 a 9 horas dependendo das conexões aéreas. Recepção de boas vindas em San José, Costa Rica e traslado até o hotel. Restante do dia livre. A capital está localizada no meio do vale central do país, tornando-se assim um lugar estratégico para a realização de inúmeras atividades. Há também uma ampla oferta cultural como teatros, auditórios, museus, edifícios históricos e belos parques para visitar. Se preferir, você também poderá fazer compras em qualquer um dos centros comerciais e lojas de artesanato ou jantar fora em um dos muitos restaurantes da cidade, alguns deles com vistas deslumbrantes da cidade. Acomodação no hotel de sua escolha.

Pernoite em Hotel.

Alimentação não inclusa.

2º Dia - SAN JOSE / VULCÃO ARENAL :

Seguiremos em direção as planícies do norte até o impressionante vulcão Arenal, uma das maravilhas naturais do país por sua majestade. No caminho vamos apreciar várias plantações agrícolas, plantas ornamentais e fazendas de gado. Chegada na cidade de La Fortuna e dia livre. Recomenda-se visita à aldeia, local agradável de se caminhar e com uma variada oferta de restaurantes para almoço e jantar. Seu hotel está estrategicamente localizado para apreciar o vulcão. Acomodação no hotel de sua escolha. (Cerca de 3 horas de percurso).

Pernoite em Hotel.

Café da manhã incluso.

3º Dia - VULCÃO ARENAL / CAMINHADA AO PARQUE NACIONAL VULCÃO ARENAL:

Saída pela manhã para caminharmos no Parque Nacional do Vulcão Arenal, um caminho repleto de vegetação e mudanças de terreno dos antigos fluxos de lava do vulcão.

Depois caminharemos até a Cachoeira do Rio Fortuna, localizada em uma reserva biológica de floresta tropical úmida de transição pré-montana que faz parte do Parque Nacional Vulcão Arenal. O caminho tem 530 degraus,

com confortáveis áreas de descanso. Finalmente você pode tomar um banho refrescante nas águas cristalinas do rio Fortuna seguido de um almoço.

Pernoite em Hotel.

Café da manhã e almoço incluso.

4° Dia - VULCÃO ARENAL / TORTUGUERO:

Vamos sair muito cedo da manhã para a cidade de Guapiles onde você vai desfrutar de um delicioso café da manhã típico, então continuaremos o caminho para o píer. Vamos pegar uma embarcação e navegar pelos rios e canais, cerca de uma hora e meia para chegar ao nosso hotel. Após o almoço, visitaremos a cidade de Tortuguero. Jantar incluído. Acomodação no hotel de sua preferência. (Cerca de 6 horas de percurso).

Pernoite em Hotel.

Café da manhã e jantar incluso.

5° Dia - TORTUGUERO:

Faremos uma caminhada matinal guiada pelas trilhas privadas do hotel. Após o almoço, viajaremos de barco através dos canais do Parque Nacional Tortuguero. O Parque Nacional Tortuguero é famoso por ser habitat para sete espécies de tartarugas, grande diversidade de crustáceos e numerosas espécies de peixes de água doce. Também recomendamos o tour de desova da tartaruga noturna. Jantar incluído. Acomodação no hotel de sua escolha

Pernoite em Hotel.

Pensão completa.

6° Dia - TORTUGUERO / PUERTO VIEJO DE LIMON / CAHUITA:

Logo pela manhã iniciaremos o dia com um passeio de barco pelos estreitos canais para observarmos a exuberante fauna deste local. Navegaremos até a doca para continuar via terrestre para a cidade de Guápiles. Depois do almoço continuaremos a viagem por traslado regular para o sul do Caribe, Puerto Viejo e Cahuita. O contraste de culturas chamará muita atenção, já que estaremos no berço da cultura afro-caribenha da Costa Rica. Acomodação no hotel de sua escolha. (Cerca de 6 horas de percurso)

Pernoite em Hotel.

Café da manhã e almoço incluso.

7° Dia - PUERTO VIEJO DE LIMÓN / CAHUITA / CENTRO DE RESGATE EL JAGUAR:

De manhã, visitaremos um centro de resgate para animais feridos, doentes ou órfãos, onde eles recebem atendimento 24 horas, pois de outra forma não poderiam sobreviver na floresta tropical. Tarde livre para desfrutar das belas praias, cobertas de vegetação tropical e que permitem uma mistura de atividades de aventura e história que são definitivamente complementadas por cultura, gastronomia e música. Destacam-se os recifes de coral, as praias de areia multicolorida, a vegetação costeira e as florestas de média altura.

Pernoite em Hotel.

Café da manhã.

8° Dia - PUERTO VIEJO DE LIMÓN / BOCAS DEL TORO:

Hoje vamos embarcar em nossa aventura para o país vizinho, Panamá. Traslado para Sixaola, onde você cumprirá as formalidades de imigração para cruzar a fronteira com o Panamá e, posteriormente, seguirá em transfer para Almirante. Em Almirante, você embarcará em um barco que o levará a Bocas del Toro. O arquipélago de Bocas del Toro, fica a o oeste do Panamá com a Costa Rica e é composto por 9 ilhas e mais de 200 ilhotas, que oferecem uma grande diversidade de atrações e ambientes naturais difíceis de encontrar em outras regiões do nosso continente. Admire florestas densas e húmidas com abundantes flora e fauna, ilhas cheias de sol, praias que competem com os melhores do Caribe, recifes de corais vivos em águas totalmente transparentes, manguezais, comunidades indígenas e uma reserva da biosfera que protege exemplos de ecossistemas e recursos naturais existentes nas províncias de Bocas el Toro, como homenagem às gerações futuras. Alojamento no hotel de sua preferência.

Pernoite em Hotel.

Café da manhã.

9º Dia - BOCAS DEL TORO / NAVEGAÇÃO BAHIA DE LOS DELFINES E CAYO CORAL:

Saída de barco pelas águas cor de esmeralda em direção à Bahía de los Delfines para saudar os numerosos golfinhos que habitam a zona. Em seguida, você continuará viajando para Cayo Coral, onde a característica arquitetura local com telhados de colmo e os pilares de madeira fazem de Cayo Coral um lugar impressionante. Mais tarde, você visitará a bela praia com incríveis configurações de areia branca chamada Playa Rana Roja, cercada por extensa floresta tropical. Desfrute de um lanche durante o passeio.

Pernoite em Hotel.

Café da manhã e lanche incluso.

10º Dia - BOCAS DEL TORO / NAVEGAÇÃO BOCAS DEL DRAGO / PLAYA LA ESTRELLA:

Saída de barco para visitar a pitoresca e bela praia de Bocas del Drago localizada no lado oposto da Isla Colón, a aproximadamente 14-17 km de distância, ideal para mergulho com snorkel quando as condições do mar o permitem. Em seguida, você visitará um lugar mágico onde dezenas de estrelas do mar gigantes estão concentradas na Playa La Estrella, onde a natureza o surpreenderá e você viverá uma experiência única. Você também terá tempo livre para desfrutar de suas águas cristalinas. Desfrute de um lanche durante o passeio.

Pernoite em Hotel

Café da manhã e lanche incluso

11º Dia - BOCAS DEL TORO / CIDADE DO PANAMÁ :

Em horário combinado transfer de Bocas del Toro ao Aeroporto para embarque com destino à cidade do Panamá (aeroporto de Albrook). Chegada na Cidade do Panamá e transfer ao hotel.

Pernoite em Hotel.

Café da manhã incluso.

12º Dia - CIDADE DO PANAMÁ / CANAL DE PANAMA E CITY TOUR :

Neste dia você começará sua excursão com uma visita panorâmica da cidade moderna, continuando até o Edifício da Administração do Canal do Panamá, seguido pelas Eclusas de Miraflores com seu Centro de Visitantes. No caminho de volta à cidade, você fará uma parada na Callzada de Amador e visitará um centro de artesanato. Finalmente, você caminhará por parte da Cidade Velha passando pela Plaza Herrera, Igreja de San Jose (Altar de

Oro), El Arco Chato, Plaza Bolívar, Catedral, Edifício dos Correios.

Pernoite em Hotel.

Café da manhã incluso.

13° Dia - CIDADE DO PANAMÁ:

Transfer ao hotel para embarque com destino ao Brasil.

Pernoite não incluso.

Café da manhã incluso.

O QUE ESTÁ INCLUSO

Inclui:

- Traslado regular Aeroporto San Jose / Hotel;
- Traslado regular San Jose / Arenal
- Tour regular Caminhada Parque nacional Vulcão Arenal
- Tour regular Caminhada catarata Rio Fortuna com almoço incluso
- Traslado regular Arenal / Tortuguero
- Excursão regular passeio ao povoado de Tortuguero
- Excursão regular passeio de barco pelos canais de Tortuguero
- Entrada Parque Nacional Tortuguero
- Traslado regular Tortuguero / Puerto viejo de Limon
- Almoço em Guapiles
- Ticket entrada Centro de Resgate el Jaguar
- Traslado regular Puerto Viejo de Limon / Bocas del Toro
- Navegação por Bahia de Los delfine com visita a Cayo Coral e Playa Rana Roja
- Navegação a Bocadel Drago e Playa la Estrella
- Traslado regular Hotel Bocas del toro / Aeroporto3
- Voo interno regular desde Bocas del Toro / Aeroporto Albrook
- Traslado regular Aeroporto Albrook / Hotel Panamá
- Tour regular Canal do panama e City tour
- Traslado regular Hotel Panamá / Aeroporto
- Guias falando em espanhol
- Imposto da Costa Rica (IVA)
- 01 noite em Hotel em San José, com café da manhã;
- 02 noites em Hotel em Vulcão Arenal, com café da manhã;
- 02 noites em Hotel em Tortuguero, com pensão completa
- 02 noites em Hotel em Puerto Viejo de Limon, com café da manhã;

- 03 noites em Hotel em Bocas del toro, com café da manhã;
- 02 noites em Hotel em Panamá City, com café da manhã;
- Brinde exclusivo Pisa Trekking
- material ilustrativo do destino;
- Assistência 24 horas no Brasil por telefone.
- Seguro Viagem - Assist Card- Plano AC 60

Não Inclui:

- Parte aérea internacional;
- Gastos pessoais como telefonemas, lavanderia, entradas em boates, gorjetas etc.
- Taxas de embarque e taxas de aeroporto - obs.: a taxa de São Paulo deve ser paga no fechamento da viagem;
- Alimentação não mencionada no roteiro;
- Passeios Opcionais.
- Documentação de entrada ao país: Passaporte e comprovante Internacional de Vacina Febre Amarela (comprovante e passaporte devem ser providenciado pelos passageiros)
- IRRF(8,7%) referente a remessas ao exterior e IOF(3,5%);
- Imposto Aeroporto Bocas del Toro (cerca de US\$ 2 por pessoa)
- Taxas para entrada no Panamá (cerca de US\$ 15 por pessoa)

PONTOS DE INTERESSE

- Cruzar o interior da Costa Rica, passando por praias do caribe e terminando no Panamá;
- Observar a rica fauna do Parque Nacional de Tortuguero, habitat de sete espécies de tartarugas, grande diversidade de crustáceos e numerosas espécies de peixes de água doce;
- Conhecer o berço da cultura afro-caribenha da Costa Rica, a bela praia de Puerto Viejo de Limón.
- Ter dias livres para curtir o arquipélago de Bocas del Toro umas das mais belas regiões do Panamá.
- Caminhar pelas ruas do Panamá, descobrindo uma cidade moderna com muitos contrastes.

Saídas as sextas- feiras a partir de 2 pessoas

SOBRE A TRILHA

Seu roteiro será feito com um grupo local com cerca de 10 participantes de todas nacionalidades. Para passeios privativos consulte-nos.

O QUE LEVAR

- Protetor solar e repelente de insetos
- 04 Camisetas: algodão ou sintético leve, manga longa e curta
- 02 Calças: calças leves de algodão ou sintético que secam rapidamente (jeans não recomendado)

- 01 bota impermeável e leve para caminhada, sandálias tipo papete, tênis
- 01 Tênis: Se você não está trazendo botas de caminhada, certifique-se de trazer DOIS pares de tênis. Assim que um par fica molhado. Faça todos os esforços para manter o outro par seco!
- 06 Meias – traga um par de meias próprias para caminhada
- 01 Capa de chuva: anorake
- 01 Chapéu(s) com viseira para proteção contra chuva e sol
- 01 Garrafa de água reutilizável para passeios.
- Sacos de plástico para armazenar itens molhados.
- Óculos de sol e medicamentos adicionais (se aplicável)
- Mochila pequena ou pochete para caminhadas
- 01 toalha de banho de secagem rápida para os passeios e para a praia
- Roupas de banho (biquini, sunga, shorts, maiô)
- Dica: Se você estiver viajando para Tortuguero durante a época de nidificação das tartarugas (junho a setembro) e pretende fazer este passeio traga calças e camisa escuras e sapatos fechados.

OPCIONAIS:

- Aparelhos eletrônicos (fotográficos, filmagem, música), tripé, cartões de memória e baterias extras, carregadores com adaptadores para tomadas, livros.

INFORMAÇÕES IMPORTANTES

Costa Rica está a menos três horas (- 3 horas) do horário de Brasília. E o aéreo pode durar uma média de 8 a 10 horas de voo.

A Moeda é o colon, porém o dólar é muito bem aceito em todo o país.

Os passeios são feitos com guias locais com guia em espanhol.

Hotalaria: A localização de seus hotéis na Costa Rica serão em sua maioria afastados dos vilarejos e dos grandes centros, já que esses hotéis contam com grandes jardins ou espaços mais naturais e com qualidade superior. Os hotéis centricos são em sua maioria pousadas e hostais aos quais não atendemos nosso padrão de qualidade e com os quais não trabalhamos.

Clima: A Costa Rica é um local com temperaturas elevadas, ou seja é calor quase o ano todo, exceto em áreas de altitude. As estações podem ser divididas em duas: a Dry Season (estação seca), que ocorre entre Dezembro a Abril, e a Green Season (estação das chuvas), que ocorre entre Maio e Novembro. Os meses de maior concentração de chuva são Outubro e Setembro. A data mais indicada para se conhecer a Costa Rica é durante a dry season. Aos que optarem por viajar na época de chuvas, para locação de veículos é indicado que se alugue um 4x4.

LEMBRE-SE - Para viajar para Costa Rica, devido a acordos internacionais: BRASILEIROS - devem apresentar passaporte (não são aceitas carteiras profissionais OAB, CREA, etc). Brasileiros estão isentos de visto de entrada para viagens a turismo (o cidadão brasileiro deve estar munido de um passaporte com validade de pelo menos seis meses posteriores à data de entrada na Costa Rica), bilhete aéreo com o retorno ao Brasil e certificado

internacional de vacina febre amarela

VACINAS: Para entrar na Costa Rica todos os viajantes deverão ser vacinados contra a febre-amarela com pelo menos dez dias de antecedência à viagem.

A vacina deve ser tomada nos postos de saúde de sua cidade com 10 dias de antecedência à data de embarque e será emitido certificado nacional. É obrigatória a apresentação do certificado internacional de vacina amarela. Recomendamos que seja feito contato com os postos de atendimento ao viajante da ANVISA localizados nos aeroportos ou através do site <https://www.gov.br/pt-br/servicos/obter-o-certificado-internacional-de-vacinacao-e-profilaxia>

Para maiores informações sobre a sua viagem e para obter informações mais atualizadas sobre o assunto favor consultar: Embaixada Costa Rica: (61) 3328-2219

Não nos responsabilizamos pela emissão de documentos necessários para sua entrada na Costa Rica. Devem ser providenciados pelo próprio passageiro.

Pisa Trekking — Trekking e Aventuras pelo Brasil e o Mundo · pisa.tur.br

Este documento é um resumo do roteiro **cód. 1533**, emitido em 21/09/2026 às 17:13. Valores, datas e condições podem ter mudado desde a emissão — a versão vigente está sempre em <https://pre-prod.pisa.tur.br/pacote/costa-rica-e-panama-natureza-e-praias>.

Confirme com a Pisa Trekking antes de fechar a viagem.