



Jungle volcanique et côte Pacifique

COSTA RICA

Randonnez à cheval au Costa Rica, ce petit paradis d'Amérique Centrale, niché entre la mer des Caraïbes et l'océan Pacifique, est une destination pour les amoureux d'éco-tourisme et de slow life. Ce pays déborde de vie, la gentillesse et la chaleur des Ticos n'ont d'égales que l'extraordinaire richesse de la nature qu'ils habitent. Cette **randonnée équestre au Costa Rica** vous permet de découvrir deux régions très différents du Costa Rica, le centre volcanique et agricole, au pied du majestueux volcan Turrialba et les plages sauvages du Pacifique.

Randonnée Équestre	 10 jours (7 à cheval)	 À partir de 3 320 €		Ouvert aux non cavaliers
---------------------------	--	--	---	--------------------------



ITINÉRAIRE

Les points forts

- Une **exclusivité Cheval d'Aventure**
- Accompagnement francophone
- Découverte de la biodiversité exceptionnelle du pays : montagne, volcans, forêt tropicale, et plages
- L'hébergement insolite en eco-decks complètement ouverts sur la nature lors de la première partie du séjour
- La beauté sauvage des plages du Pacifique, propices aux beaux galops
- Expérience de monte en licol en parfaite sécurité
- Découverte de la race nationale "Costaricienne de paso", rustique mais dynamique

Jour 1 — EUROPE - SAN JOSE

Départ d'une ville d'Europe et vol pour San Jose.

Accueil à l'aéroport par notre équipe sur place. Transfert vers votre hôtel pour le dîner et la nuit.

Vols non inclus dans nos tarifs. Nous pouvons nous en occuper sur simple demande. Contactez-nous.

Prévoir une arrivée maximum à 18h si vous prenez par vous-même votre vol.


Jour 2 — SAN JOSE - TURRIALBA - 3h à cheval

 Maison d'hôte

Après votre petit déjeuner matinal, départ pour rejoindre l'hacienda (2h30 de route). Accueil et présentation de l'équipe, puis installation dans vos eco-decks, ouverts sur la nature, avec une vue imprenable sur la vallée et le volcan Turrialba. Un lieu parfait pour déconnecter


Après le déjeuner face à la carrière en herbe, votre guide vous attribue un cheval. Mise en selle dans la carrière de manière à évaluer votre affinité avec votre monture, avant de découvrir à cheval la propriété de plus de 350 hectares à travers les champs de canne à sucre, des cultures de café, bananiers... Après les premiers petits galops, vous profitez d'une pause sous l'imposant Ceiba, arbre centenaire considéré "sacré" par les Mayas. Découverte de la flore et faune des environs : eucalyptus arc-en-ciel, grand papillon Morpho bleu, oiseaux Tangara aux plumes rouge vif et le fameux "Oropendola", reconnaissable à sa queue jaune et à son chant intrigant !
Soirée conviviale autour d'un barbecue (viande et légume à la parilla).

Jour 3 — TURRIALBA - 5h à cheval

 Maison d'hôte

La randonnée d'aujourd'hui vous mène à travers la forêt tropicale. Des collines couvertes des immenses arbres Espavel vous rejoignez les prairies où paissent les troupeaux (vous êtes dans une hacienda d'élevage)...
Déjeuner au bord de la rivière Reventazon où la baignade est possible. La chevauchée se poursuit l'après midi, avec quelques galops techniques à travers les plantations, avant de rejoindre une cascade. Retour à l'écurie pour les soins des chevaux. Dîner dans un restaurant très apprécié des "ticos".

Jour 4 — TURRIALBA - RIO PACUARE ou SILENCIO - 2h à 5h à cheval

 Maison d'hôte

Le programme de ce matin est au choix:

- Rafting sur le Rio Pacuare, un must mondialement connu, parfait pour les amateurs de sensations fortes. Déjeuner au bord de l'eau.

ou

- Balade à cheval d'environ 3 h avec de superbes points de vue sur le lac Angostura. Vous traversez différents petits villages puis vous vous arrêtez pour le déjeuner dans un restaurant typique plein de convivialité.

L'après midi, vous repartez à cheval, visite d'une finca productrice de café afin de découvrir les différentes étapes de sa fabrication. Retour vers les écuries en fin de journée. Dîner à l'hacienda.

Jour 5 — PAVONES- GUIONES - PLAYA GARZA - 2h à cheval

Petit déjeuner matinal à l'hacienda puis départ pour 7 heures de route à travers le Costa Rica jusqu'au Pacifique.

Déjeuner surprise en route, et arrivée au village de Guiones en milieu d'après midi. Installation rapide à l'hôtel, où votre nouveau cheval vous attend, prêt à de belles galopades sur la plage toute proche. Une merveilleuse introduction à la nature protégée de la région de la Guanacaste. Dîner à l'hôtel.

Jour 6 — GUIONES - PLAYA PELADA - OSTIONAL - 5h à cheval

Ce matin, vous chevauchez, depuis Guiones, le long de la côte en passant par les belles plages de la péninsule de Nosara, propices aux galops. Puis une belle traversée de plantation de café, de rivières et de forêts pluviales vous amène sur une hauteur offrant une vue à couper le souffle sur l'Océan Pacifique. Cette belle matinée se termine par la dégustation d'un "ceviche" bien frais. Retour à l'hôtel en voiture (30 mins). Temps libre avant le dîner du soir dans un restaurant du village.

Jour 7 — GUIONES - PLAYA OSTIONAL - 5h à cheval

Aujourd'hui l'immersion locale est plus intense. Vos hôtes vous font découvrir les histoires et l'univers de la région de Guanacaste: pâturages de bovin de race locale Brahman, rivières, projets de reforestation de l'arbre national "Guanacast"e. Entre mer et forêts ombragées, peuplées de koatis, singes hurleurs, oiseaux et papillons, vous poursuivez la randonnée avec de belles vues sur l'océan... Déjeuner dans une "Cantina"

Après avoir relâché les chevaux, vous rentrez à l'hôtel pour se préparer à une soirée inoubliable face à l'océan ! Enchantement garanti !

Jour 8 — GUIONES - SAN JOSE

Profitez de votre matinée comme bon vous semble: prélasser vous sur la plage ou faites vos derniers achats souvenirs au village.

Déjeuner en bord de plage. Puis transfert en début d'après midi vers San José. Environ 4h30 de route. Dîner dans le restaurant gastronomique de votre hôtel.

Jour 9 — SAN JOSE - EUROPE

Après votre petit déjeuner, transfert vers l'aéroport selon vos horaires de vols retour pour l'Europe.

Nuit en vol.

Jour 10 — EUROPE

Arrivée en Europe.

DATES & PRIX

DÉPART	RETOUR	PRIX HORS VOL	PRIX VOL INCLUS	STATUT
04/09/2020	13/09/2020	3 320 €		Ouvert
11/09/2020	20/09/2020	3 320 €		Ouvert
18/09/2020	27/09/2020	3 320 €		Ouvert
25/09/2020	04/10/2020	3 320 €		Ouvert
02/10/2020	11/10/2020	3 320 €		Ouvert
09/10/2020	18/10/2020	3 320 €		Ouvert
16/10/2020	25/10/2020	3 320 €		Ouvert
23/10/2020	01/11/2020	3 320 €		Ouvert
30/10/2020	08/11/2020	3 320 €		Ouvert
06/11/2020	15/11/2020	3 320 €		Ouvert
13/11/2020	22/11/2020	3 320 €		Ouvert
20/11/2020	29/11/2020	3 320 €		Ouvert
27/11/2020	06/12/2020	3 320 €		Ouvert
04/12/2020	13/12/2020	3 320 €		Ouvert
11/12/2020	20/12/2020	3 320 €		Ouvert
18/12/2020	27/12/2020	3 320 €		Ouvert
25/12/2020	03/01/2021	3 320 €		Ouvert

Remarques sur nos prix

- Les tarifs ci-dessus correspondent au tarif HORS AÉRIEN par adulte en chambre double standard. Nous pouvons réserver vos vols sur simple demande. Nous consulter.
- Les dates ci-dessus sont données à titre indicatif. Les départs sont possibles toute l'année en fonction des disponibilités et de vos souhaits.
- Le groupe est composé de 2 à 6 cavaliers internationaux. L'accompagnement est francophone.
- **IMPORTANT** : Les départs peuvent également être assurés à partir de 1 cavalier moyennant un supplément de 750 €. Il vous sera remboursé si nous trouvons d'autres cavaliers pour compléter le voyage.
- Si vous vous inscrivez seul(e) et que nous n'avons pas d'autres cavaliers susceptibles de partager votre hébergement, un supplément chambre individuelle de 270 €. Il vous sera facturé à l'inscription. Ce supplément vous sera remboursé à condition que vous soyez disposé à partager votre hébergement et que nous trouvions un autre cavalier de même sexe pour ce partage.
- Les enfants, accompagnés d'un adulte, sont les bienvenus à partir de 15 ans - à condition d'avoir le niveau équestre requis.
- Cette randonnée n'est pas accessible aux cavaliers de plus de 95 kg. Au delà de 95 kg, nous consulter.
- Au retour, en partant par l'aéroport international, une taxe de 27 USD par personne est exigée (payable par carte, en \$US ou en monnaie locale)

AVERTISSEMENT

Le parcours peut être modifié pour des raisons de sécurité, de météorologie ou d'imprévu. Des événements indépendants de notre volonté peuvent modifier les parcours : routes coupées, fleuves en crue, sécheresse, grèves, fêtes locales... Cheval d'Aventure, ses partenaires, ses accompagnateurs, ainsi

que ses guides locaux mettront toujours tout en œuvre pour apporter la meilleure solution, même en modifiant le parcours.
Les noms des hébergements sont donnés à titre d'information. En fonction des disponibilités, ils pourront être modifiés et remplacés sans préavis par un autre hébergement de même catégorie.

Notre prix comprend

ACCOMPAGNEMENT

Accompagnement par un guide équestre local francophone

EQUIPE LOGISTIQUE

1 à 2 cuisiniers

1 chauffeur pour tout le séjour et véhicule d'assistance

1 cheval équipé par cavalier

TRANSPORTS INTÉRIEURS

Tous les transferts terrestres compris dans le programme

MODE D'HÉBERGEMENT

2 nuits en hôtels à San José

3 nuits en hôtel à Samara

3 nuits en éco-lodges Deck

Pension complète à partir du diner du J1. Boissons non alcoolisées incluses.

MATÉRIEL DIVERS

Sacoches de selle pour chaque cheval

Pharmacie collective

Notre prix ne comprend pas

Assurance Annulation Interruption et Rapatriement : 3,8% du prix de votre voyage.

Assurance Annulation Interruption : 2,8% du prix de votre voyage.

Assurance complémentaire carte bancaire : 2,1% du prix de votre voyage.

Frais d'inscription obligatoires par personne : 15€ par dossier.

REPAS

Boissons et extras personnels

Repas non mentionnés au programme

HÉBERGEMENT

Logement chambre individuelle pour toute personne seule.

TRANSPORTS

Les vols internationaux aller et retour Paris - San José

DIVERS

Pourboires aux équipes locales (à votre discrétion)

Supplément de petit groupe.

En option

DIVERS

Logement chambre individuelle.

Cavalerie

Chevaux sont de race ibéro-américaine : étalon andalou

et juments criollos. Utilisés pour le travail des troupeaux en terrain accidenté, ils ont le pied sûr, sont endurants et dociles. Ils sont habitués au “bosal “ (pas d’embouchure) et répondent à la rêne d’appui. Selles locales, confortables, légères et parfaitement adaptées à la randonnée. Monte en licol, les chevaux étant dressé en éthologie.

Des chevaux très divers, certains de caractères et sensibles quand d'autres moins réactifs et très Pura vida.... Du coup un très large spectre qui permet de s'adapter aux envies et niveaux de tous les cavaliers... Concernant l'Hacienda, les plus jeunes chevaux actuellement montés sont nés sur la propriété, avec un débouillage doux... des animaux toujours tranquilles et confiants, ce qui n'exclut pas de la réactivité pour certains ! Chevaux avec très bonne condition cardio.

Dans les deux cas (Guanacaste ou Turrialba), les chevaux vivent en extérieur, en grand groupe et sur de grandes étendues. Une horde... avec sa hiérarchie et sa vie sociale riche... et d'autant plus grande que chaque année quelques poulains s'ajoutent....

Niveau équestre & forme physique

MINIMUM TECHNIQUE REQUIS

A l'aise aux trois allures en extérieur (trot enlevé, galop en équilibre) et en terrain accidenté. Les cavaliers débutants ne sont pas acceptés. Poids maximum de 95 kg et âge minimum de 15 ans accompagné.

ALLURES

L'allure de base est le pas, quelques trots et de bons galops sont prévus tous les jours.

AUTONOMIE ET PARTICIPATION

Une participation aux soins des chevaux est possible en fonction des envies de chacun pendant la randonnée : brosser, selle, baigner.... Cela vous permettre de créer un lien avec votre cheval et de profiter au maximum des moments passés avec lui ainsi que l'équipe.

NIVEAU ET EXPÉRIENCE REQUISE

Bonne condition physique requise. Peu de marche à pied, cheval en main, car les chevaux passent partout. Il faut être prêt à des changements de température important en fonction de l'altitude et de la météo Vraiment important !! prendre une polaire pour le soir à Turrialba, surtout avec le coup de fatigue du soir des premiers jours.... et le maillot de bain pour le Guanacaste...surtout pour le dernier jour où vous vous baignez dans les rivières que nous remontons à cheval... Là bien sur où il n'y a pas de crocodile !

EQUIPEMENT EQUESTRE

Sellerie anglaise et selles western disponibles. Sacoques fournies.

Casque ou bombe fortement conseillé. Pour des raisons de sécurité et d'hygiène, munissez vous de votre matériel.

INFOS PRATIQUES

CONFORT

- 2 nuits à l'hôtel à San José
- 3 nuits en Eco lodge deck à Turrialba (pas d'électricité)
- 3 nuits à l'hôtel à Giones

REPAS

Pension complète pendant la randonnée.

Les repas sont variés et à base de produits locaux. Les déjeuners sont sous forme de repas froids. Si vous êtes végétariens ou avez un autre régime alimentaire, n'hésitez pas à nous en faire part, nous nous adaptons aux habitudes alimentaires de chacun.

CLIMAT

La randonnée étant sur deux endroits différents du pays, le climat varie entre les deux.

Turrialba a une température moyenne de 22,5° , les précipitations sont plus élevées en été (saison inversée par rapport à l'Europe).

Côte Pacifique : sa temperature moyenne est de 28° , les précipitations sont également plus élevés en été.

Vous apprécierez au mieux cette randonnée entre novembre et avril.

GUIDE EQUIPE LOCALE

Equipe locale avec guide francophone.

TIPS

Il est toujours bien perçu de donner des pourboires quand vous êtes satisfaits du service auprès des guides locaux. Que ceux ci restent tout de même en adéquation avec le niveau du pays.

LISTE EQUIPEMENT

Tête

- Un casque d'équitation : il est OBLIGATOIRE. Pour des raisons de sécurité et d'hygiène, munissez vous de votre matériel. Les fabricants (GPA, HKM, LAS Helmets, Lamicell, Troxel, Equithème...) proposent aujourd'hui des casques d'équitation ventilés, solides et légers, agréables sous toutes les latitudes. Il existe également des coques de protection à mettre sous votre chapeau (Ranch & Rider, Lexington Safety Products) ou des chapeaux casques western (Troxel).
- Casquette ou chapeau pour le soleil (indispensable)
- Un bandana, une écharpe ou foulard ou chèche pour protéger le cou ou le visage de la poussière et du soleil
- Une paire de lunettes de soleil haute protection et de quoi les attacher

Buste

- Chemises à manches longues (pour protection contre le soleil et les plantes urticantes) qui peuvent se retrousser au besoin.
- Tee-shirts en coton ou T-shirt en matières techniques à séchage rapide.
- 1 veste légère imperméable ou un Kway pour pluie éventuelle.
- Il peut faire frais le soir, prévoir un pull ou fourrure polaire.

Jambes

- 1 culotte d'équitation ou longues chaps en cuir + un jean qui la meilleure protection contre les plantes urticantes lors des journées en forêt.
- 2 pantalons de rechange léger
- 1 maillot de bain indispensable
- Sous-vêtements en coton ou en synthétique non irritant

Pieds et Mains

- 1 paire de chaussures de marche légères avec chaps ou boots avec des mini-chaps spécifique pour l'équitation
- 1 paire de sandales
- 1 paire de baskets ou chaussures légères équivalentes pour le soir;
- Plusieurs paires de chaussettes
- 1 paire de gants pour se protéger du soleil et des frottements

Petits trucs à cheval

- Crème apaisante bien utile aux recoins de votre intimité irrités par de longues heures à cheval.
- Rien sur le dos, tout dans votre veste ou une banane ventrale: stick à lèvres, crème solaire, passeport, petit appareil photo ou mini caméra (étanche), cordelettes, lunettes... plus accessible que les fontes.
- Petit sac à dos très ajusté pour serviette de baignade et change (rien de dur qui pourrait vous blesser en cas de chute).

Pharmacie : une pharmacie de première urgence est prévue.

Par précaution, indiquez vos allergies aux médicaments dans votre pharmacie.

- Médicaments personnels
- Aspirine ou doliprane
- Anti diarrhéiques
- Crème solaire à forte protection pour les lèvres et la peau
- Collyre
- Crème hydratante après soleil
- Une boîte de pansements adhésifs
- Pochettes de désinfectants prêtes à l'emploi
- Une crème et un spray anti moustique
- Des Compeed pour les ampoules.

Informations générales

- La compagnie aérienne autorise un seul sac en soute par passager. Prenez garde à ne pas dépasser 20kg, car vous pourriez avoir à régler à l'enregistrement les kg excédentaires.

- Les bagages cabines sont limités à 7 kg (dimensions maximales de 56 cm x 45 cm x 25 cm), ils ne doivent contenir aucun objet coupant (couteau, ciseaux, lime, coupe-ongles, etc.) et la quantité de liquide autorisée par passager est limitée à 100 ml par contenant. Il est recommandé en revanche d'y mettre appareil de photos, lunettes, médicaments et autres objets dont on ne pourrait se passer en cas de perte (momentanée) du bagage.

- En cas de perte de vos papiers, nous vous conseillons de ranger une copie de votre passeport dans un endroit différent des originaux.

- Prenez de quoi rassembler vos déchets toxiques (piles, aérosols, batteries, tubes de pommade, ...) afin de les ramener en France où le tri est bien fait et efficace. Un conseil : évitez au maximum d'emmener les emballages du matériel ou équipement que vous auriez acheté avant de partir... Toujours cela en moins à ramener en France.

VISA & SANTÉ

Formalités

Les ressortissants français n'ont pas besoin de visa pour un séjour inférieur à 90 jours. Ils doivent cependant présenter un passeport en bon état, avec une validité minimale d'un jour au-delà de la date prévue de sortie du Costa Rica.

Les voyageurs doivent disposer d'un billet aller/retour ou d'un billet vers une autre destination.

CONSEILS POUR L'OBTENTION DU VISA

Les informations mentionnées ne sont qu'indicatives pour les ressortissants Français. Elles peuvent être sujettes à modification sans préavis de la part des autorités concernées. Il est donc prudent de les vérifier auprès du consulat systématiquement avant d'entrer sur le territoire.

ADRESSES DES CONSULATS

- En Curridabat Del Indoor Club
Curridabat
1000 San José
Tél. : +506 22 34 41 67
Fax : +506 22 34 41 95
- Ambassade en France
4, square rapp
75007 Paris
Tél. : 01 45 78 96 96
Fax : 01 45 78 99 66
embcr-fr@rree.go.cr
- Ambassade du Costa Rica
Marktgasse 51
3011 Berne
Tél. : 031/372 78 87
Fax : 031/372 78 34
costa.rica@bluewin.ch
- Ambassade du Costa Rica
Avenue Louise, 489
1050 Bruxelles
Tél. : +32 2 640 5541
Fax : +32 2 648 3192
info@costaricaembassy.be

Santé

Recommandations sanitaires:

Avant votre départ, nous vous conseillons de consulter votre médecin, qui seul pourra vous fournir des indications fiables sur votre état de santé général, et qui fera un point sur vos vaccinations habituelles ainsi que sur les vaccinations recommandées pour votre destination.

Sur les sites suivants, vous trouverez des conseils à suivre avant votre départ :

O.M.S - <http://www.who.int/fr/>

Institut de veille sanitaire - <http://www.invs.sante.fr/>

Institut Pasteur - <http://www.pasteur.fr>

La majorité des hôpitaux ont un service pour les maladies infectieuses et tropicales. Pour plus d'informations, veuillez consulter celui le plus proche de chez vous.

La responsabilité de CHEVAL D'AVENTURE ne saurait être engagée dans le cas où vous devriez rentrer en France à cause du non respect de ces obligations personnelles de santé.

Pour ce pays :

Aucun vaccin n'est obligatoire mais certains sont recommandés : Assurez-vous d'être à jour dans vos vaccinations notamment contre la fièvre typhoïde.

La vaccination contre la fièvre jaune, sans être obligatoire, est conseillée. Le vaccin doit être fait au moins 10 jours avant le départ pour une première vaccination, il prend effet immédiatement en cas de revaccination. Un certificat de vaccination contre la fièvre jaune est exigé par les autorités, uniquement des voyageurs en provenance d'une zone infectée (Pays d'amérique du sud ou d'afrique. Consultez la liste des pays sur le site de l'institut pasteur)

Le paludisme est en voie d'éradication complète du pays. Adressez-vous à votre médecin traitant.

Le chikungunya est présent au Costa Rica depuis 2014. Il n'existe pas de traitement préventif mais assurez-vous de vous protéger correctement des moustiques en portant des vêtements couvrants et en utilisant des répulsifs.

Assurance

CHEVAL D'AVENTURE vous propose une assurance ASSISTANCE RAPATRIEMENT et ANNULATION que nous vous conseillons de souscrire. En cas d'incident au cours du voyage, les accompagnateurs connaissent bien les processus de rapatriement ou d'assistance et leur mise en jeu est ainsi largement facilitée.

Si vous ne souscrivez pas l'assurance ASSISTANCE RAPATRIEMENT, nous vous demanderons de signer une décharge de responsabilité et de vérifier que vous êtes assurés par ailleurs.

Vérifiez les garanties souscrites et les processus de déclenchement, et emportez avec vous le NUMERO DE TELEPHONE d'URGENCE de votre assurance.

Enfin, faire une liste chiffrée du contenu de votre sac peut également être une bonne précaution en cas de destruction ou de perte de celui-ci !