



Parque Nacional
BRAULIO CARRILLO

TORTUGUERO

SARAPIQUÍ

LIMÓN

MAR
CARIBE

CAHUITA

PUERTO VIEJO

TALAMANCA
CHOCOTUR

Ruta 03

Parque Nacional Braulio Carrillo

Denso y diverso sitio, localizado en una de las zonas con la topografía más irregular del país. Está compuesto por dos volcanes (Barva y Cacho Negro), tupidos bosques, cañones, ríos, quebradas e incluso hermosas cataratas escondidas, exploradas por los turistas más aventureros y guías expertos. Hay 2 sectores que se pueden visitar: el Puesto Quebrada González, que ofrece 3 senderos con miradores y la zona del volcán Barva, con hermosas vistas.

Estación Biológica La Selva.

Ubicado en la hermosa zona de Sarapiquí, este centro neotropical de investigación entrelaza el hermoso bosque con más de 50 kilómetros en senderos, la mayoría de fácil acceso para los turistas. En el camino abundan los enormes árboles, múltiples especies de aves y mamíferos, como monos y saínos. En este destino, la Red Costarricense de Turismo Accesible opera un sendero universal; se puede hacer senderismo con la silla de ruedas Joelette (asistido) y safari river float.

¡No permitamos que se extinga!

El jaguar es uno de los habitantes más importantes de Costa Rica, ya que juega un papel ecológico esencial como depredador tope, regulando la diversidad, las poblaciones y el comportamiento de sus presas y otros carnívoros, como pumas y coyotes. Es el felino más grande del continente americano y el tercer felino más grande del mundo. Además, tiene los músculos mandibulares más fuertes de los felinos.

El Parque Nacional Tortuguero

Los largos canales conectan al turista con una zona privilegiada en el Caribe. Entre la selva o en los manglares se esconden cocodrilos, perezosos, tortugas y una biodiversidad intensa. Aún virgen, Tortuguero está dedicado a la conservación de las tortugas marinas y los humedales. La Red Costarricense de Turismo Accesible tiene un bote adaptado para personas con discapacidad, ofrece habitaciones adaptadas y una silla anfibia para visitar la playa y disfrutar del nacimiento de las tortugas.

Rainforest Adventures

¿Una aventura en medio del bosque? Colindante con el Parque Nacional Braulio Carrillo, este destino cuenta con senderos pavimentados accesibles y un increíble teleférico para apreciar desde las alturas el entorno salvaje y los árboles robustos de la zona. El teleférico también brinda el servicio a personas con discapacidad.

¿Haces turismo responsable?

Investiga más sobre el lugar de tu visita, sus costumbres y normas locales. Muestra respeto y valora las costumbres locales. Prioriza el consumo y compra de productos de fabricación local. Evita adquirir productos que estén elaborados con plantas o animales en riesgo. Procura utilizar servicios que estén certificados como sostenibles.

El significado de 'jaguar', una historia mística

El nombre jaguar deriva de la palabra indígena de Sur América "yaguar" que significa "el que mata con un salto". Los jaguares son figuras céntricas en la cosmogonía y creencias de muchos pueblos indígenas. Algunos jaguares presentan una mutación genética llamada melanismo o exceso de producción de melanina en la piel y le da color negro a su pelaje. A estos jaguares negros los llaman "panteras".

Comida Típica

Con sabores intensos y únicos, la gastronomía de Limón es totalmente distinta a la del resto de Costa Rica. Con muchos productos a base de coco, el Caribe ofrece recetas peculiares y autóctonas.



El festival del día de la persona negra y la cultura afrocostarricense en Limón

está lleno de color, gastronomía, música, arte y cultura. El evento se lleva a cabo el 31 de agosto de cada año, e incluye exposición de arte, comidas, juegos tradicionales, conciertos de música caribeña, charlas educativas, actividades en honor a personas importantes de la zona, celebraciones religiosas de acción de gracias y, sobre todo, la oportunidad de crear una sinergia con la rica y diversa cultura limonense.

Experiencia de chocolate en Talamanca

Conoce a fondo la cultura indígena de la tribu bribri y, al mismo tiempo, aprende a elaborar chocolate artesanal. En una experiencia cultural inolvidable, tendrás la oportunidad de descubrir las tradiciones más comunes de estos pueblos indígenas y su manera de vivir en armonía con la naturaleza en las montañas de Talamanca. Además de estudiar las propiedades del cacao y sus beneficios.

No te buscará ni debes buscarlo.

Un jaguar no buscará enfrentarse con un ser humano y los encuentros se dan porque el jaguar no se percata de su presencia.

Evita contratar servicios turísticos que usan métodos inadecuados para observar al jaguar de cerca en su hábitat natural.

Si visitas áreas naturales donde habita el jaguar evita dejar residuos, tomar como recuerdo plantas u otros elementos naturales.

Experiencia de coco en la cultura afrocostarricense.

¿Alguna vez se ha preguntado cuántas recetas distintas se pueden elaborar con el coco? En esta experiencia local, profundiza en los diferentes usos artesanales que se le dan al coco en el Caribe y conoce su relevancia histórica para la cultura afrocostarricense.

Parque Nacional Cahuita

Destino cautivador, que resguarda el arrecife coralino más extenso del Caribe costarricense y se complementa con caminos mágicos y una intensa biodiversidad. En un recorrido a la orilla de la playa, podrás observar monos, mapaches, perezosos y múltiples especies de plantas. También hay senderos elevados en la zona de playa Puerto Vargas y algunas pasarelas disponibles para personas con discapacidad cuando se ingresa al pueblo. En Cahuita se asentó Wálter Ferguson, el símbolo y representante de la música calypso, tradicional del Caribe.

¿Qué hacer si te cruzas con uno?

En caso de encontrarse con un jaguar en el camino, mantén la calma y no corras ni le des la espalda, ya que esto puede activar su instinto de depredador. Debes evitar el contacto visual y caminar hacia atrás lentamente y levantar los brazos también lentamente para aparentar ser más grande, siempre evitando hacer movimientos repentinos que el jaguar pueda interpretar como señal de amenaza. Durante tu estancia en su hábitat evita dejar desechos.

¿Haces turismo responsable?

Evita tirar residuos en lugares inadecuados y procura depositar tus residuos reciclables de forma adecuada.

Reduce tu consumo de agua y electricidad para minimizar tu impacto en el ambiente.

Respeta las normas y recomendaciones establecidas cuando visites sitios naturales o culturales.

Almuerzo típico

Si visitas el Caribe, debes de probar el tradicional almuerzo típico: Rice & Beans con pollo y para tomar ,agua de sapo', una bebida elaborada con tapa de dulce, Limón y jengibre. También saborea otros platillos tradicionales, como pan bon, rondón y patí.





Punta Uva

es una playa excepcional, que combina la arena color dorado con un mar cristalino y en verano se asemeja a una pintura de intensos colores. El fondo marino está cubierto de arrecifes de coral. En este destino cautivador también es posible practicar el 'kayaking', pues el oleaje es suave, principalmente en el verano. Cerca de la costa, las palmeras se recuestan sobre la arena y ofrecen sombra a los visitantes que disfrutan de pasar el día en la playa.



Refugio Nacional de Vida Silvestre Gandoca-Manzanillo.

Destino intenso y salvaje, considerado como un sitio RAMSAR de la UNESCO, que se compone de 5 playas y más 3 mil hectáreas rodeadas de vegetación, arrecifes de coral y fauna. Este refugio está abierto todos los días y cuenta con agua potable, áreas para almorzar, parqueo y pequeños sitios escondidos para disfrutar del mar. El propio entorno permite realizar otras actividades, como kayaking, snorkeling, buceo y caminatas nocturnas con guía.



Rutas accesibles.

Con los equipos y los implementos de apoyo adecuados, las personas con discapacidad pueden disfrutar de los destinos más vírgenes de esta ruta, como Punta Mona, Punta Uva o las playas paradisíacas del Caribe. La Red Costarricense de Turismo Accesible brinda los recursos necesarios para colocar sillas anfibas o pasarelas retráctiles. También, si se requiere, la joelette.

¿Haces turismo responsable?

Toma solo recuerdos y fotografías, y deja que los animales, plantas, flores, conchas o fósiles entre otros, permanezcan en su lugar. Respeta la fauna silvestre, cuida de no alimentarla, tocarla u hostigarla. Contrata siempre guías locales certificados. Respeta las normas y esfuerzos locales destinados a evitar el contagio de COVID-19.

Tour a Punta Mona

Un destino poco explorado y la posibilidad de mirar delfines en el trayecto. Este sitio auténtico cautiva a los viajeros por su hermoso entorno, desconocido para la mayoría de turistas nacionales, a pesar de que pertenece al Refugio Nacional de Vida Silvestre Gandoca – Manzanillo. Diferentes guías locales ofrecen tours de avistamiento de delfines y visita a Punta Mona, que en distintos momentos del año se convierte en sitio de anidación de la tortuga verde.

