

# Itinéraire Road Trip de 21 Jours

Option A

COSTA RIDER  
CAMPERVAN



## Volcans, deux côtes & Costa Rica authentique

Cet itinéraire de 21 jours invite à explorer le Costa Rica en profondeur, des hauts plateaux volcaniques aux côtes de surf, en passant par les forêts de nuages et la côte caraïbe. Conçu pour les voyageurs indépendants, les campervans et les aventuriers en 4x4, il mêle paysages emblématiques, routes panoramiques et ambiances balnéaires détendues.



Faites défiler la page et découvrez ce que cet itinéraire vous réserve.

COSTA RIDER  
CAMPERVAN

# Jour 1 – Alajuela → Région du volcan Arenal

**Temps de conduite : env. 3–3.5 heures**

Début du voyage en direction du nord, vers la région volcanique du Costa Rica. Cette première route traverse des paysages luxuriants, de petits villages ruraux et marque la transition entre la ville et la nature.

## Des choses à faire :

- Route panoramique à travers la campagne et les zones agricoles
- Arrêt à **La Fortuna** pour faire des courses
- Courte promenade ou point de vue près d'**El Castillo** avec vue sur le **volcan Arenal**



## Où dormir :

Camping adapté aux campervans près de **La Fortuna** ou d'**Arenal**.

Recommandation : **Camping y Mirador El Castillo**.

# Jour 2 – Volcan Arenal & paysages thermaux

Une journée placée sous le signe du contraste : paysages volcaniques le matin et détente profonde l'après-midi.

## Des choses à faire :

- Randonnée sur les anciennes coulées de lave au sentier de **1968** ou dans le **parc national du volcan Arenal**
- Visite de la cascade de **La Fortuna** ou baignade au site local **El Salto**
- Bain en soirée dans des sources chaudes naturelles

## Activités optionnelles :

- Bains thermaux à **EcoTermales** ou **Baldi Hot Springs**
- Tyroliennes avec **Sky Adventures**



## Où dormir :

Même zone près d'**Arenal** / **La Fortuna**.

# Jour 3 – Arenal → Lac Arenal → Río Celeste

**Temps de conduite : env. 4–5 heures**

Départ d'Arenal en longeant le lac Arenal, l'un des trajets les plus panoramiques du pays. Continuation vers le nord jusqu'au parc national du volcan Tenorio, célèbre pour sa rivière bleue.

## Des choses à faire : ings to do:

- Points de vue panoramiques autour du **lac Arenal**
- Randonnée jusqu'à la cascade de **Río Celeste** dans le parc national du **volcan Tenorio**
- Découverte des **Teñideros**, là où la rivière prend sa couleur bleue



## Où dormir :

Région de Río Celeste / Bijagua.

Recommandation : **Adventure Camping La Bijagua.**

# Jour 4 – Río Celeste → Llanos de Cortés → Playa Brasilito

**Temps de conduite : env. 4–5 heures**

Transition de la forêt tropicale humide vers la forêt tropicale sèche en direction de la côte du Guanacaste, avec une pause rafraîchissante aux cascades.

## Des choses à faire :

- Promenade matinale en pleine nature près de **Río Celeste**
- Baignade à la cascade de **Llanos de Cortés (Bagaces)**
- Arrivée à **Playa Brasilito** au coucher du soleil



## Où dormir :

Région de Playa Brasilito ou Flamingo.

Recommandation : **Camping La Odisea.**

# Jour 5 – Plages du nord du Guanacaste

Journée complète dédiée à la découverte de la diversité du littoral du Guanacaste, où chaque plage offre une ambiance différente.

## Des choses à faire :

- Promenade et baignade matinales à **Playa Brasilito**
- Visite de **Playa Conchal**, célèbre pour son sable de coquillages blancs et ses eaux calmes.
- Après-midi à **Tamarindo** pour profiter de l'ambiance plage, des cafés et de la culture surf

## Activités optionnelles :

- Cours de surf avec **Witch's Rock Surf Camp** ou **Tamarindo Surf School**
- Excursion en catamaran avec **Panache Sailing** ou **Marlin del Rey**



## Où dormir :

Même zone près de **Playa Brasilito**.

# Jour 6 – Route côtière vers Playa Sámará

**Temps de conduite : env. 3-4 heures**

Descente le long de la côte sud de la péninsule de Nicoya, à la découverte de plages de plus en plus sauvages et locales.

## Des choses à faire :

- Arrêt plage à **Playa Avellanas** ou **Playa San Juanillo**
- Déjeuner dans une soda locale le long de la route
- Promenade au coucher du soleil sur **Playa Sámará**



## Où dormir :

Région de Playa Sámará.  
Recommandation : **Nieves Surf Camping**.

# Jour 7 – Journée tranquille à Sámará

Pause dans le voyage pour profiter des eaux calmes, de l'ambiance détendue du village et des activités marines.

## Des choses à faire :

- Baignade et détente sur la plage (**idéale pour tous les niveaux**)
- **Kayak** ou **snorkeling** dans la baie
- Découverte des cafés et restaurants locaux

## Activités optionnelles :

- **Excursions en kayak** avec **Octopus Tours** ou **Samara Kayak & SUP**
- Séance de yoga à **Locanda Yoga** ou **Samara Yoga**



## Où dormir :

Même zone près de **Playa Sámará**.

# Jour 8 – Sámará → Santa Teresa / Mal País

**Temps de conduite : env. 5–6 heures**

L'une des journées de conduite les plus aventureuses du voyage, à travers l'intérieur de la péninsule de Nicoya avant d'atteindre la côte Pacifique.

## Des choses à faire :

- Route panoramique à travers les paysages ruraux de **Nicoya**
- Pause café ou déjeuner dans de petits villages locaux
- Arrivée à **Santa Teresa** ou **Mal País** au coucher du soleil



## Où dormir :

Région de Santa Teresa ou Mal País.  
Recommandation : **Rancho Victoria Coyote Guanacaste**.

# Jour 9 – Santa Teresa / Mal País

Journée complète pour s'imprégner de l'énergie, de la culture surf et de la beauté naturelle de l'une des destinations balnéaires les plus emblématiques du Costa Rica.

## Des choses à faire :

- Surf ou détente à **Playa Santa Teresa** ou **Playa Carmen**
- Visite du cimetière de l'île de Cabuya (accessible à marée basse)
- Coucher de soleil à **Playa Mal País**

## Activités optionnelles :

- **Cours de surf** avec une école locale à **Santa Teresa**
- **Yoga** ou séance bien-être à **Nalu Yoga** ou **Horizon Yoga Center**



## Où dormir :

Même zone à **Santa Teresa / Mal País**.

# Jour 10 – Santa Teresa → Monteverde

## Temps de conduite : env. 4-5 heures

Départ de la côte Pacifique et montée vers les montagnes de Monteverde. Le paysage change rapidement, avec des températures plus fraîches et des forêts brumeuses.

## Des choses à faire :

- Route panoramique à travers **Nicoya** rural et les routes de montagne
- Promenade dans le village de **Santa Elena**
- Points de vue au coucher du soleil sur le **golfe de Nicoya**



## Où dormir :

Région de **Monteverde** ou **Santa Elena**.  
Recommandation : **Camping Turín**.

# Jour 11 – Forêt de nuages de Monteverde

Une journée immersive au cœur de forêts brumeuses, riches en faune et en air frais de montagne.

## Des choses à faire :

- Visite de la **Réserve de la Forêt de Nuages** de Monteverde ou de la **réserve Santa Elena**
- Ponts suspendus à **Sky Walk Monteverde**
- Balade nocturne pour observer la faune nocturne

## Activités optionnelles :

- Tyrolienne avec **Selvatura** ou **Sky Adventures Monteverde**



## Où dormir :

Même zone, près de Monteverde

# Jour 12 – Monteverde → Quepos

**Temps de conduite : env. 4–5 heures**

Descente de la forêt de nuages vers le Pacifique central, avec des paysages passant des montagnes aux plaines tropicales.

## Des choses à faire :

- Descente panoramique avec points de vue
- Pause déjeuner en route
- Arrivée à **Quepos** dans l'après-midi



## Où dormir :

Région de **Quepos** ou **Manuel Antonio**.  
Recommandation : **Brisas del Río Horseback Adventure**.

# Jour 13 – Parc national Manuel Antonio

L'un des parcs nationaux les plus emblématiques du Costa Rica, combinant sentiers riches en faune et plages magnifiques.

## Des choses à faire :

- Visite matinale du **parc national Manuel Antonio**
- Observation de la faune le long de sentiers faciles
- Détente à **Playa Manuel Antonio** ou **Playa Espadilla Sur**

## Activités optionnelles :

- Visite guidée d'observation de la faune avec **Manuel Antonio Nature Tours** ou **Jade Tours**



## Où dormir :

Même zone près de **Quepos**.

# Jour 14 – Quepos → Uvita (Pacifique Sud)

**Temps de conduite : env. 1.5–2 heures**

Continuation vers le sud le long de la côte Pacifique, vers une région plus sauvage et moins développée.

## Des choses à faire :

- Visite des **cascades de Nauyaca** ou de la **catarata Uvita**
- Exploration du **parc national Marino Ballena** et de son célèbre banc de sable en forme de queue de baleine
- Coucher de soleil à **Playa Uvita**, **Playa Hermosa (Uvita)** ou **Playa Arco**



## Où dormir :

**Région d'Uvita** ou **Dominical**.  
Recommandation : **Camping Casalta**.

# Jour 15 – Uvita → Puerto Jiménez / Drake Bay

Temps de conduite : env. **4–6 heures**

Route vers le sud profond du Costa Rica, en direction de l'une des régions les plus riches en biodiversité du pays.

## Des choses à faire :

- Route panoramique entre côte et jungle
- Arrivée dans l'après-midi sur la **péninsule d'Osa**
- Courte promenade à **Puerto Jiménez** ou **Drake Bay**



## Où dormir :

Région de **Puerto Jiménez** ou **Drake Bay**.  
Recommandation : **Camping Cacao Beach**.

# Jour 16 – Parc national Corcovado

Temps de conduite : env. **1.5–2 heures**

Moment fort du voyage et l'un des endroits les plus biologiquement intenses de la planète.

## Des choses à faire :

- Randonnée guidée à l'intérieur du **parc national Corcovado**
- **Observation de la faune**, notamment singes, tapirs et oiseaux tropicaux

## Activités optionnelles :

- Excursion guidée avec **Osa Wild** ou **Corcovado Hiking Tours**
- Sortie **snorkeling** à l'île del Caño (**selon conditions météo**)



## Où dormir :

Même zone sur la **péninsule d'Osa**

# Jour 17 – Péninsule d'Osa → San Isidro del General

Temps de conduite : env. **5–6 heures**

Départ de la jungle et montée vers les hauts plateaux par le **Cerro de la Muerte**.

## Des choses à faire :

- Route panoramique à travers les régions caféières
- Visite du **parc national Los Quetzales**
- Courtes randonnées en forêt de nuages le long des rivières



## Où dormir :

Région de **San Gerardo de Dota**.  
Recommandation : **Hacienda La Lucha**.

# Jour 18 – San Gerardo de Dota → Puerto Viejo (Côte Caraïbe)

Temps de conduite : env. **6–7 heures**

Long trajet transversal à travers le pays, se terminant sur la côte caraïbe.

## Des choses à faire :

- Route panoramique à travers **la vallée centrale**
- Arrivée à **Puerto Viejo** dans l'après-midi
- Première baignade dans la mer des Caraïbes



## Où dormir :

Région de **Puerto Viejo**.  
Recommandation : **Camping Icaço Limón**.

# Jour 19 – Refuge national de faune de Manzanillo

Découverte de l'une des plus belles zones de jungle côtière de la côte caraïbe.

## Des choses à faire :

- Randonnée en jungle jusqu'à **Punta Mona**
- Baignade et détente sur les plages du refuge
- **Snorkeling** si les conditions marines le permettent

## Activités optionnelles :

- Randonnée guidée avec **Manzanillo Adventures** ou des guides locaux certifiés



## Où dormir :

Même zone près de **Puerto Viejo**.

# Jour 20 – Parc national Cahuita & plages caraïbes

Journée détendue entre faune, sentiers côtiers et culture caribéenne.

## Des choses à faire :

- Marche sur le sentier côtier du **parc national Cahuita**
- Baignade à **Playa Blanca** ou **Playa Negra**
- Découverte du village de Cahuita et de sa gastronomie locale



## Où dormir :

Même zone près de **Puerto Viejo**.

# Jour 21 – Puerto Viejo → Alajuela

**Temps de conduite : env. 5–6 heures**

Dernière route vers la vallée centrale, concluant un véritable road trip à travers tout le Costa Rica.

**Des choses à faire :**

- Trajet matinal vers Alajuela
- Retour du véhicule et fin du voyage

## Bon à savoir

Cet itinéraire est conçu pour un voyage en **campervan ou en 4x4**, offrant flexibilité, confort et accès à une grande variété de paysages et de régions du Costa Rica.

- **État des routes**

Certaines routes, notamment près des plages et des cascades, peuvent être non asphaltées. Un véhicule 4x4 est recommandé pour plus de confort et de sérénité.

- **Temps de conduite**

Les temps de conduite sont approximatifs et peuvent varier selon la météo, l'état des routes, la circulation et les arrêts en cours de route.

- **Activités flexibles**

Toutes les activités mentionnées sont des suggestions et peuvent être adaptées en fonction du rythme du voyage, des intérêts personnels et des conditions locales pendant le séjour.

**Pura vida**  
*et bon voyage !*