

# Sommaire

**Le meilleur du Costa Rica ..... 12**

## **Le portrait 17**

Géographie	18	Histoire	24
Climat	22		

## **Les attraits 39**

### **San José..... 40**

Le centre-ville et le Barrio Amón	42	La banlieue est	53
À l'est du centre-ville	47	La banlieue ouest	53
À l'ouest du centre-ville	52		

### **La Vallée centrale ..... 54**

L'ouest de la Vallée	56	La région au nord d'Heredia	65
Le nord de la Vallée	63	L'est de la Vallée	67

### **La côte Caraïbe ..... 74**

La région de Guápiles	76	Le nord de la côte	87
Le sud de la côte	77		

### **Le nord du pays..... 94**

La région de Puerto Viejo de Sarapiquí	96	La région de San Carlos	103
La région de Zarcero	101	La région d'Arenal	104
		La région de Monteverde	110

### **Le Guanacaste et la péninsule de Nicoya ..... 122**

Le long de l'Interamericana	124	Le centre de la péninsule de Nicoya	147
Le nord de la péninsule de Nicoya	140	Le sud de la péninsule de Nicoya	154

### **La côte Pacifique centrale ..... 162**

Puntarenas	164	Quepos	174
Les environs de Puntarenas	166	Entre Quepos et le Parque Nacional Manuel Antonio	175
Parque Nacional Isla del Coco	166	Parque Nacional Manuel Antonio	176
La route jusqu'à Jacó	168	La route de Quepos à Dominical	179
La route de Jacó à Quepos	172		

### **Le sud du pays ..... 186**

La route des Saints et la région de San Isidro de El General	188	Le Golfo Dulce et la Péninsule de Osa	199
Palmar, San Vito et le Parque Internacional La Amistad	194		



## Les grands thèmes

**213**

Parcs et réserves.....	214
Les loisirs de plein air.....	216
La faune et la flore .....	224
Arts et société .....	231
Tourisme responsable et écotourisme.....	240
Travail volontaire .....	241

## Index

**246**