

# Sommaire

**Le meilleur du Costa Rica ..... 13**

## **Le portrait 23**

Géographie	24	Histoire	30
Climat	27		

## **Les attraits 43**

### **San José ..... 44**

Le centre-ville	46	Le Barrio La Sabana	54
Le Barrio Amón et ses environs	51	Le Barrio Escalante et ses environs	55
Le Parque Nacional et ses environs	52	Le Barrio Escazú et ses environs	55
Le Barrio Chino et ses environs	54		

### **La Vallée centrale ..... 58**

Alajuela et l'ouest de la Vallée	60	L'est de la Vallée	72
Le nord de la Vallée	67		

### **La côte Caraïbe ..... 80**

La région de Guápiles	82	Le nord de la côte	92
Le sud de la côte	83		

### **Le nord du pays ..... 100**

La région de Puerto Viejo de Sarapiquí	102	La région d'Arenal	110
Zarcelero et ses environs	106	La région de Monteverde	118
San Carlos et ses environs	108	Parque Nacional del Volcán Tenorio	126
		Caño Negro	127

### **Le Guanacaste et la péninsule de Nicoya ..... 130**

Le long de l'Interamericana	132	Le centre de la péninsule de Nicoya	151
Le nord de la péninsule de Nicoya	145	Le sud de la péninsule de Nicoya	160

### **La côte Pacifique centrale ..... 170**

Puntarenas	172	Quepos	179
Les environs de Puntarenas	173	Entre Quepos et le Parque Nacional Manuel Antonio	180
Parque Nacional Isla San Lucas	173	Parque Nacional Manuel Antonio	180
Parque Nacional Isla del Coco	174	La route de Quepos à Dominical	184
La route jusqu'à Jacó	176	La Costa Ballena, de Dominical à Palmar	186
La route de Jacó à Quepos	178		



## Le sud du pays ..... 192

La route des Saints et la région de San Isidro de El General	194	Palmar, San Vito et le Parque Internacional La Amistad	200
		Le Golfo Dulce	204

## Les grands thèmes 217

Parcs et réserves.....	218
Plein air.....	219
La faune et la flore .....	225
Population .....	230
Arts et culture .....	233
Langue.....	236
Travail volontaire .....	237
Index .....	242
Crédits photographiques.....	253