



## Rundreise i Mellom-Amerika– 16 Dager

(Panama, Costa Rica, Nicaragua og Guatemala)

Bli med på en innholdsrik opplevelsesreise gjennom 4 land i Mellom-Amerika. Vi starter i det moderne og vestlige Panama der vi blir kjent med historien rundt den berømte Panamakanalen. Deretter reiser vi til Mellom-Amerikas mest velfungerende land, Costa Rica der vi får noen fantastiske naturopplevelser. Her er ligger jungel, vulkanfjell og strender tett på hverandre og landet har et biomangfold få andre land kan vise til. Nicaragua har mye av den samme naturen vi finner i Costa Rica, men mindre turistisk og mer ekte. Her får vi lære om landets helt spesielle historie og kultur, og besøker vakre kolonibyer som Granada. Vi avslutter med en spennende ferd inn i Mayaenes verden i Guatemala. Vi besøker Tikal, ruinene fra en av de største sivilisasjonene fra den klassiske Mayatiden som er blant de best bevarte. Vi vil også bli kjent med hvordan dagens Maya-samfunn fungerer rundt innsjøen Atitlan, og besøke kanskje Amerikas vakreste koloniby, Antigua.



**Pris per person i dobbeltrom ved 4 reisende: Kr. 25 900,-**  
**Pris per person i dobbeltrom ved 2-3 reisende: Kr. 30 800,-**  
Enkeltromstillegg Kr. 5000,-

### Inkluderer:

- 15 netter på 3-4 stjerners hoteller med frokost
- Transport i henhold til program
- Flybilletter Panama City- San Jose, Managua- Guatemala, Guatemala-Flores t/r
- Tur på Panamakanalen
- Seiltur på Isletas
- Båttur på innsjøen Atitlan og besøk av 2 øyer.
- Inngangsbilletter til besøkte steder
- Profesjonelle engelsktalende guider
- Personlig assistanse underveis

### Inkluderer ikke:

- Internasjonal flybillett
- Øvrige måltider
- Drikke til måltider
- Tips

### Spesialinformasjon om turen:

- Prisene er basert på minst 4 personer som reiser sammen (tillegg for 2-3 personer), og som deler rom. Dersom en større gruppe som reiser sammen, kan pris reduseres noe.
- Turen er for alle aldre
- Turen er et forslag slik vi mener du kan oppleve de en av de aller viktigste høydepunktene i Mellom-Amerika.
- Reisen kan gjennomføres på hvilken som helst tid av året.
- Reisen holder en god hotell-standard slik nordmenn er vant til, uten at det er luksus.



# REISEPROGRAM

## ■ **Dag 1: Ankomst Panama**

Avgang med fly fra Norge til Panama by. Ankomst på kvelden og innkvartering på hotell.

## ■ **Dag 2: Panama by**

Vi starter dagen med kjøre til «Centro de visitantes de Miraflores» (Besøksentret ved Miraflores). Her ser vi de store skipene passerer en av de største slusene i Panama kanalen. Her blir det også mulighet for å besøke det tilhørende museum og se film om Panamakanalen og dens historie. Herfra kjører vi til Casco Viejo, den eldste bydelen i Panama City som dateres til 1673. Casco Viejo er på UNESCOs liste over verdens kulturarv og huser fortsatt de eldste bygningene i byen, samtidig som den ligger vakkert til ut mot Stillehavet. Senere drar vi til «Panama Viejo», der er ruinene av den opprinnelige Panama by ligger. Byen ble grunnlagt i 1519 og var den første europeiske by på Stillehavskysten av Amerika. I 1671 ble byen flyttet til sin nåværende plassering, da den var blitt ødelagt av et sjørøver-angrep. Dagen avsluttes med en tur til den moderne delen av Panama City som på alle måter er levende og aktiv

## ■ **Dag 3: Panamakanalen**

Vi bliver hentet på vårt Hotel, fordi i dag skal vi ut å seile på Panama-kanalen. Vi stiger ombord i Panama City og passerer gjennom to av de store slusene. Her møter vi flere av de store containerskipene som er på vei gjennom kanalen, og vi fortsetter til vi kommer frem til Gamboa der vi forlater fergen. Gamboa ble bygget i begynnelsen av det tjuende århundre for å huse noen av de mange arbeiderne som medvirket til byggingen av kanalen. Når vi kommer tilbake til hotellet er det kun for å hente kofferter og derfra dra videre til flyplass. Vi flyr til hovedstaden i Costa Rica, San Jose og kommer frem på kvelden. Innkvartering på hotell i San Jose.

## ■ **Dag 4: San Jose, Costa Rica**

San Jose ble først Costa Ricas hovedstad i 1832. Det er en meget amerikanisert by med mange store kjøpesentre og internasjonale fastfood-kjeder. Byen ligger i 1150 meters høyde, og har derfor et temperert klima. Derfor kan det bli litt kjølig om kvelden selv for skandinaver. Dagen starter med et besøk på Mercado Central, som er byens sentrale marked der man kan kjøpe alt fra sko, til kjøtt og levende høns. Deretter går turen til byens torg, Plaza de Cultura hvor folk kommer for å se og bli sett. Det er også her den costaricanske nasjonalbank har sine museer. Det mest berømte er gullmuseet, som har en fremragende utstilling av gullet som er funnet i Costa Rica og utformet av det opprinnelige indianske folket. Vi går videre til nasjonalmuseet, som ligger i Bella Vista-fortet. Her er en liten utstilling om Costa Ricas historie. Her kan vi også se kolibrier og sommerfugler. Herfra går vi til Jademuseet, som har verdens største utstilling av amerikansk jade og samtidig får vi en vakker utsikt over byen.

## ■ **Dag 5: Monteverde**

Vi starter dagen med å kjøre ca 130km nordover til vi kommer til fjellområdene som heter Monteverde. Det ble i sin tid grundlagt av kvekere, som immigrerte fra USA for å unngå militærtjeneste i forbindelse med Korea-krigen. De kjøpte hele området og benyttet en tredel av det til en naturpark. På de øvrige områdene driver de jordbruk, og er i dag kjent for sin store produksjon av melkeprodukter. Når vi er fremme ved hovedbyen i området bruker vi resten av dagen på å orientere oss i den lille byen. Her er det blant annet et lite museum der vi kan se den gyldne frosken som er svært kjent.



### ■ **Dag 6: Monteverde**

Dagen starter med å kjøre til naturparken Sky Adventure. Her finnes en rekke aktiviteter vi kan bli med på. Vi kan starte med å ta en tur med Canopy på kabler fra tretopp til tretopp. Det er i alt 8 ziplines. Deretter går vi forbi de 5 hengebroene som går over regnskogen. Her får vi en uforglemmelig utsikt der vi kan studere dyrelivet i regnskogen. Det er også mulig å ta en tur med gondolbanene som går over jungelen, og så kan vi avslutte med å besøke et terrarium. Her er det mer enn 30 forskjellige arter av frosker, padder, iguaner og slanger, som også lever i dette jungelområdet rundt parken. På kvelden kan vi avslutte med en tur inn i jungelen hvor vi får oppleve dyrelivet som foregår på natten. Vi møter en rekke forskjellige dyr som kun kan høres og ses om natten.

### ■ **Dag 7: San Juan del Sur**

I dag står vi tidlig opp for kjøre til Nicaragua. Turen til grensen tar ca. 4 timer, og her skal vi bytte bil og sjåfør. Det betyr at vi skal gå over grensen. Vi håper grensepasseringen går raskt og problemfritt, og deretter kjører vi de siste 45 km ut til turist- og fiskerbyen San Juan del Sur, som ligger rett ut mot Stillehavet. Resten av dagen kan vi benytte til å ta et bad i Stillehavet eller utforske den lille byen på egenhånd.

### ■ **Dag 8: Bad i Stillehavet**

I dag skal det slappes av. Her er det bare å nyte hotellets basseng, gå langs strandpromenaden eller bade i havet. Avhengig av tidspunktet på året er det mulighet for å kjøre ut til Coco-stranden litt sør for San Juan del Sur. Det er her kjempeskilpadder om natten kommer inn for å legge egg. Man vet aldri om de kommer eller hvor mange som kommer. Noen netter kommer kun noen få eller ingen, andre netter kommer hundrevis.

### ■ **Dag 9: Granada**

Etter frokost kjører vi de nordover til byen Granada. Granada er grunnlagt i 1524 og er den den eldste spanske by i Amerika som fortsatt ligger på samme sted. Vi starter med et besøk i det vakre sentrum som er bygget i gammel koloni-stil, og er på UNESCOs verdensarvliste. Her ser vi katedralen, rådhuset og kultursentret. Vi blir med på en tur med hest og kjerre gjennom de smale sjarmerende gatene i byen. Vi går en tur nedover gågaten La Calzada der de fleste restaurantene ligger, og vi finner nok en vi kan spise lunsj på. På ettermiddagen kjører vi sørover til Nicaragua-sjøen der vi blir med på en seiltur ut til de mange små øyene. De kalles «Las Isletas», og det sies at det skal være like mange øyer som det er dager i året. Her er det et rikt dyreliv, men er i faresonen fordi rike nicaraguanere og utlendinger har bygget dyre sommerhus på flere av øyene. Det er en utsatt apefamilie på en av øyene, og den skal vi selvfølgelig besøke.

### ■ **Dag 10: Historie og kultur i Nicaragua**

Vi starter dagen med et besøk av Nicaraguas beste museum med pre-kolombiansk keramikk, som på enestående vis forteller om Nicaraguas fortid. Etter lunsj besøker vi sigarfabrikken Mombascho, som fra Granada produserer kvalitetssigarer helt på høyde med de kubanske. Vi får rulle vår egen sigar og prøve den sammen med en Flor de Caña, rum on the rocks. Vi reiser til Masaya-vulkanen der vi kommer til å stå i kø frem til det blir vår tur til å kjøre opp til toppen av vulkanen. Allerede på veien opp vil vi se det røde skjæret over krateret, og når vi kommer helt opp til toppen vil vi se direkte ned i krateret. Her er lavaen rødgldende og koker. Dette er virkelig et spesielt syn som gjør at vi bedre kan forstå kreftene som finnes i jordens indre.



### ■ **Dag 11: Antigua, Guatemala**

Tidlig på morgenen blir vi fraktet til flyplass i Managua og tar et fly til Guatemala City. Ved ankomst kjører vi videre til byen Antigua. Dette er Mellom-Amerikas vakreste by og ligger ved foten av vulkanen «El Agua». Byen er på UNESCOs verdensarvliste. Etter innkvartering på vårt hotell, blir vi med på en guidet tur rundt i byens historiske sentrum. Her får vi vite mer om grunnleggelsen av Antigua og den opprinnelige hovedstad for Guatemala Socatepeguz som ligger få kilometer fra Antigua. Vi blir med til byens sentrale plaza der fontenene fra 1739 fortsatt fungerer. Vi får se kapteinens plass som mellom 16- og 1800 tallet fungerte som herskapsbolig for spanskekongens representant i landet. Vi besøker også katedralen og det som er igjen av erkebiskopens hus. Vi ser at maya-folket dominerer bybildet i deres fargerike tradisjonelle antrekk.

### ■ **Dag 12: Maya-marked i Chichicastenango**

Etter frokost kjører vi til Chichicastenango, hvor vi skal besøke mayaenes berømte marked. Lokalbefolkningen kommer fra mange omkringliggende landsbyer til byen for å selge og bytte varer. Nå er vi virkelig i hjertet av maya-verdenen og vi kan bli vitne til flere religiøse seremonier. Det var også her mayaenes hellige bok «Popol vuh» ble funnet. Det blir et interessant møte med en sterk kultur som lever slik de alltid har gjort. Vi oppfordrer til å vise respekt for deres tradisjoner og levesett. Blant annet er det mange som ikke liker å bli tatt bilder av. På ettermiddagen kjører vi videre til Panajachel ved innsjøen Atitlan der vi overnatter.

### ■ **Dag 13: Innsjøen Atitlan**

Innsjøen Atitlan ligger 1562 meter over havet og er kjent for sitt formidable fargespill. Langs sjøen ligger en rekke maya-landsbyer, og man kan kun komme hit med båt fra Panajachel. Vi reiser med båt og besøker flere av landsbyene. Her får vi mulighet til å lære mer om hvordan nåtidens urfolk lever og bor i dagens Guatemala.

### ■ **Dag 14: Flores**

Vi kan nyte formiddagen på vårt hotell eller nede ved Atitlansjøen. Etter lunsj kjører vi tilbake til flyplassen i Guatemala City der vi flyr nordover til byen Flores, en vakker liten by som ligger ute på en øy i innsjøen Peten Itza.

### ■ **Dag 15: Tikal**

I dag skal vi utforske Tikal som er blant de mektigste ruinene i hele maya-verdenen. Hele Tikal nasjonalpark dekker over 575 km<sup>2</sup> med jungel og flere tusen ruiner. Den sentrale delen av bebyggelsen som vi skal besøke dekker 16 km<sup>2</sup>, der det er mer enn 3000 byggverk. Tikal hadde sin storhetstid på 800-tallet, da ble de store pyramidene bygget og byen hadde en befolkning på opptil 100 000. På daværende tidspunkt var Tikal den største byen i Maya-riket. Maya-kulturen kollapset på 900-tallet, og det er fortsatt et mysterium hvorfor det skjedde. Noen teorier går ut på at krig, hungersnød, ovebefolkning og mangel på ressurser var vesentlige årsaker. Andre mener det var tørke og naturkatastrofer som mayaene allerede hadde forutsett gjennom sine svært komplekse studier av sykluser, og at de derfor flyktet nordover. Mayaene var store matematikere og vitenskapsmenn, og maya-kalenderen er mer presis en dagens kalender. Vår guide vil forklare oss mer om Tikals historie. På ettermiddagen drar vi tilbake til vårt hotell i Flores.

### ■ **Dag 16: Hjemreise**

Etter frokost flyr vi tilbake til Guatemala City og starter turen tilbake til Europa.

