

Costa Rica

Malik

Exception

Pura Vida et yoga dans la jungle du Costa Rica

Un voyage unique au cœur de la Pura Vida, entre jungle, volcans et plages du Pacifique. Au programme : immersion dans les communautés indigènes, randonnées en forêt tropicale, baignades en sources chaudes, ponts suspendus dans la canopée et instants de détente face à l'océan. Chaque journée alterne découvertes, moments de bien-être et séances de yoga en pleine nature. Une expérience vibrante, authentique et ressourçante, limitée à 16 participants.



Cette aventure au Costa Rica vous plonge au cœur de la Pura Vida. Entre jungles luxuriantes, volcans majestueux et plages du Pacifique, vous découvrirez les traditions des communautés locales et la richesse d'une nature foisonnante. Un voyage vibrant, authentique et ressourçant, qui éveille autant le corps que l'esprit.

Vous aimerez

- 📍 Immersion authentique auprès des communautés Huetar et Bribri
- 📍 Volcan Arenal, forêts nuageuses et plages du Pacifique
- 📍 Yoga quotidien en pleine nature, connexion intérieure
- 📍 Aventure et détente : paddle, sources chaudes, océan

Baromètre

Rencontre



Spiritualité



Culturel



Marche



Temps de route



Aventure



Confort



Immersion



Nature





Infos pratique

- 🕒 **Age & public** : petit groupe
- 🕒 **Durée** : 11 jours
- 🕒 **Dates & périodes** : du 2 au 12 février 2026
- 🕒 **Nombre participants** : de 6 à 16 voyageurs maximum
- 🕒 **Formule du voyage** : peuples, nature et yoga
- 🕒 **Régions & paysages** : jungle, plages
- 🕒 **Hébergements** : hôtel (9n), lodge (1n)
- 🕒 **Transport** : transport privé
- 🕒 **Portage** : aucun (bagages transportés par le véhicule)

Programme

Légende : B L D = repas inclus dans le prix du voyage (**B**reakfast, **L**unch et **D**iner)

Note : le développé de ce programme (étapes, activités, etc.) est donné à titre indicatif.

Il peut subir des modifications ou des aménagements en fonction des critères techniques, des impératifs de sécurité, des conditions climatiques du moment et des disponibilités. Nos guides mettent toujours tout en œuvre pour prendre les meilleures décisions et options possibles.

Petit mot :

Tout voyage qui sort des sentiers battus comporte parfois des événements imprévus (grève, route coupée, fête locale...) ; votre capacité d'adaptation aux conditions locales (transports, nourriture, hébergements, imprévus, aléas climatiques), comme à des événements inattendus sera aussi une clé à la réussite de votre voyage.

Nous comptons sur vous pour avoir un esprit délibérément « positif » et ne jamais oublier votre sens de l'humour.

Nous vous souhaitons un très beau et riche voyage .

Jour 1 : arrivée à San José (repas — , transport 40min)

Accueil chaleureux dès votre arrivée par un guide francophone et transfert vers votre hôtel. Installation et temps libre pour souffler après le voyage, au cœur de la capitale costaricienne.

Repas libre et nuit à l'hôtel.

Jour 2 : San José (repas BL- , transport 1h)

Le matin, rencontre avec la communauté Huetar de Quitirrisí : découverte de leur artisanat, de leur culture et de leur lien à la nature. L'après-midi, place à la fête : immersion dans l'ambiance des mascarades traditionnelles de Ciudad Colón, symbole de la joie de vivre costaricienne.

Une séance de yoga en fin de journée permet d'intégrer ces premiers pas sur la terre du "Pura Vida".

Repas libre et nuit à l'hôtel.

Jour 3 : San José - Caraïbes Sud (repas BL- , transport 3h45)

Route vers la côte caraïbe via la cordillère de Talamanca. En chemin, halte au Parc National de Cahuita, sanctuaire de biodiversité : singes capucins, paresseux, iguanes et une profusion de faune tropicale. L'après-midi, détente à Playa Blanca, plage de sable blanc bordée de jungle et baignée par les eaux turquoise de la mer des Caraïbes.

Repas libre et nuit à l'hôtel.

Jour 4 : Caraïbes Sud (repas BLD , transport 45min)

Immersion dans la réserve indigène des **Bribri** à Amubri. Un moment fort de ce voyage : découverte de leur culture ancestrale et, si les circonstances le permettent, rencontre avec un **chaman traditionnel** qui partagera sa vision du monde, ses récits et sa relation sacrée à la nature et au cacao.

Nuitée au lodge.

Jour 5 : Caraïbes Sud - Arenal (repas BL- , transport 4h45min)

Visite de la Finca Ecoorgánica de Sarapiquí, un projet d'écotourisme alliant agriculture durable et traditions locales. Puis, route vers l'imposant volcan Arenal, dont le cône majestueux domine la région. Première immersion dans cet environnement volcanique unique.

Repas libre et nuit à l'hôtel.

Jour 6 : Arenal (repas BLD , transport /)

Une matinée active : navigation et exploration sur le lac Arenal. Après l'effort, le réconfort : détente dans les sources chaudes d'Ecotermas, pour savourer un moment de bien-être au cœur de la forêt.

Nuitée à l'hôtel.

Jour 7 : Arenal (repas BL- , transport /)

Deux façons de découvrir l'Arenal aujourd'hui :

- Pour les amateurs de sensations : envol au-dessus de la canopée (activité optionnelle).
- Pour les plus contemplatifs : visite d'une **ferme biologique familiale**, rencontre avec Don Hubert et découverte de ses cultures de bananes, manioc, stevia, curcuma...

Repas libre et nuit à l'hôtel.

Jour 8 : Arenal - Monteverde (repas BLD , transport 3h)

Cap vers les montagnes de Monteverde et leur célèbre forêt nuageuse. Balade sur les ponts suspendus, entre brumes mystiques, oiseaux tropicaux et végétation géante. Un décor envoûtant qui invite à ralentir et respirer.

Nuitée à l'hôtel.

Jour 9 : Monteverde - Samara (repas BLD , transport 4h15)

Le matin, immersion dans la réserve de Curi-Cancha, paradis de biodiversité au cœur de la forêt nuageuse. Puis, changement de décor : descente vers la côte Pacifique et arrivée à Sámara, station balnéaire paisible, idéale pour un retour au calme face à l'océan.

Nuitée à l'hôtel.

Jour 10 : Samara (repas BLD , transport /)

Journée libre en bord de mer, propice à la **reconnexion intérieure**. Yoga face à l'océan, méditation au lever du soleil, baignade dans les eaux calmes ou promenade au coucher du soleil : Sámara est l'endroit parfait pour goûter pleinement au "Pura Vida".

Nuitée à l'hôtel.

Jour 11 : Samara - San José (repas B- , transport 5h)

Dernier matin au bord du Pacifique avant le transfert à l'aéroport et le vol retour vers l'Europe.

Tarifs et conditions

Prix/pers

- Sur base de minimum 6 participants : **2.550 €**

Suppléments

- Chambre single : 500 €

Vols

- Non inclus – Prix selon la date de réservation, la compagnie aérienne et la date du voyage.

Inclus dans le prix du séjour :

- Organisation du séjour – carnet de voyage et carnet de route
- Accueil et transferts de l'aéroport A/R
- Transport sur place durant tout le voyage
- Guide accompagnateur francophone et guides locaux
- Hébergements comme indiqué dans le programme
- Pension comme indiqué dans le programme
- Eau
- Programme complet d'activités « Emotion Planet »
- Invitation à prendre part aux activités à caractère relationnel, voyage au cœur de soi
- Pharmacie de groupe (*premiers soins*)
- Taxes hôtelières et taxes de séjour

Non inclus :

- Tout ce qui n'est pas indiqué dans le paragraphe « Inclus » et toute modification du programme durant votre séjour
- Transport à destination : vol national et/ou international
- Compensation carbone de votre vol et de votre voyage
 - *non obligatoire*
- Assurances voyage
 - *annulation (fortement recommandée)*
 - *assistance/rapatriement (obligatoire)*
- Repas non mentionnés dans le programme
 - *Budget +/- 20 €/pers par repas*
- Boissons hors l'eau fournie
- Dépenses personnelles
- Les pourboires durant votre séjour :
 - Au restaurant si le service n'est pas inclus, il est courant de donner 15% de la note
 - Pour le personnel d'entretien des chambres (1\$ par jour/personne)
 - Pour le chauffeur privé durant le séjour (3\$ par jour/personne)
 - Pour le guide privé durant le séjour (5\$ par jour/personne)
 - Pour les bagagistes en fonction de la catégorie d'hôtel (2\$ par jour/personne)

Contact

Découvrez ces pays haut en couleurs, le cœur & les valeurs qui nous animent et les commentaires d'anciens voyageurs.

Personne de contact pour votre voyage :



📞 **Malik**

📞 +32 (0) 477 24 58 14

📧 malik@emotionplanet.com

🌐 emotionplanet.com

« **Emotion Planet**, le monde n'est jamais loin lorsque ses hommes ne nous sont pas étrangers. »