

**PARQUE INTERNACIONAL “LA AMISTAD”  
VALLE DEL SILENCIO  
CAMPAMENTO  
7 DÍAS y 6 NOCHES**

Este programa tiene una duración de siete días y seis noches.

Opera con un mínimo de seis personas.

Precio por persona \$ 1.928,00

**Incluye:** transporte privado en microbús Coaster, entrada al Parque Internacional La Amistad, póliza de responsabilidad civil.

Cocina de gas, utensilios de cocina, alimentación completa los 3 tiempos, refrigerios, botiquín primeros auxilios.

**Información de la póliza de seguro:**

Compañía Aseguradora MAPFRE SEGURO VIAJE PLUS

Seguro de viajero, las edades comprenden los rangos de 18 años a 64 años.

Página web: <https://www.mapfre.cr/>

\*Más detalles al final del programa.

Tendremos el acompañamiento de un guía líder, bilingüe, español-inglés. Dos “baqueanos” (personas) de la zona que colaboran con el servicio de guiado.

**Características:**

El Valle del Silencio se localiza en el Parque Internacional La Amistad y fue declarado Patrimonio de La Humanidad por la UNESCO en el año 1983. Este parque se encuentra en una zona de selva tropical y es parte de Pasillo biológico del Proyecto mesoamericano de la UNESCO compartido por ocho países americanos centrales (Panamá, Costa Rica, Nicaragua, El Salvador, Honduras, Belice, Guatemala y el sur de México) para ayudar a proteger el bosque prístino restante de la montaña y fauna de América Central.

Esta caminata inicia en la estación de Guarda Parques a 1.370 msnm. El sendero tiene una longitud de 15 kilómetros y cuenta con un refugio que nos sirve de albergue a 2.500 msnm. La topografía del sendero es bastante irregular, por lo tanto, la caminata es difícil, ya que también hay tramos con fuertes pendientes.

### **Día 1**

Este día es el arribo al aeropuerto internacional Juan Santamaría, traslado al hotel en San José. Este podrá ser el Hotel Balmoral u otro similar con habitación doble.

\*La cena de este día no está incluida en el paquete.

### **Día 2**

6.00 a.m. Comenzamos el día con un desayuno.

7.00 am. Salida de San José en microbús. Viajaremos por la ruta #2 pasando por el imponente Cerro de La Muerte. Nos detendremos por un café al Mirador “Vista del Valle” desde donde se aprecia el Valle del General.

Continuamos descendiendo al Valle del General mientras seguimos observando extensas plantaciones de caña de azúcar y piña. En Paso Real giramos a la izquierda tomando la carretera que nos comunica con San Vito de Coto Brus, pero antes, nos detenemos a almorzar en el Centro turístico “Los Chocuacos”. Aquí podrán conocer el lago natural, un hábitat para las aves y peces. Cuatro kilómetros más adelante en la comunidad de las Tablas, giramos a la izquierda para dirigirnos a la comunidad de Altamira de Bioley localizada en las faldas del Parque Internacional La Amistad, hasta llegar a la finca de Café Diversa. Esta primera noche nos hospedamos en cabañas con forma de canastos de café.

La cena y el hospedaje tendrán lugar en Café Diversa.

### **Día 3**

4.30 am. Desayuno

5.00 am. Inicia la caminata al Valle del Silencio, saliendo de la finca de café Diversa a la Estación de Guarda Parques donde nos esperan los guías.

Este sendero tiene una longitud aproximada de 15 kilómetros, que se caminan en un promedio de 8 ocho horas para llegar al refugio, que servirá de albergue y descanso a los visitantes.

El trayecto varía de los 1.370 metros a los 2.500 metros sobre el nivel del mar.

A lo largo del sendero se podrán observar distintos rótulos que sirven para ubicar a los visitantes. Hay cinco kilómetros desde el punto de salida hasta la primera parada, Casa Coca a 1.900 metros y la última parada para rellenar las botellas con agua.

La segunda parada está a un kilómetro de distancia. Después, Cerro Frantzius a 2.134 metros.

La tercera parada a 3 kilómetros y medio después, es el Cerro Quemado, a 2.250 metros. En este punto podemos ingerir alimentos e hidratarnos para continuar el camino. El camino restante lo vamos a transitar por bosques de Roble, donde es posible divisar quetzales, escuchar jilgueros y pájaros campana.

Luego viene la etapa más dura, un trayecto de 2.4 kilómetros llegando al punto conocido como la Cuesta Divisoria de Aguas a 2.550 metros, una de las partes más interesantes de la caminata ya que unas aguas correrán hacia la vertiente caribe y otras hacia la vertiente pacífica.

Debido a ello se trata de una zona de división de climas, en donde el suelo comenzará a ser más húmedo en la parte caribe.

También este punto es relevante ya que es el límite provincial entre Puntarenas y Limón.

Nos quedan aproximadamente 3 kilómetros de camino. El acercarnos al río Terbi nos avisa que estamos muy cerca del destino final. Este río desemboca en Panamá.

El Refugio a 2.500 metros, se construyó con madera de roble del bosque, la única forma de llegar hasta aquí es caminando. Los alrededores del Refugio son realmente privilegiados, pues al estar ubicado en una zona muy alejada y aislada dentro del bosque, durante la noche se pueden escuchar diferentes tipos de animales.

La cena y el campamento tendrán lugar aquí.

Recuerde que el Refugio está en una zona muy húmeda.

#### **Día 4**

Disfrutaremos de un desayuno temprano por la mañana.

Muy cerca del Refugio visitamos “El Jardín”. Este lugar debe su nombre a los colores y formas de sus plantas, ya que asemeja a las del jardín natural, es una zona de turbera, ecosistemas donde predominan las hierbas y los matorrales que durante todo el año sufren inundaciones.

El almuerzo, la cena y el campamento tendrán lugar en en El Refugio.

#### **Día 5**

5.30 a.m. Disfrutamos del desayuno.

Inicia el regreso por la misma ruta, se utilizarán las mismas paradas y podrán observar con más detenimiento las bellezas del Valle del Silencio.

Llegamos a la comunidad de Altamira de Bioley. En esta ocasión nos dirigimos al hotel Palo Alto donde nos esperan con un merecido almuerzo. Por la tarde podrán disfrutar de la piscina.

La cena y el hospedaje tendrán lugar aquí.

## **Día 6**

5.30 a.m. Desayuno temprano.

6.30 a.m. Iniciamos el recorrido de regreso en el microbús. En esta oportunidad llegamos a la comunidad de Sierpe de Osa para realizar un recorrido espectacular por el río con el mismo nombre en bote de motor.

Ya en el muelle, abordaremos la embarcación y emprenderemos un recorrido de 3 horas por el impresionante río Sierpe. Esta es la puerta de entrada a los Humedales Terraba-Sierpe, la mayor reserva de manglares de América Latina y “Sitio Ramsar” de importancia a nivel mundial por sus reservas de agua, ya que son espacios donde se concentra mucha biodiversidad y además son determinantes en el funcionamiento de los ecosistemas.

Este humedal es hogar de una asombrosa variedad de aves, reptiles y animales, así que con suerte tendrá la oportunidad de ver monos, caimanes y lagartos; las aves abundan aquí y no querrán perderse el bello martín pescador y sus colores brillantes.

Regresamos justo a la hora del almuerzo en el restaurante “Oleaje Sereno”, y nos espera el microbús para continuar el recorrido de regreso a San José, en un tiempo aproximado de 6 horas.

Tomaremos la cena en el camino.

El hospedaje será en el hotel Balmoral o similar habitación doble.

## **Día 7**

Empezaremos de nuevo con el desayuno.

Este día, dependiendo de la hora de salida del vuelo internacional, pueden hacer un recorrido a través de la oferta museística: el Museo Nacional, el Museo de Jade, el Museo del Oro Precolombino y el Teatro Nacional.

Traslado al aeropuerto internacional.

Qué deben traer:

- Llevar tratamiento médico si lo ingiere.
- Ropa adecuada para la actividad, caminata.
- Calzado cómodo para caminar y extra por si se mojan.
- Capa tipo poncho.
- Ropa de abrigo, sleeping, cobija, las camas no tienen colchoneta.
- Artículos de higiene personal.
- Se recomienda llevar empacada la ropa en bolsas plásticas.
- La temperatura por la noche varia en el Refugio, puede llegar a 4 o 6 grados, en otras ocasiones ronda los 11 o 13 grados.
- Llevar agua suficiente para tomar mientras se camina.
- En El Refugio hay agua pura, limpia y muy fría.
- Repelente, bloqueador solar, protector labial, gorra-sombrero, lentes para el sol.
- Linterna frontal y baterías.

## INFORMACIÓN PÓLIZA DE SEGURO

	COBERTURA en dólares estadounidenses (\$)	LÍMITES
1	Gastos médicos (deducible \$100)	\$50.000
2	Muerte accidental del asegurado (100% del S.A.)	\$15.000
3	Pérdida de extremidades por separación física	\$2.500
4	Incapacidad total y permanente del asegurado	\$2.500
5	Gastos por medicamento ambulatorio	\$250
6	Gastos funerarios	\$2.500
7	Repatriación de herido o enfermo	\$5.000
8	Repatriación restos mortales	\$10.000
9	Desplazamiento de un acompañante ida y regreso	incluido
10	Gastos de estancia del acompañante	\$300 (\$100 por día)
11	Gastos odontológicos	\$150
12	Retorno de menores	incluido
13	Regreso en fecha diferente por enfermedad de familiar	\$500
14	Pérdida de pasaporte	\$100
15	Gastos de hotel por convalecencia	\$600 (\$100 por día)
16	Reembolso por vuelo demorado o cancelado	\$250
17	Reembolso por cancelación de viaje hasta por	\$8.000
18	Compensación por demora o extravío de equipaje	\$200
19	Compensación por pérdida definitiva de equipaje	\$200
20	Honorario de abogado	\$5.000
21	Anticipo de fianza	\$5.000

**INTERNATIONAL PARK “LA AMISTAD” (FRIENDSHIP)  
VALLE DEL SILENCIO (VALLEY OF THE SILENCE)  
CAMP  
7 DAYS & 6 NIGHTS**

This program lasts 7 days and 6 nights.  
Operates with a minimum of six individuals.  
Price per person \$1,928.00

**What’s included:** private transportation (Coaster microbus), tickets to the International Park *La Amistad* (Friendship), Insurance\* (civil liability policy). Gas kitchen, cooking utensils, complete feed (3 meals a day), snacks, first-aid kit.

**Insurance information:**

Insurance company is MAPFRE SEGURVIAJE PLUS  
Travel insurance comprises ages from 18 thru 64 years old.  
Webpage: <https://www.mapfre.cr/>

\*Further details at the end of this program.

We’ll have the company of a bilingual (Spanish-English) tourist guide, and two people native from the zone who will collaborate with the tourist guide.

**Characteristics:**

Valle del Silencio (Valley of the Silence), is located in the International Park *La Amistad* and was declared Human Heritage by UNESCO on 1983. This park is within a tropical jungle zone and is part of the biological corridor of the Unesco’s Mesoamerican project. This project is shared between 8 countries from Central America (Panama, Costa Rica, Nicaragua, El Salvador, Honduras, Belice, Guatemala and south of Mexico) in order to protect the remaining forest of the mountain and fauna.



This hike will start at the park ranger's station, at 1,370 mamsl. The trek is 15 kilometers (9.32 miles) long and has a refuge that will be our shelter at 2,500 mamsl. This trek's topography is quite irregular, therefore, the hike is difficult due to its steep slopes.

### **Day 1**

Arrival at Juan Santamaría International Airport in Costa Rica. Tourists will be transported to a hotel in San José for an overnight stay.

Tonight's dinner is not included in the package.

### **Day 2**

6:00am. We start the day with breakfast.

7:00am. Departure by minibus from San Jose, we will pass by rout #2 passing through the imposing Cerro de la Muerte (Mountain of the Death); we'll stop for coffee at the "Vista del Valle" Viewpoint from we'll be able to see the "Valle del General" (General's valley).

We'll continue descending the Valle del General while we watch wide pineapple and sugar cane plantation fields. At "Paso Real" we'll turn left to get to San Vito de Coto Brus. We'll have lunch at the "Los Chocuacos" resort. Here you'll get to know a natural lake, which is a habitat for birds and fish. 4 kilometers (2.4 miles) further, at the "Tablas" community, we'll turn left to head the "Altamira de Bioley" community located at the La Amistad park until we get to "Café Diversa" (diverse coffee). This first night we'll stay at cabins shaped as coffee crates.

Dinner and lodging will take place at Café Diversa.

### **Day 3**

4:30am. Early Breakfast.

5:00am. We start the hike towards “Valle del Silencio”. We departure from Café Diversa’s farm and head to the park ranger’s station. This is where the tour guides will be waiting for us.

This trek is approximately 15 kilometers (9.32 miles) long. We will walk for about 8 hours until we get to the refuge, which will be the shelter where we’ll rest.

The trek varies from 1,370 to 2,500 meters above sea level.

Along the way we’ll observe different signs that will tell us where we are. From the starting point to the first stop, there are 5 kilometers (3.10 miles). “Casa Coca” which is the second stop is at 1.9 kilometers (1.1 miles). The last stop will be to refill our water bottles.

Second stop is 1 kilometer (half mile) away. Then we will be 2.13 kilometers (1.32 miles) away from Frantzius hill.

The third stop is 3.5 kilometers (2.17 miles) further, this is Cerro Quemado (Burnt hill). At this point we’ll have some snacks and rehydrate to keep going. The rest of the trek we’ll walk through oak forests, and we’ll be able to see quetzales, listen to goldfinches and bellbirds.

Then we’ll begin the toughest part. It is a 2.4 kilometers (1.4 miles) trek until we get to a point known as the Water’s Divisor Slope at 2,550 mamsl. It is one of the most interesting parts of the trek because the one water stream will run towards the Caribbean and the other one, towards the Pacific side.

Due to this, it is a zone of climates division, where the soil will begin to be more humid in the Caribbean part.

This point is also relevant since it is the provincial boundary between Puntarenas and Limón.

We have approximately 3 kilometers (1.8 miles) to go. Approaching the river Terbi warns us that we are very close to the final destination. This river flows into Panama.

The Refuge at 2,500 mamsl, was built with oak wood from the forest, the only way to get here is by walking. The surroundings of the refuge are really privileged, because it is located in a very remote and isolated area within the forest. At night different types of animals can be heard.

Dinner and camp will take place here.

Remember that the refuge is in a very humid area.

### **Day 4**

We'll enjoy an early breakfast.

We'll visit "El jardín" (the garden) near the refuge. This place owes its name to the color and shape of its plants. It looks like a natural garden. It is a peat zone. Peats are an ecosystem where herbs and bushes prevail throughout the whole year in spite of the floating that they suffer.

Lunch, dinner and camping will take place at the refuge.

### **Day 5**

5.30am. We enjoy breakfast.

We start our journey back through the same route. We will be using the same stop points and you'll be able to observe more carefully the beauties of Valle del Silencio.

We get to the Altamira de Bioley community. In this occasion we'll go to the "Palo Alto" hotel where we'll be awaited with a very much deserved lunch. In the afternoon you'll get to enjoy the pool.

Dinner and lodging will take place here.

## **Day 6**

5.30am. Early breakfast.

6.30am. We start the road trip back to San Jose. This time we'll get to the "Sierpe de Osa" community to travel through the river by boat.

At the dock, we'll embark on a 3 hour tour through this amazing river Sierpe. This is the entrance door to the wetlands of "Térraba-Sierpe", which is the greatest reserve of the Latin America mangroves. It is also a "Ramsar Site" of global importance due to its water reserves, and because they are a space where much biodiversity is focalized. In addition, they are determinant to the ecosystems' proper functioning.

This wetland is home of a wide variety of birds, reptiles and animals in general, so luckily you will have the chance to see monkeys, alligators, and lizards. Here, birds abound, and you will not want to miss the beautiful kingfisher and its bright colors.

We will get right on time for lunch to the restaurant "Oleaje Sereno", and the microbus will wait for us to continue the trip back to San Jose. We'll arrive in about 6 hours.

We'll have dinner on the way back.

Lodging will be at Balmoral Hotel or similar.

## **Day 7**

7.00 am We start our day with breakfast.

Depending on the departure time of the international flight, you can take a tour visiting the museum offer: the National Museum, the Jade Museum, the Pre-Columbian Gold Museum and the National Theater.

Then you will be transferred to the international airport.

What to bring:

- Meds or any medical treatment you may be taking.
- Comfortable trekking clothes.
- Comfortable trekking shoes. You may need an extra pair in case they get wet.
- Rain coat.
- Warm clothes, sleeping bag, blankets. Beds do not have a mattress.
- Toiletries.
- We recommend packing your clothes in plastic bags.
- The temperature at night varies from 4°C (39°F) - 6°C (42°F), and 11°C (51°F) - 13°C (55°F).
- Bring enough water to drink during the walk.
- At the refuge there is clean, cold water.
- Sunscreen, insect repellent, lip balm, hat, sunglasses.
- Flashlight and batteries.

## INSURANCE INFORMATION

	COVERAGE (american dollars)	LIMIT
1	Health care expense (deductible \$100)	\$50.000
2	Accidental death of the insured person (100% of the S.A.)	\$15.000
3	Limb loss due to physical separation (amputation)	\$2.500
4	Total and permanent disability of the insured person	\$2.500
5	Expenses due to Ambulatory medication	\$250
6	Funeral expenses	\$2.500
7	Repatriation of injured or sick insured	\$5.000
8	Repatriation of human remains	\$10.000
9	Travel expenses for an accompanying	incluido
10	Staying expenses for an accompanying	\$300 (\$100 por día)
11	Odontological expenses	\$150
12	Children or juvenile return	incluido
13	Return on a different date due to a sick relative	\$500
14	Passport loss	\$100
15	Hotel expenses due to convalescence	\$600 (\$100 por día)
16	Refund in case of delayed or canceled flight	\$250
17	Refund due to canceled trip up to:	\$8.000
18	Economic compensation due to delayed or loss luggage	\$200
19	Economic compensation due to luggage loss	\$200
20	Attorney's honoraries	\$5.000
21	Advance for bail bond	\$5.000

## GALERÍA/GALLERY

### DÍA 1/DAY 1

*Hospedaje en hotel Balmoral/Lodging at Balmoral Hotel*



### DÍA 2/DAY 2

*Traslado por tierra a Sierpe de Osa (6 horas) / Road trip to Sierpe de Osa (6 hours)*





*Hospedaje en Canastos - Altamira de Bioley*



*Valle del Silencio*





*Hotel Palo Alto - Altamira de Bioley*

