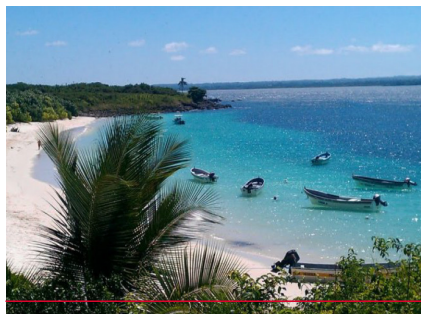




## Panama Panama Mietwagenrundreise Vom Kanal zur Karibik

Individualreise:

In 3 Wochen durch ganz Panama



Panama ist der schmalste Teil des zentralamerikanischen Kontinents, der den pazifischen und den Atlantischen Ozean voneinander trennt. Genießen Sie nicht nur die verschiedenen Strände von beiden Meeren, sondern erkunden auch das Hochgebirge um Boquete, um die gesamte Vielfalt des Landes zu bestaunen. Sie werden Panama als abwechslungsreiches und mystisches Land erleben und können am Ende der Reise an der Pazifikküste in der exotischen Welt mit karibischem Flair und ansteckender Lebensfreude ihren Urlaub gemütlich ausklingen lassen. Tauchen Sie ein in die faszinierende Geschichte und entdecken Sie die Vielfalt dieses Landes! Kommen Sie mit uns in das Land des Panamakanals!

**Reisetyp:** Individuelle Rundreisen

**Dauer:** 21 Tage

**Teilnehmer:** 1-4

**Reisestationen:** 9

**Ihr Link zur Reise mit allen verfügbaren Terminen:**

<https://www.aventoura.de/reisen/panama-vom-kanal-zur-karibik#termine>

### Ihr Reiseberater

**Andreas Senkel**

a.senkel@aventoura.de

+49 (0) 761 - 21 16 99-16



## Reiseverlauf

### 1. Tag | Panama City / Transfer In

Individuelle Anreise nach Panama City. Ihr Fahrer wird am Ausgang des Flughafens auf Sie warten, um Sie zu Ihrem Hotel im Stadtzentrum zu bringen, wo Sie sich akklimatisieren können. In der Umgebung Ihrer Unterkunft finden Sie auch Einkaufsstraßen, Restaurants und Bars, sodass Sie hier einen ersten Eindruck von Panama gewinnen können. Übernachtung: Hotel Best Western Plus Panama Zen

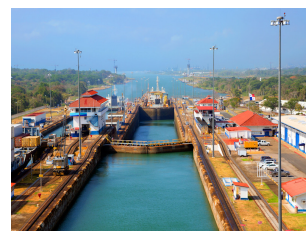
**Unterkunft:** Panama City

**Bus:** ca. 1 Std



### 2. Tag | Panama City Tour

Am Morgen starten Sie zur ersten Besichtigung der 1519 gegründeten, faszinierenden Stadt. Die hinreißende Kulisse aus Wolkenkratzern, noblen Villen und grünen Hügeln wird Sie begeistern. Als Erstes werden Sie Panama Viejo aus dem 16. Jahrhundert besichtigen. Anschließend geht es entlang des Ufers in die Altstadt Casco Antiguo, welches von den Einheimischen auch Casco Viejo genannt wird. Hier finden sich die ältesten Einrichtungen und Gebäude der lebendigen Stadt. Auf einem Rundgang zu Fuß können Sie viele einzigartige Kolonialbauten bestaunen, wobei einige noch weitgehend im Originalzustand erhalten sind und andere liebevoll und farbenfroh restauriert wurden. Das historische Viertel ist UNESCO-Weltkulturerbe und hat sich in den letzten Jahren zum Zentrum des Landes für Kunst, Design und kulturellen Aufschwung entwickelt. Viele neue Bars, Dachterrassen, Restaurants und Hotels haben hier eröffnet. Die anschließende Fahrt führt auf den Causeway, von wo aus Sie einen herrlichen Blick auf die Skyline von Panama City haben. Danach geht es zu den Miraflores Schleusen des Panama-Kanals. Hier erhalten Sie einen Einblick in die Funktionsweise und Ausmaße des berühmten Panama-Kanals. Die Terrasse bietet einen einmaligen Blick auf die Schleusen und auf die Schiffe, welche diese auf ihrem Weg in Richtung Pazifik oder Atlantik passieren. Im Museum des Panama-Kanals erfahren Sie alles Wissenswertes rund um den Kanal. Übernachtung: Hotel Best Western Plus Panama Zen



**Unterkunft:** Panama City

**Verpflegung:** Frühstück

**Bus:** ca. 1 Std.

### 3. Tag | Panama City - Emberá Dorf - Panama City

Nach dem Frühstück werden Sie Richtung Nordosten an einen Seitenarm des Alajuela-Sees fahren. Dort steigen Sie in kleine Einbaum-Boote, die Sie den Rio Chagres hinaufbringen, wobei Sie eine faszinierende Urwaldkulisse auf der Bootsfahrt begleiten wird. Im Dorf der Emberá angekommen, erleben Sie einen authentischen Einblick in die Jahrtausende alte Kultur der Menschen, die schon lange vor der Ankunft der Europäer hier lebten. Da die ursprüngliche Tradition und Lebensweise noch bestehen, werden Sie unweigerlich um Jahrhunderte zurückversetzt. Begrüßt werden die Besucher von rhythmischen Klängen der traditionellen Instrumente: Trommeln,





Flöten und Rasseln. Die Männer tragen Guayuco, eine Art Lendenschurz, die Frauen wickeln sich in bunte Tücher, die Parumas und bieten selbsthergestelltes Kunsthandwerk an. Einige der Frauen flechten Palmenblätter, andere sind für die Verköstigung der Besucher zuständig: Kochbananen und Fisch, eingewickelt in ein Palmenblatt – so sieht hier ein typisches Mittagessen aus. Sie können auch ein traditionelles Tattoo, eine Art Bio-Tätowierung, mit nach Hause nehmen, die die Embera ebenfalls am Körper tragen: Die Farbe daraus stellen sie aus Jagua her, einer Pflanze, deren Saft mit Asche vermischt wird. Gemalt wird mit einem kleinen Hölzchen und gegen ein paar Dollar. Nach gut zwei Wochen ist diese wieder abgewaschen. Am Nachmittag kehren sie wieder zurück ins moderne Panama City. Übernachtung: Hotel Best Western Plus Panama Zen

**Unterkunft:** Panama City

**Verpflegung:** Frühstück

**Bus:** ca. 3 Std.

**Boot:** ca. 2 Std.

#### 4. Tag | Panama City - El Valle de Antón

Am Morgen werden Sie von einem Fahrer zum Büro der Mietwagenfirma gebracht, wo Sie Ihren Mietwagen übernehmen und Ihre eigenständige Fahrt beginnt. Zuerst fahren Sie in einer ca. 3-stündigen Fahrt nach El Valle de Antón. Auf dem Weg fahren Sie am ältesten Nationalpark von Costa Rica, dem Altos de Campana, vorbei. Wenn Sie von der Panamericana nach links in Richtung Altos de Maria abbiegen, können Sie bis an einen Aussichtspunkt gelangen, von dem Sie an klaren Tagen das Meer und die Landzunge von Punta Chame sehen. Für Wanderbegeisterte beginnen ca. 10 km weiter im Nationalpark die Wanderwege. Nach dieser tollen Aussicht geht die Fahrt weiter bis nach El Valle de Antón. Das Dorf liegt 600 Meter über Meereshöhe und ist auch bestens geeignet für Touren in der Natur. Übernachtung: Hotel Park Eden

**Unterkunft:** El Valle de Anton

**Verpflegung:** Frühstück

**Mietwagen:** ca. 140km / ca. 3 Std.

#### 5. Tag | El Valle de Anton

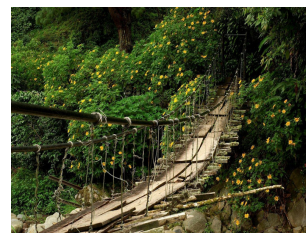
Heute steht Ihnen der Tag zur freien Verfügung. Je nach Lust und Laune können Sie diesen Tag mit den folgenden Aktivitäten ausgestalten: Sonntagsmarkt, Vogelbeobachtungen, Besuch des Schmetterlingsgartens „Haven“, „El Valle“ Museum, die Mozas Wasserfälle, Canopy Tour oder reiten gehen. Sie können auch den Aussichtspunkt „Cerro de la Cruz“ besuchen oder in der bezaubernden Landschaft vom El Valle de Antón wandern gehen. Übernachtung: Hotel Park Eden

**Unterkunft:** El Valle de Anton

**Verpflegung:** Frühstück

#### 6. Tag | El Valle de Anton – Pedasí

Heute fahren Sie weiter in Richtung Süden entlang der Halbinsel bis nach Pedasí. Unterwegs passieren Sie verschiedene typische Dörfer wie zum Beispiel Parita oder La Villa de los Santos. Ihre Unterkunft liegt am Ortseingang des kleinen, verschlafenen Dorfes. Es lohnt sich der Besuch der Isla Iguana an diesem oder einem der





nächsten Tage. Die kleinen Boote zur Isla Iguana fahren am Playa El Arenal ab. Vor Ort haben Sie die Möglichkeit zu verschiedensten Aktivitäten wie zum Beispiel: Ausflug zur Isla Iguana, Besuch von wunderschönen Stränden oder den umliegenden malerischen Dörfern, Tauchen, Schnorcheln, Fischen, Reiten, Surfen, Kite Surfen, Wale beobachten (Walsaison ist Juli bis Oktober) Übernachtung: Casa Lajagua B&B

**Unterkunft:** Pedasí

**Verpflegung:** Frühstück

**Mietwagen:** ca. 210 km / ca. 3 Std. 30 Min.

### 7. Tag | Pedasí

Heute steht Ihnen ein weiterer Tag zur freien Verfügung. Sie können zum Beispiel einige Ausflüge in der Gegend unternehmen oder auch an den schönen Stränden Playa Venao oder Playa de los Destiladeros entspannen.

**Unterkunft:** Pedasí

**Verpflegung:** Frühstück

### 8. Tag | Pedasí – Santa Fé

Heute verlassen Sie die Azuero-Halbinsel und kehren zurück auf die Panamericana und weiter in Richtung Westen bis Santiago de Veraguas. Dort biegen Sie nach rechts ab und fahren in die auf 430 Höhenmetern liegende Kleinstadt Santa Fé. Diese liegt in der Provinz Veraguas und ist für ihren Orchideen-Reichtum bekannt. Das kühlere Klima lädt Naturbegeisterte ein, die umliegende, bergige Landschaft zu erkunden und versteckte Wasserfälle zu finden. Optionale Aktivitäten vor Ort sind zum Beispiel: Wanderung zu Wasserfällen und umliegenden Bergen wie den Cerro Tute, River Tubing im Fluss Santa Maria, nächtliche Ausflüge in den Dschungel, Orchideen- und Vogelbeobachtungstouren, Nachtwanderung oder auch ein Abendessen im Regenwald. Übernachtung: Coffee Mountain Inn

**Unterkunft:** Santa Fé

**Verpflegung:** Frühstück

**Mietwagen:** ca. 200 km / 3 Std. 30 Min.

### 9. Tag | Santa Fé

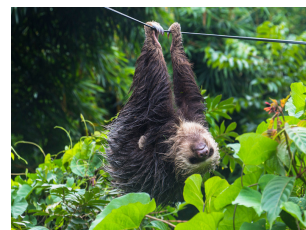
Tag zur freien Verfügung. Heute können sie verschiedene Wanderrouten unternehmen, welche sie vorbei an größeren und kleineren Wasserfällen entlang wunderschönen Berglandschaften führen. Übernachtung: Coffee Mountain Inn

**Unterkunft:** Santa Fé

**Verpflegung:** Frühstück

### 10. Tag | Santa Fé – Santa Catalina

Heute fahren Sie wieder bergab zur Panamericana auf Meereshöhe. In Santiago de Veraguas biegen Sie in Richtung Sona ab und folgen der Straße. Wenn Sie den kleinen Ort Sona erreicht haben, biegen Sie links nach Süden ab und fahren weiter bis nach Santa Catalina. Das kleine Dorf liegt direkt am Pazifik und ist der Ausgangspunkt für Bootsausflüge zum Isla Coiba Nationalpark, welcher für seine farbenfrohe und vielfältige Unterwasserwelt berühmt ist. Erkunden Sie aber auch die dortigen unberührten Strände. Hier befindet sich der beste Tauch- und Schnorchelspot in ganz





Panama! Santa Catalina hat auch bei den Wellenreitern einen Rang und Namen. Einmal im Jahr findet hier ein Surf-Weltcup mit den bekanntesten Surfern aus aller Welt statt. Optionale Aktivitäten vor Ort: Ausflug zur Isla Coiba – Tauchen oder Schnorcheln, Surfen (auch Kurse können vor Ort gebucht werden), Hochseefischen, Stand-Up-Paddle oder Relaxen am Strand oder Hotelpool. Übernachtung: Sol y Mar

**Unterkunft:** Santa Catalina

**Verpflegung:** Frühstück

**Mietwagen:** ca. 180km / ca. 4 Std.

### 11. Tag | Santa Catalina

Der heutige Tag steht Ihnen zu Ihrer freien Verfügung. Sie könnten zum Beispiel das charmante Dorf erkunden und ein erfrischendes Bad an einem der Strände genießen. Optional können Sie auch einen Bootsausflug zum Nationalpark der Insel Coiba unternehmen, wo Sie die faszinierende Tier- und Pflanzenwelt der Insel über und unter dem Wasser bestaunen können. Die Insel beherbergt etwa 130 verschiedene Vogelarten, wovon ca. 20 Arten endemisch sind und ausschließlich dort vorkommen. Durch die Isolation der Insel vom Festland hat sich über die Jahrhunderte hinweg eine einzigartige Artenvielfalt entwickelt und erhalten. Auch größere Säuger, wie der Coiba-Brüllaffe oder das Coiba-Aguti findet man nur hier. Fast 80% des Nationalparks bestehen aus Wasser, in dem sich eine reizvolle Flora und Fauna verbirgt. Um die Insel herum umsäumen sich Mangroven und märchenhaft weiße Sandstrände, die dazu einladen, die Seele baumeln zu lassen. Übernachtung: Sol y Mar

**Unterkunft:** Santa Catalina

**Verpflegung:** Frühstück



### 12. Tag | Santa Catalina - Las Lajas

Heute können Sie im Landesinneren und auf nur wenig befahrenen Straßen wieder auf die Panamericana zurückkehren. An der Hauptstraße Panamericana (die berühmte Traumstraße, die Alaska mit Feuerland verbindet) biegen Sie links ab und fahren Richtung Westen, bis Sie nach Las Lajas kommen. In San Felix biegen Sie nochmals links ab und folgen der Straße, bis Sie die deutsch geführte Finca Buena Vista erreichen, von welcher sich Ihnen ein grandioser Ausblick auf die Hügel und Berge rings um Las Lajas bietet. Optionale Aktivitäten vor Ort: Schwimmen, Tauchen, Fischen, Wandern, Bootstour in den Mangroven, Reiten oder ein Besuch in einer Gemeinde von Ureinwohnern besuchen. Übernachtung: Finca Buena Vista

**Unterkunft:** Las Lajas

**Verpflegung:** Frühstück

**Mietwagen:** ca. 190km / 3 Std. 30 Min.



### 13. Tag | Las Lajas

Den heutigen Tag haben Sie zu Ihrer freien Verfügung und können diesen z.B. gemütlich am Stand von Las Lajas verbringen oder Sie buchen eine zusätzliche Aktivität wie zum Beispiel eine Bootstour in die Mangrovenwälder, einen Reitausflug oder Sie nehmen ein Leihfahrrad und erkunden hiermit die Umgebung. Übernachtung: Finca Buena Vista





**Unterkunft:** Las Lajas  
**Verpflegung:** Frühstück

#### 14. Tag | Las Lajas - Boquete

Im Verlauf des Tages verlassen Sie die Strandregion und fahren bergauf nach Boquete. Die Stadt liegt 1200 Meter über dem Meeresspiegel, umgeben von grüner, idyllischer Landschaft. Diese bietet beste Voraussetzungen für Aktivitäten von Naturfreunden und Outdoorbegeisterten. Optionale Aktivitäten vor Ort: Seilbahnfahrt in den Baumkronen (Canopying), River-Rafting, Wandern, Mountainbiken, Hängebrückenwanderung, Vogelbeobachtungstouren, Reiten, Ausflug in die Kaffeeplantagen, Besichtigung der Gärten von Boquete, Massagen und vieles mehr..Übernachtung: Boquete Garden Inn

**Unterkunft:** Boquete

**Verpflegung:** Frühstück

**Mietwagen:** Tagesstrecke ca. 120 km / ca. 2 Std.

#### 15. Tag | Boquete

Heute haben Sie einen freien Tag in den Bergen. Optional können Sie hier zum Beispiel die wunderschöne Naturlandschaft um Boquete auf abenteuerlichen Hängebrücken oder beeindruckenden Wanderwegen erkunden, sich auf Stahlseilen von Baumkrone zu Baumkrone gleiten lassen, den bekannten, geschmackvollen und qualitativ hochwertigen Kaffee PAST003 genießen oder einen Ausflug zu einer Finca buchen.Übernachtung: Boquete Garden Inn

**Unterkunft:** Boquete

**Verpflegung:** Frühstück



#### 16. Tag | Boquete - Almirante - Bocas del Toro

Nach dem Frühstück führt Sie eine ca. 3,5 stündige Fahrt über die Cordillera de Talamanca und danach entlang der Karibikküste durch immer wechselnde Vegetation bis nach Almirante. In der Hafenstadt der Bananen-Firma Chiquita geben Sie Ihren Mietwagen wieder ab und steigen auf ein Boot um, welches Sie zur Insel Colón (Bocas del Toro) bringt, wo Sie in unmittelbarer Nähe Ihrer heutigen Unterkunft anlanden werden. Bocas del Toro ist eine Ansammlung zahlreicher idyllischer Inseln, umspült vom klaren, fischreichen karibischen Meer. In der kleinen Stadt finden Sie gemütliche Bars, Restaurants, Souvenir-Stände und Läden. Es herrscht eine entspannte, typisch karibische Atmosphäre.Übernachtung: Divers Paradise Boutique Hotel

**Unterkunft:** Bocas del Toro

**Verpflegung:** Frühstück

**Boot:** ca. 30 Min.

**Mietwagen:** ca. 200 km, ca. 3 Std. 30 Min.

#### 17. Tag | Bocas del Toro - Bootsausflug Red Frog Beach

Heute erwartet Sie ein Bootsausflug. Zunächst führt Sie das Boot durch kleinere Meeressassen, die sich durch stark bewachsene Mangrovenwälder schlängeln. Halten Sie dabei Ausschau nach Wasservögeln! Anschließend geht es zum Coral Cay, wo das





Meer das ganze Jahr lang ruhig ist und somit geeignet für Schnorchler jeden Alters. Lokale Restaurants, die auf Stelzen über dem Wasser gebaut sind, bieten verschiedene Meeresfrüchte an (nicht inklusive). Später geht die Bootsfahrt weiter zur Isla Bastimentos. Die Insel ist rundherum von Mangroven bewachsen, und ist umgeben von Natur und guter Luft. Isla Bastimentos besteht zum Großteil noch aus Dschungel, es gibt keine Straßen oder Landebahnen. Aus diesem Grund kann die Insel auch nur mit dem Boot angefahren werden. Nicht nur Abenteurer oder Naturbegeisterte finden sich in Isla Bastimentos ein, denn hier befindet sich einer der bekanntesten Strände, der "Red Frog Beach", der seinen Namen von den roten Pfeilgiftfröschen erhalten hat. Innerhalb der Insel gibt es viele Pfade und Wege, die zum Erkunden einladen. Die bekannteste Aktivität ist es aber, "die Seele einfach mal baumeln zu lassen" und den Klängen des Meeres zu lauschen. Am Nachmittag fahren Sie zurück zur Hauptinsel. Übernachtung: Divers Paradise Boutique Hotel

**Unterkunft:** Bocas del Toro

**Verpflegung:** Frühstück

**Boot:** ca. 8 Std. (inkl. Landgänge)

### 18. Tag | Bocas Town – Bluff Beach

Heute werden Sie mit einem Transfer von Bocas Town zum Bluff Beach zu Ihrem dortigen Hotel gebracht, wo Sie sich direkt am Strand erholen und die bisherigen Erlebnisse Revue passieren lassen können. Übernachtung: The Hummingbird

**Unterkunft:** Bluff Beach

**Verpflegung:** Frühstück

**Bus:** 30 Min.

### 19. Tag | Bocas del Toro

Heute haben Sie einen Tag zur freien Verfügung, an dem Sie einfach die Seele baumeln lassen können. Optional können Sie auch noch zum Beispiel einen Ausflug von Bocas del Toro zum Playa Estrella (Strand der Seesterne) oder eine Kajaktour machen. Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gerne über die Möglichkeiten. Übernachtung: The Hummingbird

**Unterkunft:** Bluff Beach

**Verpflegung:** Frühstück

### 20. Tag | Rückflug nach Panama City, Übernachtung und Transfer out

Der Vormittag steht Ihnen zur freien Verfügung, um Ihre eigenen Aktivitäten zu planen. Eine beliebte Option ist das Ausleihen von Fahrrädern, mit denen Sie die Umgebung erkunden können. Alternativ können Sie auch ein Wassertaxi nehmen, um weitere Inseln und Strände in der Nähe zu entdecken und die natürliche Schönheit der Region zu genießen. Am Nachmittag erfolgt ein kurzer Transfer zum Flughafen, von wo aus Sie Ihren Rückflug nach Panama City antreten werden. Nach Ihrer dortigen Ankunft werden Sie zu Ihrem Hotel gebracht, wo Sie Gelegenheit haben, sich zu entspannen und die Erinnerungen an Ihren Ausflug zu reflektieren. Übernachtung: Hotel Central

**Unterkunft:** Panama City

**Verpflegung:** Frühstück





## 21. Tag | Panama City / Transfer Out

Am letzten Tag in Panama beginnt Ihr Tag noch einmal mit einem entspannten Frühstück im Hotel. Je nach Abflugzeit haben Sie dann noch die Möglichkeit letzte Souvenirs zu kaufen oder noch etwas die Stadt zu erkunden, bevor Sie von Ihrem Transfer zum Flughafen gebracht und Sie sich von dem faszinierenden Land verabschieden werden.

**Unterkunft:** Panama City

**Verpflegung:** Frühstück



## Unsere Leistungen

- Transfers und Transporte in komfortablen, klimatisierten Fahrzeugen sowie in Booten gemäß Beschreibung
- 20 Übernachtungen in den erwähnten Hotels (oder vergleichbar)
- Mahlzeiten gemäß Beschreibung
- 13 Tage Mietwagen:
  - 1-2 Personen: Hyundai Accent 4x2 oder vergleichbar
  - 3 Personen: Kia Seltos 4x2 oder vergleichbar
  - 4 Personen: Toyota Fortuner 4x4 oder vergleichbar
- inkl. Basisversicherung CDW mit Selbstbehalt von 2000 USD bis 2500 USD, lokale Steuern, unbegrenzte freie Kilometer und 1 Zusatzfahrer
- Inlandsflug in Touristenklasse, Gepäcklimit 23 kg, Übergewicht ca. US\$ 3.00 pro 1 kg
- Deutschsprachige Reiseleitung an Tagen 2-3 und 17
- Reisedokumentation

## Nicht enthaltene Leistungen

- Internationale Flüge
- Ausflüge und Eintritte
- Alle nicht aufgeführten Mahlzeiten
- Benzin
- Autobahngebühren (nur in Panama City und Umgebung)
- Verwarnungsgelder
- Drop-Off Gebühr in Almirante \$ 268.00 \*

\*Hinweis:

Die Preise für die Drop-Off-Gebühr sind abhängig von den Benzinpreisen. Sollte es in der kommenden Saison zu starken Benzinpreiserhöhungen kommen, wird die Autovermietungsfirma die Drop-Off-Gebühr entsprechend anpassen.





Aus diesem Grund behalten wir uns eine Preisänderung vor.

### Details zur Reise

- Ausschlusszeiten (Preise auf Anfrage):  
03.11.2023 – 05.11.2023 (Nationale Feiertage),  
23.12.2023 – 03.01.2024 (Weihnachten/Neujahr),  
11.01.2023 – 21.01.2024 (Feria de Boquete),  
10.02.2023 – 14.02.2024 (Karneval),  
28.03.2023 – 01.04.2024 (Ostern)
- Upgrade Hotelkategorie Komfort möglich (Preise auf Anfrage)
- Gerne sind wir Ihnen bei der Buchung des internationalen Fluges behilflich und/ oder ergänzen wir die Reise um Ihre individuellen Vorstellungen und Wünsche!
- Empfohlener Atmosfair-Beitrag Hin- und Rückflug: 139 € - Sie kompensieren Ihren Flug und wir schenken Ihnen einen Bonus.
- CO2 -Bilanz dieser Reise pro Teilnehmer: 6,02 t
- Programmänderungen vorbehalten

#### Hinweise zur Anmietung:

- Upgrade zu höheren Fahrzeugkategorien auf Anfrage
- Mindestalter: 25 Jahre
- Der Anmieter muss im Besitz eines gültigen Führerscheins, Passes und Rückflugtickets sein; internationaler Führerschein empfehlenswert.
- Zur Anmietung ist eine gängige internationale Kreditkarte zur Kautionshinterlegung erforderlich (Kaution zwischen USD 500 - USD 1000)
- Zubuchbar: Zusatzversicherungen bzw. Selbstbehaltausschlussversicherung (LDW/LDWplus) (sprechen Sie uns an!)