



NOBLE KOMMUNIKATION

PRESSEINFORMATION

Costa Rica erleben und dabei Gutes bewegen

Fünf besondere Reiseerlebnisse mit positivem Impact

Frankfurt am Main – 13. Oktober 2026. Regenwald, wilde Flüsse, kilometerlange Strände und eine außergewöhnliche Artenvielfalt machen Costa Rica zu einem Sehnsuchtsziel für viele Natur- und Abenteuerreisende. Dabei lässt sich die faszinierende Natur und Kultur des Landes nicht nur hautnah erleben: Reisende haben vielerorts die Möglichkeit, selbst aktiv zu werden und einen wertvollen Beitrag zu ihrem Schutz zu leisten. Ob bei nächtlichen Patrouillen zum Schutz von Meeresschildkröten, beim Besuch einer indigenen Gemeinschaft oder auf Touren, deren Einnahmen direkt in lokale Projekte fließen: Zwischen Karibik und Pazifik gibt es zahlreiche Möglichkeiten, Costa Rica intensiver kennenzulernen und dabei gleichzeitig etwas zurückzugeben. Fünf Erlebnisse zeigen besonders schön, wie Abenteuer und positiver Impact auf Reisen Hand in Hand gehen können.





V.l.n.r.: Wo Trockenwald, Mangroven und Pazifik aufeinandertreffen: Playa Naranjo im Nationalpark Santa Rosa; eine frisch geschlüpfte Grüne Meeresschildkröte macht sich auf den Weg zum Meer; unterwegs auf den Naturpfaden des Nationalparks Barra Honda in Guanacaste.
© Costa Rica Tourism Board

1. Nachtschicht für den Artenschutz: Schildkröten schützen an der Karibikküste

Wer im Pacuare Reserve ankommt, hat die befestigten Straßen Costa Ricas bereits hinter sich gelassen. Das abgelegene Schutzgebiet an der Karibikküste ist nur per Boot erreichbar und umfasst Regenwald, Feuchtgebiete sowie einen sechs Kilometer langen Niststrand für Meeresschildkröten. Und genau dort können Reisende vom Beobachter zum aktiven Helfer werden. Im Rahmen mehrtägiger Volunteer-Aufenthalte unterstützen sie je nach Saison und aktuellem Bedarf beispielsweise die wissenschaftliche Überwachung der Niststrände, die Arbeit in der geschützten Auffang- und Brutstation oder Maßnahmen zur Renaturierung des Reservats. Besonders beeindruckend sind die nächtlichen Strandpatrouillen während der Nistsaison von März bis Oktober. Gemeinsam mit dem Forschungsteam legen die Freiwilligen dabei teilweise kilometerlange Strecken im Sand zurück, suchen nach nistenden Schildkröten, helfen bei der Erfassung wissenschaftlicher Daten und unterstützen bei Bedarf die Sicherung gefährdeter Eiablageplätze. Der Aufenthalt verbindet aktives Engagement mit einzigartigen

Naturerlebnissen und ermöglicht es den Freiwilligen, einen direkten Beitrag zum Schutz der Meeresschildkröten zu leisten. Statt das Ökosystem lediglich auf einer Tour kennenzulernen, verbringen Reisende mehrere Tage mittendrin, unter freiem Himmel, teils bei Nacht und in tropischer Wärme, und werden Teil der laufenden Forschungs- und Schutzarbeit.

2. Zwischen Regenwald und Pazifik: Als Regenwald-Ranger für den Naturschutz auf der Osa-Halbinsel

Kaum irgendwo zeigt sich Costa Ricas Artenvielfalt eindrucksvoller als auf der Osa-Halbinsel im Südwesten des Landes. Genau hier haben Reisende die Möglichkeit, für mindestens eine Woche direkt auf einem Conservation Campus zwischen Regenwald und Pazifik zu leben und Wissenschaftler sowie Naturschützer bei ihrer Arbeit zu unterstützen. Wie der Tag aussieht, hängt von Jahreszeit und aktuellen Forschungsprojekten ab: Morgens können Volunteers beispielsweise bei einer Schildkrötenpatrouille helfen, später heimische Bäume pflanzen und am Nachmittag auf einer Wanderung Kamerafallen kontrollieren, die dabei helfen, scheue Arten wie Jaguare, Tapire oder Ozelots unbemerkt zu dokumentieren und so wichtige Daten für ihren Schutz zu liefern. Kilometerlange Wanderwege führen durch faszinierende Wald- und Mangrovenlandschaften bis an die Pazifikküste. Das macht den Aufenthalt gleichzeitig zu einem ganz besonderen Naturerlebnis und vermittelt einen Blick hinter die Kulissen des Naturschutzes eines der biodiversitätsreichsten Gebiete Costa Ricas.

3. Per Kanu nach Yorkín: Zu Gast bei der Bribri-Community

Dass positiver Impact nicht zwangsläufig bedeutet, selbst Bäume zu pflanzen oder mehrere Tage als Volunteer zu arbeiten, zeigt der Besuch einer indigenen Bribri-Gemeinschaft in der Talamanca-Region. Schon die Anreise ist Teil des Abenteuers: Über einen Fluss geht es per Kanu durch üppig grüne Landschaft bis in die Gemeinde. Vor Ort lernen Besucher den Alltag, die Kultur und das Wissen der Bribri kennen, etwa bei der traditionellen Verarbeitung von Kakao oder beim Kennenlernen heimischer Pflanzen.

Der Besuch ist Teil von Community-basiertem Tourismus, den die Gemeinschaft selbst aufgebaut hat und der als zusätzliche Einkommensquelle dient. Anstatt einer von außen organisierten Freiwilligenaktion unterstützt der Besuch damit Strukturen, die von der Gemeinschaft selbst getragen werden. Einnahmen aus dem Tourismus bleiben vor Ort, schaffen wirtschaftliche Perspektiven und tragen dazu bei, kulturelles Wissen und Traditionen weiterzugeben. Ein Beispiel dafür, dass verantwortungsvolles Reisen schon damit beginnt, bewusst zu entscheiden, bei wem man seine Erlebnisse bucht.

4. Abseits bekannter Pfade: Wandern und Wiederaufforsten in den Talamanca-Bergen

Neben traditioneller Kultur und Communitys prägen Wasserfälle, Bergpfade, Farmen und kleine Gemeinden prägen die Region rund um die Talamanca-Berge im Süden Costa Ricas. Wer die Region erkundet, kann diese Landschaft nicht nur auf Wanderungen und Outdoor-Touren entdecken, sondern vielerorts auch Aktivitäten rund um Wiederaufforstung, Umweltschutz und lokale Entwicklung in einen Aufenthalt integrieren, etwa in Zusammenarbeit mit Farmen, Gemeinden oder Umweltprojekten vor Ort.

Das macht das Erlebnis besonders für Reisende interessant, die abseits der bekannten Routen unterwegs sein und gleichzeitig stärker mit der Region in Kontakt kommen möchten. Statt eines standardisierten Volunteer-Programms lässt sich das Engagement mit Wanderungen, Wasserfallbesuchen, Farmaufenthalten oder Übernachtungen bei lokalen Gastgebern verbinden.

5. Vögel beobachten und neuen Lebensraum schaffen: Finca Cántaros

Tukane, Kolibris und zahlreiche weitere Vogelarten machen Costa Rica zu einem Paradies für Birdwatcher. Im Süden Costa Ricas, nahe San Vito in der Region Coto Brus, lässt sich die Vogelbeobachtung mit einem direkten Beitrag zum Naturschutz verbinden. Die Finca Cántaros liegt im biologischen Korridor AmistOsa, der den Internationalen Park La Amistad mit den Schutzgebieten der Osa-Halbinsel verbindet. Auf ehemals landwirtschaftlich genutzten Flächen laufen dort Projekte zur Wiederherstellung von Waldlebensräumen, verbunden mit Umweltbildung, Forschung und Community-Arbeit.

Besucher können die Arbeit im Rahmen halb-, ganz- oder zweitägiger geführter Touren kennenlernen. Gemeinsam mit einem Naturführer geht es auf die Suche nach der vielfältigen Vogelwelt, während die Teilnehmer erfahren, wie Wiederaufforstung und Biodiversitätsmonitoring in der Praxis funktionieren. Die Touren werden gegen eine Mindestspende angeboten; die Einnahmen unterstützen unter anderem Umweltbildung und die Wiederherstellung von Lebensräumen. Wer noch aktiver werden möchte, kann sich zudem für Volunteer-Projekte bewerben, sofern entsprechende Forschungs- oder Community-Projekte verfügbar sind.

Mehr Informationen über Costa Rica sowie die verschiedenen Programme unter www.visitcostarica.com/de

BILDMATERIAL & DISCLAIMER

Allgemeines Bildmaterial zu Costa Rica ist **online** verfügbar (Copyright, wenn nicht anders angegeben: Costa Rica Tourism Board).

Aus Gründen des Leseflusses haben wir in dem Text auf das Gendern verzichtet. Wenn wir über Künstler, Darsteller und Co. sprechen, so meinen wir dies stets geschlechts- und orientierungsneutral. Wir sehen stets den Menschen, Inklusion ist für uns selbstverständlich.

ÜBER COSTA RICA

Costa Rica, die „reiche Küste", liegt in Zentralamerika und wird an der Ostküste vom Karibischen Meer sowie an der Westküste vom Pazifischen Ozean umspült. Das Land blickt auf eine lange demokratische Tradition zurück. Aktiven Urlaubern eröffnen sich zahlreiche Möglichkeiten zum Surfen, Schnorcheln, Angeln oder Wandern. Vulkane, Berge, Strände, üppige Regenwälder und eine vielfältige Tierwelt prägen das Landschaftsbild.

Natur- und Waldschutz haben in Costa Rica eine lange Tradition. Rund 26 Prozent der Landesfläche stehen unter Naturschutz. Bei der Stromerzeugung spielen erneuerbare Energiequellen, insbesondere Wasserkraft, eine bedeutende Rolle. Darüber hinaus gibt es zahlreiche touristische Angebote, die das Erleben der Natur in den Mittelpunkt stellen.

Costa Rica zählt vier UNESCO-Welterbestätten und verbindet Erholung und Naturerlebnisse mit einem vielseitigen kulinarischen und kulturellen Angebot. Die Hauptstadt San José ist mit Direktflügen ab Frankfurt und Zürich sowie weiteren Verbindungen ab Frankreich, Spanien und den Niederlanden erreichbar. Für Konferenzen, Events und Incentivereisen steht eine breite Auswahl an Möglichkeiten und Veranstaltungsorten zur Verfügung.

ÜBER DAS INSTITUTO COSTARRICENSE DE TURISMO (ICT)

Das 1955 gegründete Instituto Costarricense de Turismo (ICT) hat zusammen mit seinen Partnern aus dem Privatsektor die wichtige Aufgabe, das umfangreiche Tourismusangebot Costa Ricas zu regulieren und zu fördern.

PRESSEKONTAKT

noble kommunikation GmbH
Julia Lippke & Teresa Lippmann
Kaiserstr. 19-21
(Postanschrift: Friedensstraße 11)
D-60311 Frankfurt am Main
Tel.: +49 151 22498583
E-Mail: jlippke@noblekom.de & tlippmann@noblekom.de
Internet: www.noblekom.de