

www.ViajeroConAlforjas.com

COSTA RICA.....en cleta

INDICE

| | |
|------------------|----------------------------|
| Página 1 | Alrededores de Grecia |
| Página 3 | Ruta de los Conquistadores |
| Página 5 | El Tren de Siquirres |
| Página 7 | Mono Chimado |
| Página 9 | Volcán Arenal Extrema |
| Página 11 | Monteverde |
| Página 13 | Ruta de los Molinos |
| Página 15 | Rincón de la Vieja |
| Página 17 | Entrando al Pacífico |
| Página 19 | Playas del Pacífico |

Datos Técnicos

Nombre del Tramo: Alrededores de Grecia

| | | | | Fecha Realización | |
|-------|-------------------|--------------------|--------|-------------------|----------|
| | | | | 04/11/2009 | |
| Etapa | Dificultad física | Dificultad técnica | Del Km | Al Km | Total Km |
| 1 | MEDIA | MEDIA | 0 | 24 | 24 |

| Cota Mínima | Cota Máxima | Desnivel acumulado ascenso | Desnivel acumulado descenso |
|-------------|-------------|----------------------------|-----------------------------|
| 800 | 1060 | 589 | 593 |

| | |
|-----------------|---------------|
| Origen/Destino: | Grecia/Grecia |
|-----------------|---------------|

| Tiempo movimiento | Tiempo parado | Tiempo Total |
|-------------------|---------------|--------------|
| 2:01 | 0:56 | 2:57 |

| Hora inicio | Hora Finalización |
|-------------|-------------------|
| 8:45 | 11:42 |

| | |
|---------------------|---|
| Lugares de interés: | Plantaciones de café y de caña de azúcar. Ciudad de Grecia. |
|---------------------|---|

| Comentario de la Ruta: |
|---|
| <p>La ruta transcurre por los alrededores de Grecia entre cafetales y campos de cañas de azúcar. Hay zonas un poco técnicas. Subidas y bajadas por caminos embarrados. Una gran subida al final de la etapa.</p> <p>Esta ruta no estaba prevista pero la hicimos mientras reparaban la bicicleta de Antonio que había sufrido algunos desperfectos en el avión. Aunque Jaime tuvo cuatro caídas, la de Antonio fue más espectacular. Nos acompañó nuestro amigo Amura y José Carlos "Bombero". Antes de iniciar la etapa, Seidy la señora de Bombero nos deleitó con un desayuno típico "Gallo Pinto" y al finalizar con un almuerzo de arroz con palmito, ensalada y un exquisito postre de flan de café.</p> <p>Quedamos impresionados por la acogida de Amura y la familia bombero. Así dá gusto viajar.</p> |

Perfil de la etapa: Alrededores de Grecia



Comentario de la Foto:

Los cuatro Pisapedales con Jose Ramón "Bombero" y Amura

Datos Técnicos

Nombre del Tramo: Ruta de los Conquistadores

| | | | | Fecha Realización | |
|-------|-------------------|--------------------|--------|-------------------|----------|
| | | | | 05/11/2009 | |
| Etapa | Dificultad física | Dificultad técnica | Del Km | Al Km | Total Km |
| 2 | ALTA | ALTA | 24 | 100 | 76 |

| Cota Mínima | Cota Máxima | Desnivel acumulado ascenso | Desnivel acumulado descenso |
|-------------|-------------|----------------------------|-----------------------------|
| 145 | 3000 | 1.254 | 4.019 |

| | |
|-----------------|--|
| Origen/Destino: | Volcán Irazú / La Alegría ⁶ |
|-----------------|--|

| Tiempo movimiento | Tiempo parado | Tiempo Total |
|-------------------|---------------|--------------|
| 6:47 | 4:33 | 11:20 |

| Hora inicio | Hora Finalización |
|-------------|-------------------|
| 6:55 | 18:15 |

| | |
|---------------------|--------------------------------|
| Lugares de interés: | Volcán Irazú, Volcán Turrialba |
|---------------------|--------------------------------|

Comentario de la Ruta:

El día comienza bastante frío a 3.000 metros de altura. Amura nos acerca al volcán Irazú para ir descendiendo hasta los 145 metros. Aunque la mayor parte de la ruta es una bajada, acumulamos un ascenso de 1.254 m. que se hizo bastante duro. Este tramo coincide con la famosa “Ruta de los Conquistadores”. El barro y las piedras sueltas son nuestro compañero durante todo el viaje. A lo largo del recorrido nos encontramos con algunas subidas que las tenemos que hacer a 1/0, es decir, empujando a nuestra cleta. Ya muy cansados se nos hizo de noche y empezó a llover, así que decidimos quedarnos a pasar la noche en Alegria, un poco antes de llegar al cruce de la carretera que nos lleva a Puerto Limón.

Perfil de la etapa: Ruta de los Conquistadores



Comentario de la Foto: Pisapedales en medio de la jungla.

Datos Técnicos

Nombre del Tramo: **El Tren de Siquirres**

| | | | | Fecha Realización | |
|-------|-------------------|--------------------|--------|-------------------|----------|
| | | | | 06/11/2009 | |
| Etapa | Dificultad física | Dificultad técnica | Del Km | Al Km | Total Km |
| 3 | MEDIA | BAJA | 100 | 152 | 52 |

| Cota Mínima | Cota Máxima | Desnivel acumulado ascenso | Desnivel acumulado descenso |
|-------------|-------------|----------------------------|-----------------------------|
| 72 mts | 367 mts | 405 | 259 |

| | |
|-----------------|----------------------------|
| Origen/Destino: | Alegría/Siquirres/Guápiles |
|-----------------|----------------------------|

| Tiempo movimiento | Tiempo parado | Tiempo Total |
|-------------------|---------------|--------------|
| 5:07 | 3:16 | 8:24 |

| Hora inicio | Hora Finalización |
|-------------|-------------------|
| 6:10 | 14:35 |

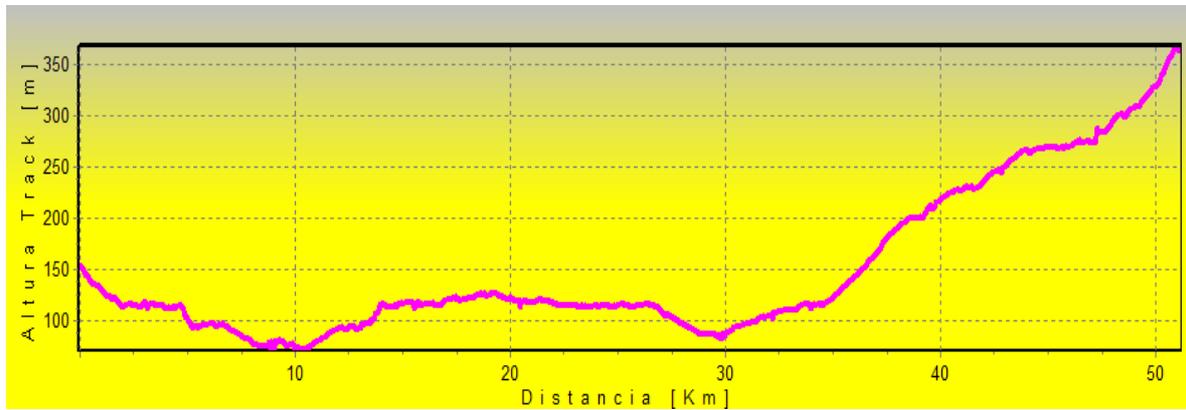
| | |
|------------------------|--|
| Lugares de interés: | Ciudad de Siquirres, Puentes sobre la vía del tren y Guápiles. |
| Comentario de la Ruta: | |

Siguiendo la ruta de los conquistadores por la vía del tren de Siquirres, llegamos a esta población en la que nos damos un buen desayuno, paseamos por el pueblo y nos aprovisionamos para echar el día, que aunque no es de muchos kilómetros resulta duro pues la mayor parte pedaleamos por la vía del tren. Ruta muy llana, pero con mucho calor, sobre todo por la humedad. Vamos parando para hidratarnos y a media etapa nos damos un bañito en un río que encontramos de paso. En la población de Guácimo abandonamos la vía y circulamos por un camino paralelo, evitando la carretera nacional.

Cuando llegamos a Guápiles telefoneo al Doctor Gilbert y se acerca a recogernos con su Toyota. En poco tiempo nos damos cuenta que hemos tenido la gran suerte de topar con la familia más acogedora de Costa Rica. Llegamos a su bonita casa en la que nos recibe medio centenar de gansos. Nos presenta a su esposa Elsi, encantadora y muy atenta con nosotros. Toda la casa está rodeada de un Jardín Botánico, atraviesa un riachuelo y linda con un bonito río. Luego nos presenta a su hija la Doctora....., muy amable, simpática y servicial, pues todo le parece poco para que estemos cómodos en su acogedora buhardilla.

Al Doctor Gilbert le encanta la cocina y por la noche nos prepara una Olla carne que está para chuparnos los dedos. Impresionados por la acogida de esta buena familia nos vamos a la cama y dormimos como cuatro bebés.

Perfil de la etapa: El Tren de Siquirres



Comentario de la Foto:

Gran parte del recorrido de esta ruta la hicimos por la vía del tren, donde tuvimos que atravesar infinidad de puentes.

Datos Técnicos

Nombre del Tramo: **Mono Chimado**

| | | | | Fecha Realización | |
|-------|-------------------|--------------------|--------|-------------------|----------|
| | | | | 07/11/2009 | |
| Etapa | Dificultad física | Dificultad técnica | Del Km | Al Km | Total Km |
| 4 | MEDIA | BAJA | 152 | 252 | 100 |

| Cota Mínima | Cota Máxima | Desnivel acumulado ascenso | Desnivel acumulado descenso |
|-------------|-------------|----------------------------|-----------------------------|
| 44 | 373 | | |

| | |
|-----------------|-------------------|
| Origen/Destino: | Guápiles/Guápiles |
|-----------------|-------------------|

| Tiempo movimiento | Tiempo parado | Tiempo Total |
|-------------------|---------------|--------------|
| 5:40 | 2:28 | 8:08 |

| Hora inicio | Hora Finalización |
|-------------|-------------------|
| 7:48 | 15:57 |

| | |
|----------------------------|--|
| Lugares de interés: | Bonito paisaje con monos, tucanes y otros animales |
|----------------------------|--|

Comentario de la Ruta:

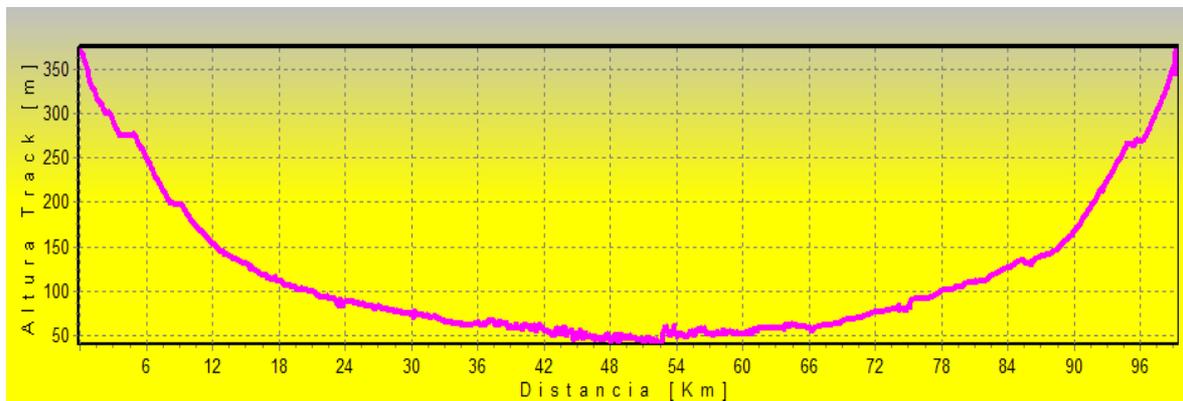
Comentario de la ruta:

Después del buen acogimiento que nos ha hecho la familia del Doctor Gilbert, hemos organizado un raid de 100 km, llamado el Mono Chimado. Nos acompaña en la ruta El doctor Gilbert y Javier Vega con un tamden, Amura y Fran.

Aunque en principio no parece muy dura por el perfil de la etapa, pues es totalmente llana, resulta un poco dura por el calor y sobre todo por la humedad del caribe. Hicimos varias paradas para hidratarnos en las pulperías que nos vamos encontrando. El compañero Javier Vega no pudo terminar pues sufrió una lesión y el Doctor Gilbert pasó al segundo plan, llamar a su esposa para que le trajera la.....y se llevase el tamden y a Javier en el carro.

Cuando terminamos pasamos por el río y nos dimos un buen baño hasta con la ropa puesta. Por la noche el Doctor nos deleitó con un asado de carne ahumado. Excelente día.

Perfil de la etapa: Mono Chimado



Comentario de la Foto:

Esta etapa la hicimos junto con nuestros amigos los ticos, Amura, Doctor Gilbert, Javier Vega y Fran.

Datos Técnicos

Nombre del Tramo: Lago Arenal Extrema

| | | | | Fecha Realización | |
|-------|-------------------|--------------------|--------|-------------------|----------|
| | | | | 09/11/2009 | |
| Etapa | Dificultad física | Dificultad técnica | Del Km | Al Km | Total Km |
| 5 | MEDIA | MEDIA | 252 | 309 | 57 |

| Cota Mínima | Cota Máxima | Desnivel acumulado ascenso | Desnivel acumulado descenso |
|-------------|-------------|----------------------------|-----------------------------|
| 274 | 608 | 1332 | 1115 |

| | |
|-----------------|----------------------|
| Origen/Destino: | Fortuna/Rio Chiquito |
|-----------------|----------------------|

| Tiempo movimiento | Tiempo parado | Tiempo Total |
|-------------------|---------------|--------------|
| 5:29 | 6:33 | 12:02 |

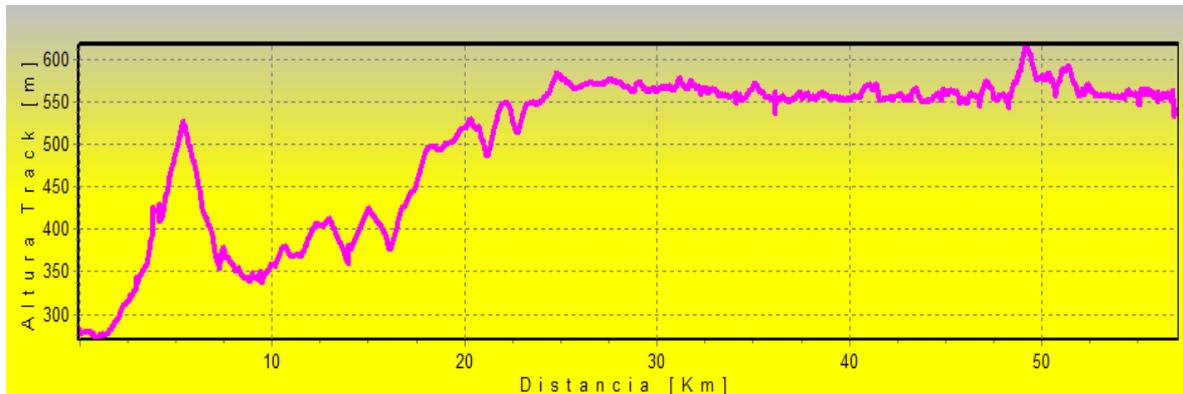
| Hora inicio | Hora Finalización |
|-------------|-------------------|
| 6:22 | 18:24 |

| | |
|---------------------|--|
| Lugares de interés: | Catarata La Fortuna, Volcán Arenal, Lago Arenal. |
|---------------------|--|

Comentario de la Ruta:

El día anterior por la tarde hicimos un transfer en carro desde Guápiles hasta Fortuna. Empezamos muy temprano a pedalear para visitar la Catarata La Fortuna. Subimos hasta los 500 metros, aunque merece la pena visitarla , pues es muy espectacular con 70 metros de altura. Nos dimos un baño y retomamos de nuevo el track marcado. Después de un buen desayuno nos dirigimos a las termas Los Laureles, que tras un rato de bañarnos, tomamos rumbo hacia el Lago Arenal a las 12 de la mañana. Para mí ha sido una de las rutas que más me han gustado de todas las que he hecho en mi vida. Tuvimos que cruzar ríos que nos llegaban a la cintura. Gran parte del recorrido lo hicimos lloviendo y a falta de una hora y media para llegar se nos hizo de noche. La incertidumbre de no saber cuando llegaríamos a Liberia lo hizo aún mas emocionante, la suerte de los pisapedales apareció cuando nos encontramos unas antiguas cabinas cerradas pero que los propietarios nos acogieron en su casa.

Perfil de la etapa: Lago Arenal Extrema



Comentario de la Foto:

Espectaculares paisajes, caminos que se convierten en ríos, serpientes que se cruzan por el sendero, lluvia y la noche que se nos viene encima.

Datos Técnicos

Nombre del Tramo: **Monteverde**

| | | | | Fecha Realización | |
|-------|-------------------|--------------------|--------|-------------------|----------|
| | | | | 10/11/2009 | |
| Etapa | Dificultad física | Dificultad técnica | Del Km | Al Km | Total Km |
| 6 | ALTA | MEDIA | 309 | 335 | 26 |

| Cota Mínima | Cota Máxima | Desnivel acumulado ascenso | Desnivel acumulado descenso |
|-------------|-------------|----------------------------|-----------------------------|
| 540 | 1389 | 1604 | 832 |

| | |
|-----------------|-------------------------|
| Origen/Destino: | Rio chiquito/Monteverde |
|-----------------|-------------------------|

| Tiempo movimiento | Tiempo parado | Tiempo Total |
|-------------------|---------------|--------------|
| 3:29 | 3:49 | 7:18 |

| Hora inicio | Hora Finalización |
|-------------|-------------------|
| 6:22 | 13:40 |

| |
|---------------------|
| Lugares de interés: |
|---------------------|

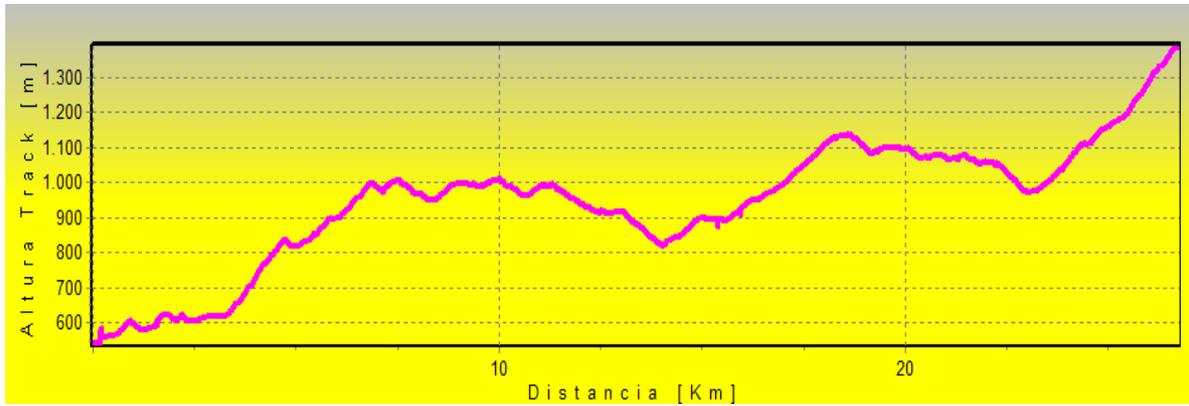
CANOPY EXTREMO

| |
|-------------------------------|
| Comentario de la Ruta: |
|-------------------------------|

Después de comentar la ruta con el propietario de las cabinas donde dormimos, decidimos acortar la ruta e irnos directamente a Monteverde pasando por Chiripa y dejando Liberia para la vuelta. Aunque sabíamos la dureza de la etapa, no nos podíamos imaginar lo que nos esperaba. Tan sólo hicimos 26 km, pero con mucha pendiente y gran parte del recorrido lo hicimos empujándole a la cleta.

Al final de la etapa hicimos otro recorte de km y resultó ser todavía peor. Al final de la etapa la suerte se cruzó en nuestro camino y pudimos hacer canopy en la última sesión. Alucinante lo del canopy, en especial la parte de Supermán y la de Tarzán. Al terminar esta actividad, un pickup nos llevó a Tilarán.

Perfil de la etapa: Monteverde



Comentario de la Foto:

El mejor canopy de Costa Rica. Varios km de cable y sus números especiales de Superman y Tarzán.

Datos Técnicos

Nombre del Tramo: Ruta de los Molinos

| | | | | Fecha Realización | |
|-------|-------------------|--------------------|--------|-------------------|----------|
| | | | | 11/11/2009 | |
| Etapa | Dificultad física | Dificultad técnica | Del Km | Al Km | Total Km |
| 7 | MEDIA | MEDIA | 335 | 407 | 72 |

| Cota Mínima | Cota Máxima | Desnivel acumulado ascenso | Desnivel acumulado descenso |
|-------------|-------------|----------------------------|-----------------------------|
| 162 | 764 | 1593 | 1648 |

| | |
|-----------------|--|
| Origen/Destino: | Tilarán/Thermas Yoko de Guayabo bagaces. |
|-----------------|--|

| Tiempo movimiento | Tiempo parado | Tiempo Total |
|-------------------|---------------|--------------|
| 6.32 | 3.41 | 10.13 |

| Hora inicio | Hora Finalización |
|-------------|-------------------|
| 7:39 | 5:52 |

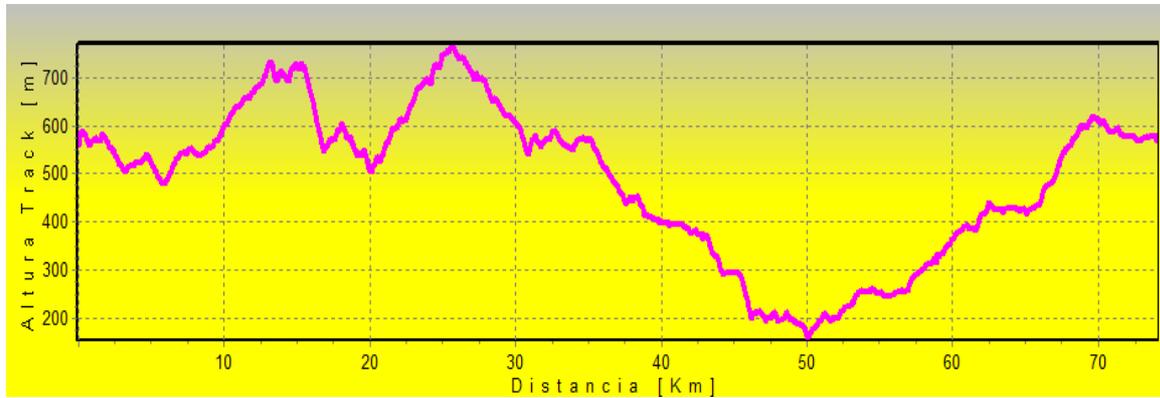
| | |
|---------------------|-----------------------------------|
| Lugares de interés: | Molinos energía eólica y thermas. |
|---------------------|-----------------------------------|

Comentario de la Ruta:

A los pocos km de salir de Liberia nos encontramos con una batería de molinos de energía eólica. Después de una bajada y luego una subida pasamos por una finca de toros y vacas un poco embarrada y el camino un tanto perdido. Y como dicen nuestros amigos los Ticos, de la cleta me bajo cuando quiero y le ayudo en las cuestas. Tardamos casi dos horas en salir de la finca, al parecer hay otra ruta alternativa para evitar este recorrido, pero la dejaremos para otra ocasión. Una vez fuera de la finca la ruta se hace más cómoda con pequeñas subidas y bajadas. Al final del día, antes de llegar a las Thermas nos topamos con unas subidas espectaculares, claro para acortar.

El broche del día lo pone las tres horas que estuvimos en el agua de las thermas, pasando de unas pozas más calientes a otras más frías. Estábamos tan cansados que la cena la hicimos en el bar dentro de la piscina. Al menos nos vimos recompensados con estos baños.

Perfil de la etapa: Ruta de los Molinos.



Comentario de la Foto:

Parte de la ruta la hicimos atravesando una finca de vacas. El camino se pierde y hubo que empujarle a la bici.

Datos Técnicos

Nombre del Tramo: Volcán Rincón de la Vieja

| | | | | Fecha Realización | |
|-------|-------------------|--------------------|--------|-------------------|----------|
| | | | | 12--11-2009 | |
| Etapa | Dificultad física | Dificultad técnica | Del Km | Al Km | Total Km |
| 8 | MEDIA | BAJA | 407 | 464 | 57 |

| Cota Mínima | Cota Máxima | Desnivel acumulado ascenso | Desnivel acumulado descenso |
|-------------|-------------|----------------------------|-----------------------------|
| 137 | 812 | 793 | 1182 |

| | |
|-----------------|-------------------------|
| Origen/Destino: | Termales Yoko / Liberia |
|-----------------|-------------------------|

| Tiempo movimiento | Tiempo parado | Tiempo Total |
|-------------------|---------------|--------------|
| 4:23 | 3:10 | 7:33 |

| Hora inicio | Hora Finalización |
|-------------|-------------------|
| 9:01 | 16:34 |

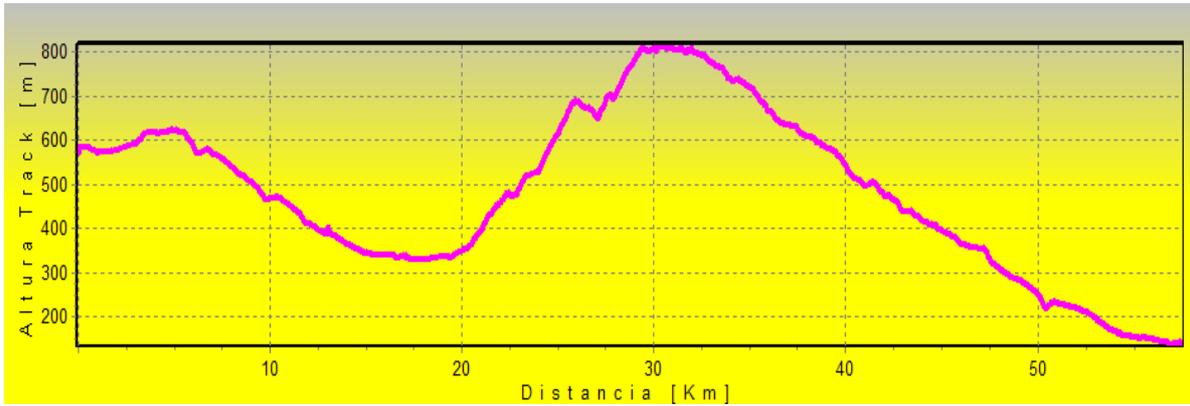
| | |
|---------------------|--|
| Lugares de interés: | Volcanes Rincón de la Vieja, Miravalles y Tenorio. |
|---------------------|--|

Comentario de la Ruta:

Después del buen descanso del día anterior iniciamos la etapa por carretera y bajada. Prontamente nos salimos del asfalto para abandonarlo hasta llegar al final del recorrido. Es un camino muy bonito, todo rodeado de mucha vegetación y teniendo presente los tres volcanes anteriormente citados. El paseo es muy cómodo con sólo algunos kilómetros de subidas pero que se hacen cómodos por los descansillos que tiene. A falta de unos 20 km del final nos encontramos con una bajada hasta Liberia.

Entramos en unas de las poblaciones más grandes de Costa Rica dónde pasaremos la noche. Visitamos la ciudad, cenamos con una antigua amiga de Jose Luis Rubio y nos tomamos una copita en un Karaoke.

Perfil de la etapa: Volcán Rincón de la Vieja



Comentario de la Foto: Al fondo el Volcán Rincón de la Vieja.

COSTA RICA.....en cleta

Datos Técnicos

| | | | | | |
|--|--------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|--------------|-----------------|
| Nombre del Tramo: Entrando al Pacífico. | | | Fecha Realización | | |
| | | | 13/11/2009 | | |
| | Dificultad física | Dificultad técnica | Del Km | Al Km | Total Km |
| | BAJA | BAJA | 464 | 532 | 68 |
| Etapas | | | | | |
| 9 | Cota Máxima | Desnivel acumulado ascenso | Desnivel acumulado descenso | | |
| | 208 | 790 | 932 | | |
| Cota Mínima | | | | | |
| 0 | LIBERIA / PLAYA PENCA | | | | |

| | | |
|------------------------|----------------------|---------------------|
| Origen/Destino: | Tiempo parado | Tiempo Total |
| | 4:46 | 9:34 |

| | | |
|--------------------------|--|--------------------------|
| Tiempo movimiento | | Hora Finalización |
| 4:48 | | 17:12 |

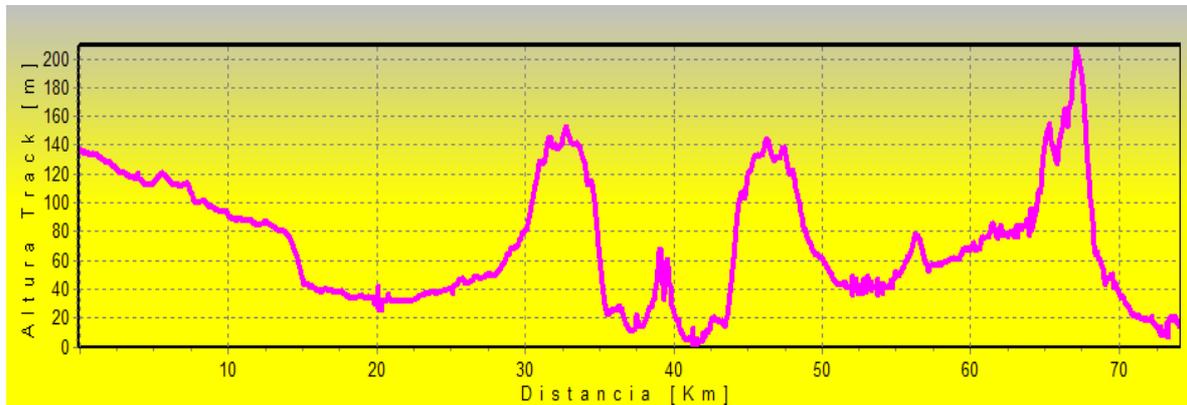
| |
|--------------------|
| Hora inicio |
| 7:38 |

Lugares de interés: PLAYA HERMOSA, PLAYA POTRERO Y PLAYA PENCA.

Comentario de la Ruta:

Salimos de Liberia tempranito para hacer por carretera unos 35 km hasta playa hermosa y visitar a nuestro amigo Jose Ramón "Bombero" y familia. Después de enseñarnos su bonito apartamento en playa hermosa nos vamos para la playa a darnos un baño para luego encaminarnos hacia el Sardinal. Un poco antes del Sardinal cogemos un camino hacia la derecha que nos llevará hasta playa penca y playa potrero. La etapa discurre por un bonito sendero, muy tranquilo, fuera de la circulación a motor. La etapa finaliza con un baño en playa penca y una cena en el chiringuito que hay en playa potrero.

Perfil de la etapa: Entrando al Pacífico



Vegetación que llega hasta la misma playa. Primer baño en el pacífico.

Comentario de la Foto:

Página 18

Datos Técnicos

Nombre del Tramo: Playas del Pacífico.

| | | | | | |
|--------------------|--------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|--------------|-----------------|
| | | | Fecha Realización | | |
| | | | 14/11/2009 | | |
| | Dificultad física | Dificultad técnica | Del Km | Al Km | Total Km |
| | BAJA | BAJA | 532 | 567 | 35 |
| Etapa | | | | | |
| 10 | Cota Máxima | Desnivel acumulado ascenso | Desnivel acumulado descenso | | |
| | 87 | 511 | 569 | | |
| Cota Mínima | | | | | |
| 0 | PLAYA PENCA / TAMARINDOS | | | | |

| | | |
|--------------------------|--------------------------|---------------------|
| Origen/Destino: | Tiempo parado | Tiempo Total |
| | 1:56 | 5:17 |
| Tiempo movimiento | | |
| 3:21 | Hora Finalización | |
| | 11:53 | |
| Hora inicio | | |
| 6:36 | | |

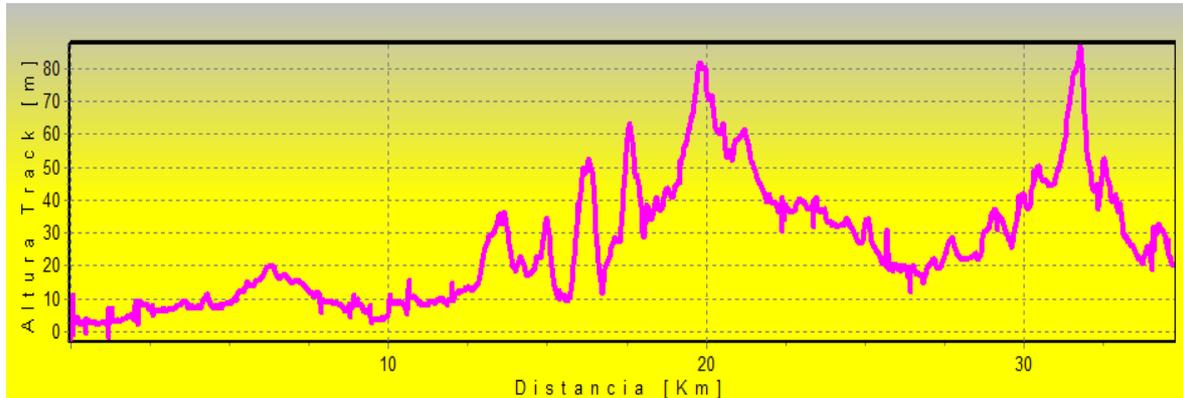
Lugares de interés: PLAYA BRASILITO, PLAYA CONCHAL Y TAMARINDOS

Comentario de la Ruta:

Salimos de playa potrero para dirigirnos a playa conchal y darnos el primer baño del día. Inmediatamente después abandonamos carretera para coger dirección a Tamarindos por Matapalo y Villareal. En esta última población cogemos un camino muy bonito que nos lleva hasta la playa.

Una vez en Tamarindos nos damos un baño, buscamos donde dormir y hacemos algunas compras. Las rutas en bici se han terminado, pues al siguiente día nos quedamos en esta población para que Jose Luis pueda hacer Submarinismo y el resto de los integrantes atreverse con el surf. Pasamos una mañana muy divertida y posteriormente alquilamos dos vehiculos todo terreno para realizar el resto de ruta hasta el aeropuerto y así poder hacer el penúltimo día el rafting que teníamos programado. El último día por la mañana antes de coger el avión lo aprovechamos para visitar el Volcán Poás. Ha sido uno de los mejores viajes que hemos realizado en bicicleta y nos vamos a casa casi con la seguridad de que algún día, no sabemos cuando, volvamos a esta tierra que nos ha dado tanta satisfacción. Desde aquí les doy las gracias a nuestros amigos de Costa Rica, Amura, Bombero, Doctor Gilbert y a todos los que han hecho posible este viaje.

Perfil de la etapa: Playas del Pacífico.



Con la marea baja, se puede pedalear por la misma arena.

Comentario de la Foto: