

3 días en el Caribe sur

Puerto Viejo de Talamanca, Limón — Costa Rica • Sin fecha

18
ACTIVIDADES

S/ 425 – 678
COSTO ESTIMADO

33 h 40 min
TIEMPO

Precios por persona en S/. Los descuentos dependen de la promoción vigente: confirma antes de pagar.

Llegada y primer contacto

6 actividades • S/ 122 – 194 • 10 h 15 min

Centro de Puerto Viejo • Playa Negra • Playa Cocles

El primer día se va casi entero en llegar: son 4 h 30 desde San José y no hay atajo. La meta es simple: llegar, conseguir bicicleta (esto define todo el resto del viaje), comer algo local de verdad y ver el atardecer sin apuros. Nada que requiera reserva.

06:00

10:30
4 h 30 min

San José → Puerto Viejo en bus MEPE ★

S/ 48

TRASLADO Terminal del Caribe, San José

El bus directo de Autotransportes MEPE sale de la Terminal del Caribe y tarda unas 4 h 30. Es la forma más barata de llegar, con diferencia: el shuttle privado cuesta veinte veces más. Salen aproximadamente cada dos horas entre las 6:00 y las 16:00.

Tip: El pasaje se compra en ventanilla, en efectivo, y cuesta unos ₡7.230. Llega 40 minutos antes: no hay venta en línea confiable y en temporada alta se llenan. Toma el de las 6:00 para que te quede toda la tarde libre. Lleva un abrigo ligero, el aire acondicionado va fuerte.

[Abrir en Google Maps →](#)

11:30

12:00
30 min

Alquilar bicicleta ★

S/ 20 – 51

AVENTURA Centro de Puerto Viejo

El camino Puerto Viejo–Manzanillo es plano, pegado al mar y casi todo pavimentado: en la zona le dicen la autopista de bicicletas. Con bicicleta llegas a Cocles en 5 minutos, a Punta Uva en 25 y a Manzanillo en 45. Sin bicicleta dependes del bus y pierdes medio día.

Tip: Hay locales desde \$6 al día hasta \$15 (mejor mantenida, con candado y canasta). Alquícala por los 3 días de una vez, sale más barato. Prueba los frenos antes de pagar y revisa que el candado cierre: el robo de bicicletas es el delito más común del pueblo.

[Abrir en Google Maps →](#)

12:45

13:45
1 h

Almuerzo en Soda Lidia ★

S/ 20 – 34

COMIDA Detrás de la calle principal

Una soda es el comedor de barrio costarricense, y esta es la más querida del pueblo. Comida afrocaribeña casera: pollo o camarones en salsa caribeña, rice and beans cocidos en leche de coco, patacones. Es donde comen los locales, no los tours.

Tip: Pide el pollo caribeño con rice and beans: es el plato insignia de la costa y no se parece en nada al arroz con frejoles peruano, el coco lo cambia todo. Solo efectivo.

[Abrir en Google Maps →](#)

14:15

15:45
1 h 30 min

Playa Negra

Gratis

PLAYA 5 min al norte del centro

Arena negra volcánica y casi nadie, a diez minutos caminando del centro. No es la playa más bonita de la zona, pero es la más cercana y sirve perfecto para el primer chapuzón. El contraste de la arena oscura con el agua turquesa se ve muy bien en foto.

Tip: Es de las pocas playas de la zona donde se puede nadar tranquila casi siempre. No dejes nada de valor en la arena mientras te metes al agua, ni siquiera un rato.

[Abrir en Google Maps →](#)

17:30

18:45

1 h 15 min

Atardecer y vuelta por el centro

DESCANSO Calle principal frente al mar

La calle principal da directo al mar: puestos de artesanía rasta, música en vivo saliendo de los bares, gente jugando vóley en la arena. Es un pueblo pequeño y caminable, y a esta hora es cuando se pone bonito.

Tip: El sol en el Caribe se mete temprano, alrededor de las 17:40. Si quieres la foto del atardecer, ve a las 17:00: aquí no hay crepúsculo largo, oscurece rápido.

[Abrir en Google Maps →](#)**Gratis****19:00**

20:30

1 h 30 min

Cena en Tasty Waves Cantina

COMIDA Playa Cocles

Cantina relajada sobre Cocles, con tacos, música en vivo varias noches y precios de mochilero. Los martes hacen 2x1 en tacos.

Tip: Cierra los miércoles. Si vas un martes, es 2x1 en tacos.

[Abrir en Google Maps →](#)**S/ 34 – 61**

La ruta de las playas

8 actividades • S/ 177 – 259 • 11 h 10 min

Playa Chiquita • Punta Uva • Manzanillo — 13 km en bicicleta

Este es el día por el que vale la pena venir. Un solo camino plano de 13 km que va enlazando playa tras playa, cada una mejor que la anterior, hasta terminar en Manzanillo donde se acaba el asfalto y empieza la selva. Casi todo es gratis, y Punta Uva es sin discusión la playa más bonita del Caribe costarricense.

07:30

08:30

1 h

Desayuno en Bread & Chocolate ★

COMIDA Media cuadra de la calle principal

La panadería-cafetería de culto del pueblo: todo hecho en casa, incluido el chocolate, que muelen ellos mismos con cacao de la zona. Desayunos abundantes y café bueno de verdad.

Tip: Abre a las 6:30. Cierra los lunes. Pide el chocolate caliente hecho con su propio cacao. Se llena a partir de las 8:30.

[Abrir en Google Maps →](#)**S/ 17 – 31****09:30**

11:00

1 h 30 min

Jaguar Rescue Center ★

NATURALEZA Playa Chiquita, 4 km al sur

Centro de rescate y rehabilitación de fauna: perezosos, monos aulladores huérfanos, tucanes, serpientes, ranas venenosas. No es un zoológico: el objetivo es devolverlos a la selva, y el tour lo dan biólogos. Es la actividad pagada mejor calificada de la zona.

Tip: Solo hay dos tours públicos al día, 9:30 y 11:30, de lunes a sábado. DOMINGO CERRADO. Reserva con anticipación en temporada alta. Lleva efectivo: el datáfono falla seguido. Pide el grupo en español.

[Abrir en Google Maps →](#)**S/ 85 – 92****11:20**

12:10

50 min

Pozas de coral de Playa Chiquita

PLAYA Playa Chiquita

No es una playa sola sino una serie de calas pequeñas escondidas entre el coral, que en marea baja quedan como piscinas naturales de agua tibia y transparente. Hay que entrar por los senderos pequeños desde el camino principal.

Tip: Solo funciona con marea baja: revisa la tabla de mareas la noche anterior. ZAPATOS DE AGUA obligatorios, el fondo es coral muerto y corta. Es una de las playas más seguras para nadar de la zona.

[Abrir en Google Maps →](#)**Gratis****12:15**

14:45

2 h 30 min

Punta Uva y el columpio de la palmera ★

PLAYA Punta Uva, 8 km al sur

La playa más bonita del Caribe de Costa Rica: arena color marfil, agua turquesa quieta protegida por el arrecife, palmeras inclinadas sobre el agua. En Playa Arrecife, unos 500 m al sur del cabo, está la palmera curvada con el columpio de cuerda. Es normal ver monos y perezosos desde la arena.

Tip: Para llegar: 8 km al sur; cuando veas el Super Punta Uva, toma el camino de tierra de enfrente. Es la playa más segura para nadar de toda la costa. Trae algo de comer: hay pocos sitios y cierran temprano. La luz para fotos es mejor por la mañana o después de las 15:00.

[Abrir en Google Maps →](#)**Gratis**

13:15

14:30

1 h 15 min

Almuerzo en Manzanillo

COMIDA Pueblo de Manzanillo, km 13

Manzanillo es donde se termina la carretera: un pueblo pequeño de pescadores con cuatro restaurantes con los pies en la arena. Pescado fresco del día, casados, ceviche. El Cool & Calm Cafe es el clásico.

Tip: Pide el pescado entero del día con patacones. Efectivo: casi nadie acepta tarjeta aquí. Si quieres hacer el sendero después, come ligero.

[Abrir en Google Maps →](#)**S/ 34 – 54****15:00**

16:45

1 h 45 min

Sendero Gandoca-Manzanillo

NATURALEZA Refugio Nacional Gandoca-Manzanillo

El refugio empieza al final de la playa de Manzanillo y la entrada es gratis. El sendero bordea acantilados sobre el mar entre selva densa, con miradores hacia calas vacías. Con caminar 45 minutos hasta el primer mirador y volver ya te llevas lo mejor.

Tip: Gratis y sin control de entrada, lo que también significa que no hay nadie vigilando: no lo hagas sola si puedes evitarlo, y sal con tiempo antes de las 17:00. Zapatillas cerradas, repelente y agua.

[Abrir en Google Maps →](#)**Gratis****16:50**

17:40

50 min

Regreso a Puerto Viejo

TRASLADO Manzanillo → Puerto Viejo

Vuelta de 13 km. En bicicleta son unos 45 minutos; también pasa el bus público cada hora aproximadamente y cuesta monedas.

Tip: Sal de Manzanillo antes de las 17:00 sin falta. El camino no tiene alumbrado, oscurece de golpe y andar en bicicleta a oscuras en esa ruta es la peor idea del viaje. El bus lleva la bicicleta sin problema.

[Abrir en Google Maps →](#)**S/ 0 – 7****19:30**

21:00

1 h 30 min

Cena en Stashu's Con Fusion

COMIDA Salida sur del centro

Cocina de fusión caribeña con curries de la India, muchísima opción vegetariana y sabores que no vas a encontrar en otro lado del pueblo. Porciones grandes, precios medios.

Tip: Cierra los miércoles. Los curries de coco son su especialidad. Vale la pena reservar en temporada alta.

[Abrir en Google Maps →](#)**S/ 41 – 75**

Naturaleza o cultura — elige una

4 actividades • S/ 126 – 225 • 12 h 15 min

Parque Nacional Cahuita • o el tour de chocolate bribri

El último día tiene dos caminos posibles y no alcanza el tiempo para los dos. Cahuita es fauna y playa, cuesta prácticamente nada y es la opción segura. El tour bribri es cultura indígena, cacao y cascada: lo más distinto del viaje, pero cuesta entre 5 y 10 veces más.

07:30

12:30

5 h

Parque Nacional Cahuita ★

NATURALEZA Cahuita, 20 min al norte

Un sendero llano de arena pegado a la playa durante 8 km, con perezosos, monos aulladores y carablanca, mapaches y tucanes prácticamente garantizados a primera hora. La entrada por Kelly Creek es por donación voluntaria.

Tip: Entra por Kelly Creek (el pueblo de Cahuita), NO por Puerto Vargas, que sí cobra entrada fija. La donación sugerida es de \$5 y va a la comunidad: págala. SOLO EFECTIVO. Llega a las 7:30: entre 7 y 10 de la mañana se ven diez veces más animales que a mediodía.

[Abrir en Google Maps →](#)**S/ 17 – 27****12:45**

14:00

1 h 15 min

Almuerzo en el pueblo de Cahuita

COMIDA Cahuita

Cahuita es más pequeño y más tranquilo que Puerto Viejo, con casas de madera de colores y un ritmo muy caribeño. Sodas frente al mar con casados y pescado a precios de pueblo.

Tip: Si te queda tiempo, camina las cuatro calles del pueblo: es la postal caribeña que Puerto Viejo ya perdió un poco.

[Abrir en Google Maps →](#)**S/ 27 – 48**

15:30

17:00

1 h 30 min

Compras: chocolate, café y artesanía

CULTURA Calle principal, Puerto Viejo

Lo que realmente vale la pena llevarte: chocolate bribri o de Caribbeans, café de Talamanca, salsa picante caribeña, y pan bon (un pan dulce especiado que solo se hace en esta costa).

Tip: Negocia el precio en los puestos de artesanía, es lo esperado. El chocolate en barra viaja bien; el pan bon no, cómelo ahí. Revisa que el café diga de Talamanca.

[Abrir en Google Maps →](#)

S/ 34 - 102

16:00

20:30

4 h 30 min

Regreso a San José

TRASLADO Parada de bus, centro

El bus MEPE de vuelta sale desde la parada del centro. Mismo precio y misma duración: unas 4 h 30 hasta la Terminal del Caribe.

Tip: Compra el pasaje de vuelta el día anterior en la caseta: los últimos buses se llenan. Si tienes vuelo al día siguiente temprano, no tomes el último.

[Abrir en Google Maps →](#)

S/ 48

Para probar

Rice and beans

El plato bandera de la costa. Arroz y frijoles cocidos en leche de coco con tomillo y chile panameño. No tiene nada que ver con el arroz con frejoles: el coco lo cambia todo.

Rondón

Sopa espesa de pescado o carne con leche de coco, yuca, plátano y tubérculos. Se cocina lento y hay que pedirla con anticipación en muchos sitios. Es LA comida afrocaribeña del país.

Patacones

Plátano verde aplastado y frito dos veces, con pico de gallo o frijol molido. Primo hermano de los tostones, se comen con todo.

Pan bon

Pan dulce oscuro con especias, fruta confitada y queso encima. Solo se hace en esta costa, es herencia jamaíquina.

Agua de sapo

No lleva sapo. Es limonada con jengibre y chancaca, servida bien fría. Lo mejor que existe para el calor de las 2 de la tarde.

Casado

El menú del día costarricense: arroz, frijoles, ensalada, plátano maduro y una proteína. Entre S/ 20 y S/ 35 en cualquier soda.

Pati

Empanada caribeña de masa hojaldrada rellena de carne picante. Se vende en la calle por monedas.

Cacao bribri

Talamanca es zona cacaotera desde antes de la colonia. Prueba el chocolate caliente espeso y sin azúcar de Bread & Chocolate o Caribbeans.

Lo que hay que saber

Dinero: lleva efectivo

Se usan colones y dólares indistintamente, pero el vuelto siempre viene en colones. Muchísimos sitios de esta costa son solo efectivo: las sodas, la entrada de Cahuita, los buses, los puestos de artesanía. Hay cajeros en el centro pero se quedan sin dinero los fines de semana. Retira efectivo en San José antes de salir. Presupuesto realista sin hospedaje: entre S/ 120 y S/ 200 por día.

Moverse: bicicleta primero, bus después

El camino Puerto Viejo-Manzanillo (13 km) es plano y pegado al mar. En bicicleta: Cocles 5 min, Playa Chiquita 15, Punta Uva 25, Manzanillo 45. También hay bus público en ese tramo, cada hora aproximadamente y por monedas, y acepta bicicletas. De noche, taxi siempre.

Dónde dormir

Cama en dormitorio compartido desde unos S/ 20–70 la noche; habitación privada en hostel o cabina desde S/ 115 hasta S/ 160. Verifica que la habitación tenga mosquitero y cerradura de verdad, y que el hospedaje quede sobre el camino principal para no depender de taxis.

Qué llevar sin falta

Zapatos de agua (el fondo de Chiquita y Manzanillo es coral y corta), repelente fuerte, bloqueador reef-safe, poncho o casaca impermeable ligera, linterna, bolsa hermética para el celular y una mochila pequeña que puedas llevar en bicicleta. Nada de ropa de abrigo: son 27–30 °C todo el año.

Clima y temporada

El Caribe de Costa Rica tiene su propio calendario, al revés del resto del país: los meses más secos y con mejor mar son septiembre y octubre, y también febrero–marzo. En cualquier caso llueve fuerte pero corto, casi siempre por la tarde.

Seguridad — léelo, no es relleno

Puerto Viejo es tranquilo pero tiene robo de oportunidad: nunca dejes cosas solas en la arena ni en la bicicleta. No camines ni pedalees de noche por caminos sin luz. Cuidado con las corrientes de resaca en Cocles y Playa Negra; Punta Uva y las pozas de Playa Chiquita son las opciones seguras para nadar. Guarda pasaporte y dinero en la caja fuerte del hospedaje.