



SÍ COMO NO
RESORT & WILDLIFE REFUGE
Manuel Antonio, Costa Rica

TOUR BOOK*
LIBRO DE TOURS

SELECTED TOURS

TOURS SELECCIONADOS

Immerse yourself in a guide to experiences in Si Como No meticulously selected to introduce you to captivating possibilities and local attractions. These excursions and activities are structured to deepen your connection with the harmony of nature.

Ready for a memorable adventure?

Sumérgete en una guía de experiencias de Si Como No, que meticulosamente seleccionamos para introducirte a posibilidades cautivadoras y atracciones locales. Estas excursiones y actividades están diseñadas para profundizar tu conexión con la armonía de la naturaleza.

¿Listo para una aventura memorable?

TOUR ESSENTIALS CHECKLIST

LISTA DE ELEMENTOS ESENCIALES PARA EL TOUR

We recommend sporting breathable, lightweight, and comfortable clothes, including hiking shoes or sneakers, a hat, and sunglasses for all activities. Using high-protection sunscreen and insect repellent is important. Remember to bring your camera and binoculars to make your activity unforgettable.

Recomendamos usar ropa transpirable, liviana y cómoda, que incluya zapatos de senderismo o zapatillas, un sombrero y gafas de sol para todas las actividades. Es importante utilizar protector solar de alta protección y repelente de insectos. No olvides llevar tu cámara y binoculares para hacer de tu actividad una experiencia inolvidable.



LEGEND

LEYENDA

Please find below an explanation of the icons that you will find in the practical information section of each experience or activity throughout this guide.

A continuación encontrará una explicación de los íconos que encontrará en la sección de información práctica de cada experiencia o actividad a lo largo de esta guía.



Pick up - Hora de salida



Duration - Duración



Age recommendation -
Edad recomendada



Recommended -
Recomendación



Included - Incluye



ZIP LINE

Thrilling zip line adventure above the natural reserve, just in the heart of Manuel Antonio. With 10 lines, 16 platforms, 2 Elevated anchored, river platform, exploring 2 nature jungle trails and 4 suspension bridges and more adventure with 100 foot waterfall rappel (optional) ends on the Landing Platform (Right at Manuel Antonio main road).

Emocionante aventura en tirolesa por encima de la reserva natural, justo en el corazón de Manuel Antonio. Con 10 líneas, 16 plataformas, 2 plataformas elevadas ancladas, plataforma sobre el río, exploración de 2 senderos naturales en la jungla y 4 puentes colgantes, y más aventuras con un rappel de 100 pies por una cascada (opcional). Termina en la plataforma de aterrizaje, justo en la carretera principal de Manuel Antonio.



8:00am | 11:00am | 2:00pm



2.5 hours

2.5 horas



Maximum weight: 280 pounds

Peso máximo: 280 libras



Wearing comfortable clothes, bug repellent, sunscreen

Viste ropa cómoda y usa repelente de insectos y protector solar



Fruits, water, Equipment, Bilingual Guide

Frutas, agua, equipo y guía bilingüe



GUIDED BUTTERFLIES & CROCODILE TOUR

Enjoy peaceful visit to the butterfly garden, Sukia's home to many types of these magnificent insects, as well as the Blue Morpho. Which will literally fly all around you, its an amazing experience. The crocodile lagoon is home of rescued species that are cared for to prevent them from becoming part of the illegal trade. Learn about crocodiles and see them up close.

Disfruta de una visita tranquila al jardín de mariposas, el hogar de Sukia, donde encontrarás muchos tipos de estos magníficos insectos, incluido la Blue Morpho, que literalmente volará a tu alrededor para una experiencia única. La laguna de cocodrilos alberga especies rescatadas que son cuidadas para evitar que se conviertan en parte del comercio ilegal. Aprende sobre los cocodrilos y obsérvalos de cerca.



8am | 10am



2 hours

2 horas



Activity level: easy

Nivel de actividad: fácil



Sunscreen, sun hat, sunglasses, long pants, trail shoes, mosquito repellent, camera - film

Protector solar, sombrero para el sol, gafas de sol, pantalones largos, zapatos para caminar, repelente de mosquitos, cámara con película



SANTA JUANA RURAL MOUNTAIN ADVENTURE TOUR

There is no experience like combining the "magic of nature" and the authentic rural heritage of Costa Rica in this, our top-rated tour. Certified guides take you on an incredible tour of nature, conservation and rural culture.

No hay experiencia comparable a combinar la "magia de la naturaleza" y el auténtico patrimonio rural de Costa Rica en este, nuestro tour mejor valorado. Guías certificados te llevan en un increíble recorrido por la naturaleza, la conservación y la cultura rural.



7:20am



All day

Todo el día



6+ | Activity level: easy

Nivel de actividad: fácil



Tshirt (2), shorts, bathing suit, hat, sunglasses, closed toe trail shoes, sandals with straps or water shoes, camera, binoculars





Camisetas (2), pantalones cortos, traje de baño, sombrero, gafas de sol, zapatos cerrados para senderismo, sandalias con correas o zapatos de agua, cámara, binoculares



SURFING LESSONS

The best option for anyone seeking a short but intense lesson and introduction into the world of surfing. To begin practicing some safety recommendations before hitting the waves for your surfing lesson. Our special teaching techniques will have you up in no time, and our patient and experienced instructors give you lots of tips along the way to help you find that perfect and balanced form on the board.

La mejor opción para aquellos que buscan una lección corta pero intensa e introducción al mundo del surf. Comenzarás practicando algunas recomendaciones de seguridad antes de lanzarte a las olas para tu lección de surf. Nuestras técnicas de enseñanza especiales te tendrán de pie en poco tiempo, y nuestros instructores pacientes y experimentados te darán muchos consejos en el camino para ayudarte a encontrar esa forma perfecta y equilibrada en la tabla.

	Depending of the high tide	Dependiendo de la marea alta
	2 hours	2 horas
	All ages in a good health condition	Todas las edades en buen estado de salud
	Sunscreen, hat, sunglasses, towel, swimwear	Protector solar, sombrero, gafas de sol, toalla, traje de baño
	Round trip transportation, all equipment needed, bilingual instructor, chair and umbrellas at the beach, fruits, water	Transporte de ida y vuelta, todo el equipo necesario, instructor bilingüe, sillas y sombrillas en la playa, frutas y agua



OCEAN KAYAK TOUR

Discover the rich coastal biodiversity as we guide you through various beaches, some accessible only by kayak. Our adaptable Ocean Kayak tour, tailored to your expertise, departs from Naomi Beach or the public beach of Manuel Antonio, depending on weather conditions. Rest, relax, and immerse yourself in the tropical beauty of these unique locations along the way.

Descubre la rica biodiversidad costera mientras te guiamos por diversas playas, algunas accesibles solo en kayak. Nuestro tour adaptable de Ocean Kayak, diseñado según tu experiencia, parte desde Playa Naomi o la playa pública de Manuel Antonio, según las condiciones climáticas. Descansa, relájate e sumérgete en la belleza tropical de estos lugares únicos a lo largo del recorrido.



7:30 am | 3:30 pm



3 hours

3 horas



All ages in a good health condition

Todas las edades en buen estado de salud



Sunscreen, hat, sunglasses, towel, swimwear

Protector solar, sombrero, gafas de sol, toalla, traje de baño



Round trip transportation, all equipment needed, bilingual instructor, water or coconut water and fresh fruits

Transporte de ida y vuelta, todo el equipo necesario, instructor bilingüe, agua o agua de coco y frutas



NAUYACA WATERFALL

One of the most impressive waterfalls in all of Costa Rica - Nauyaca is mother natures waterpark. First, we will stop at a waterfall and swimming hole to cool off and do some small jumps. After we will drive to Nauyaca and hike through the jungle about 25 minutes and learn about the area, flora and fauna.

Una de las cascadas más impresionantes de toda Costa Rica, Nauyaca es el parque acuático de la madre naturaleza. Primero, nos detendremos en una cascada y poza para refrescarnos y realizar algunos saltos pequeños. Después, conduciremos hacia Nauyaca y caminaremos unos 25 minutos a través de la selva para aprender sobre la zona, su flora y fauna.



8:30am



6 hours

6 horas



All ages

Todas las edades



Dry bags, life jackets, shoes or rugged sandals, dry change of clothes, towel, sunscreen

Bolsas impermeables, chalecos salvavidas, zapatos o sandalias resistentes al agua, cambio de ropa seca, toalla, protector solar



Lunch, fruits, water, bilingual guides, transportation

Almuerzo, frutas, agua, guías bilingües, transporte



GUIDED TOUR OF THE NATIONAL PARK

Explore the enchanting Manuel Antonio National Park with your guide, discovering diverse flora and fauna along well-maintained trails. Learn about unique plant life, spot camouflaged fauna, and observe monkeys, agouti, sloths, and deer. Conclude your adventure with a jungle beach hike and a refreshing swim in crystalline waters.

Explora el encantador Parque Nacional Manuel Antonio con tu guía, descubriendo una diversa flora y fauna a lo largo de senderos bien mantenidos. Aprende sobre la vida vegetal única, detecta fauna camuflada y observa monos, agutíes, perezosos y ciervos. Concluye tu aventura con una caminata por la playa en la jungla y un refrescante baño en aguas cristalinas.



7:30am



3 hours

3 horas



All ages

Todas las edades



Sunscreen, sun hat, sunglasses, long pants, hiking shoes, mosquito repellent, beach towel and bathing suit.

Protector solar, sombrero para el sol, gafas de sol, pantalones largos, calzado de senderismo, repelente de mosquitos, toalla de playa y traje de baño



Transportation, park entrance fee, bilingual guide.

Transporte, tarifa de entrada al parque y guía bilingüe



GUIDED NIGHT TOUR

When the night arrives, the whole forest changes, and this tour is about it, you will have an extraordinary experience. While discovering the behavior, of the forest at nighttime, it's totally worth it!

Cuando llega la noche, todo el bosque cambia, y este recorrido trata sobre eso; tendrás una experiencia extraordinaria. ¡Vale totalmente la pena mientras descubres el comportamiento del bosque durante la noche!

 5:30pm

 2 hours

2 horas

 6+ | Activity level: easy

Nivel de actividad: fácil



Walking shoes - sneakers, short or lightweight long pants, lightweight waterproof jacket during green season, waterbottle, camera

Zapatos para caminar (zapatillas deportivas), pantalones cortos o pantalones ligeros, chaqueta ligera impermeable durante la temporada de lluvias, botella de agua, cámara



Certified guide, flashlight






Guía certificado, linterna



PADDLE EXPERIENCE

Relax and spend a fun morning or afternoon on this half-day paddleboard tour of Manuel Antonio. Paddle boarding is a great activity for all ages and levels, you'll experience the natural beauty of Costa Rica from a new angle, and it's great exercise to boot! There's no better place to enjoy this activity than the beautiful coastline of Manuel Antonio.

Relájate y pasa una mañana o tarde divertida en este recorrido de paddleboard de medio día por Manuel Antonio. El paddleboard es una actividad excelente para todas las edades y niveles; experimentarás la belleza natural de Costa Rica desde un nuevo ángulo, ¡y además es un excelente ejercicio! No hay mejor lugar para disfrutar de esta actividad que la hermosa costa de Manuel Antonio.




 8:45am 2:45pm	
 3 hours	3 horas
 All ages in a good health condition	Todas las edades en buen estado de salud
 Sunscreen, hat, sunglasses, towel, swimwear, sandals or flip flops	Protector solar, sombrero, gafas de sol, toalla, traje de baño, sandalias o chanclas
 Round trip transportation, all equipment needed, bilingual instructor, snacks, water	Transporte de ida y vuelta, todo el equipo necesario, instructor bilingüe, refrigerios y agua



OCEAN PEDAL KAYAK TOUR

Easily navigate through the ocean kayak tour you'll get the chance to explore one of Costa Rica's most bio-diverse ecosystems from the comfort of your personal pedal kayak.

Navega fácilmente a través del recorrido en kayak por el océano y tendrás la oportunidad de explorar uno de los ecosistemas más biodiversos de Costa Rica desde la comodidad de tu kayak a pedal personal.






 8:45am 2:45pm	
 3 hours	3 horas
 All ages in a good health condition	Todas las edades en buen estado de salud
 Sunscreen, cap to cover from sun, towel, appropriate swimwear, sandals or flip flops	Protector solar, gorra para cubrirse del sol, toalla, traje de baño adecuado, sandalias o chanclas
 Round trip transportation, all equipment needed, bilingual instructor, snacks, water, dry bags	Transporte de ida y vuelta, todo el equipo necesario, instructor bilingüe, refrigerios, agua y bolsas impermeables



DAMAS ISLAND BOAT TRIP

Discover the secrets of Damas Island's mangroves, a place where the magic of the rainforest meets the serenity of the ocean.

Descubre los secretos de los manglares de la Isla Damas, un lugar donde la magia de la selva tropical se encuentra con la serenidad del océano.



	Depend of the Ocean Tides	Dependiendo de la marea
	4 hours	4 horas
	All ages	Todas las edades
	Round trip transportation, bilingual and naturalists guides, delicious meal, fruits and juice	Transporte de ida y vuelta, guías bilingües y naturalistas, deliciosa comida, frutas y jugo
	Wear comfortable clothing and water shoes that might get wet, sun block lotion, towel, camera, and a hat	Viste ropa cómoda y zapatos de agua que puedan mojarse, protector solar, toalla, cámara y un sombrero



DAMAS ISLAND KAYAKING

If you think the Damas Island Estuary and Mangrove Boat Tour is sedentary, then let our “interactive” tropical rainforest and delicate mangrove ecosystem knock you out of your seat in your kayak – literally.

Si piensas que el recorrido en bote por el Estuario e Islas Damas es sedentario, entonces deja que nuestro bosque tropical "interactivo" y el delicado ecosistema de manglares te saquen literalmente de tu asiento en tu kayak.

	Depend of the Ocean Tides	Dependiendo de la marea
	4 hours	4 horas
	7+	
	Wear comfortable clothing and water shoes that might get wet, sun block lotion, towel, camera, and a hat	Viste ropa cómoda y zapatos de agua que puedan mojarse, protector solar, toalla, cámara y un sombrero
	Single or Double Open-Seat Kayaks Available, Round trip transportation, bilingual and naturalists guides, all equipment needed, secure lockers, a great meal, fruits and juice	Kayaks individuales o dobles disponibles, transporte de ida y vuelta, guías bilingües y naturalistas, todo el equipo necesario, casilleros seguros, una excelente comida, frutas y jugo



FULL DAY WATERFALL TOUR

Immerse yourself in the essence of Costa Rica, where nature beckons as our playground and the jungle unfolds its magical setting. A favorite among families, this tour caters to diverse interests. For the adventurous, there are exhilarating opportunities to jump off waterfalls and glide down natural rock slides. Alternatively, those seeking a more leisurely pace can bask in the charm of tranquil swimming holes beneath the jungle canopy. Embark on a journey to explore three captivating waterfalls.

Sumérgete en la esencia de Costa Rica, donde la naturaleza nos llama como nuestro patio de recreo y la selva despliega su entorno mágico. Un favorito entre las familias, este tour satisface diversos intereses. Para los aventureros, hay emocionantes oportunidades para saltar desde cascadas y deslizarse por toboganes naturales de roca. Por otro lado, aquellos que buscan un ritmo más relajado pueden disfrutar del encanto de apacibles pozas bajo el dosel de la jungla. Sumérgete en un viaje para explorar tres cautivadoras cascadas.



8:30am



7 hours

7 horas



All ages

Todas las edades



Dry bags, life jackets, shoes or rugged sandals, dry change of clothes, towel, sunscreen

Bolsas impermeables, chalecos salvavidas, zapatos o sandalias resistentes al agua, cambio de ropa seca, toalla, protector solar



Lunch, fruits, water, bilingual guides, transportation

Almuerzo, frutas, agua, guías bilingües, transporte



ECO-CHONTALES WATERFALL

Come with us on this half-day Eco-Chontales Waterfall tour, to visit one of Costa Rica's best kept waterfall secrets in the Southern Pacific region of Costa Rica. If you're looking for a family-friendly tour in Costa Rica where you get to experience a piece of the Costa Rican jungle, this is the perfect tour for you! It's complete with perfectly safe swimming holes, small and moderate cliff jumps, areas for amazing photos and even a mini waterslide.

Acompáñanos en este recorrido de medio día a la cascada Eco-Chontales para visitar uno de los secretos mejor guardados de cascadas en la región del Pacífico Sur de Costa Rica. Si estás buscando un recorrido familiar en Costa Rica donde puedas experimentar un pedazo de la selva costarricense, ¡este es el recorrido perfecto para ti! Incluye pozas de natación perfectamente seguras, saltos desde pequeños y moderados acantilados, áreas para fotos increíbles e incluso un mini tobogán acuático.



7:30am



Half day

Medio día



All ages

Todas las edades



Dry bags, life jackets, shoes or rugged sandals, dry change of clothes, towel, sunscreen

Bolsas impermeables, chalecos salvavidas, zapatos o sandalias resistentes al agua, cambio de ropa seca, toalla, protector solar



Certified guides, lunch, fruits, water, bilingual guides, transportation

Guías certificados, almuerzo, frutas, agua, guías bilingües, transporte



CATAMARAN SAILING EXPERIENCE

Cruise along the coastline for swimming, snorkeling, filming and to observe the many spectacular marine creatures that are teeming in the world below, especially our friendly dolphins and also whales depending of the season.

Navega a lo largo de la costa para nadar, hacer snorkel, grabar videos y observar las numerosas criaturas marinas espectaculares que abundan en el mundo submarino, especialmente nuestros amigables delfines y también ballenas dependiendo de la temporada.



8:10 am | 1:10pm



4 hours

4 horas



All ages

All ages



Wear comfortable clothes (swimsuit), bring a towel, sunscreen and camera

Viste ropa cómoda (traje de baño), lleva una toalla, protector solar y una cámara



Round trip Transportation, bilingual guia, natural drinks, fruit sancks, one meal and snorkeling equipment






Transporte de ida y vuelta, guía bilingüe, bebidas naturales, bocadillos de frutas, una comida y equipo de snorkel



SHARED CRUISE TOUR

A four-hour group tour, you can enjoy a memorable unique experience aboard this 100' wooden yacht – the only one of its kind in Central America. The yacht features two expansive teak decks for sun or shade, grand banquet tables, wet bar, multiple spacious lounge areas and a selection of water toys.

Un recorrido grupal de cuatro horas en el que puedes disfrutar de una experiencia única e inolvidable a bordo de este yate de madera de 100 pies, el único de su tipo en América Central. El yate cuenta con dos amplias cubiertas de teca para tomar el sol o resguardarse a la sombra, grandes mesas de banquete, barra húmeda, varias áreas de descanso espaciosa y una selección de juguetes acuáticos.

 7:40am 12:40md	
 4 hours	4 horas
 All ages	Todas las edades
 Comfortable clothes (swimsuit), bring a towel, sunscreen and camera	Ropa cómoda (traje de baño), lleva una toalla, protector solar y una cámara
 Welcome drink, fruit snacks and a fresh cooked lunch, extra alcoholic drinks not included	Bebida de bienvenida, bocadillos de frutas y un almuerzo recién cocinado, las bebidas alcohólicas adicionales no están incluidas



PARASAILING

All you need to do is take a few steps on the beach to soon be floating through the air enjoying all the views of Manuel Antonio. Once the time is up, we'll be gently landing you in the water where our staff we'll pick you up by Jet Ski to bring you back to shore. Safe, Fun, and Easy!!!

Todo lo que necesitas hacer es dar unos pasos en la playa para pronto estar flotando en el aire disfrutando de todas las vistas de Manuel Antonio. Una vez que haya pasado el tiempo, te llevaremos suavemente al agua, donde nuestro personal te recogerá en una moto acuática para llevarte de regreso a la orilla. ¡Seguro, divertido y fácil!



Check Availability in Front desk

Verificar disponibilidad en la recepción



Depending of the time on the air

Dependiendo del clima



7+



Camera (Go pro), sun block, swimming suits, towels

Cámara (GoPro), protector solar, trajes de baño y toallas



Round trip transportation, all equipment needed, bilingual guides






Transporte de ida y vuelta, todo el equipo necesario y guías bilingües



SNORKELING TOUR

Start the adventure with an exhilarating 2-hour and 30-minute boat ride from Marina Pez Vela in Quepos, Central Pacific. Depending on the tide, you'll snorkel at 1 or 2 sites, first immersing yourself in the waters of Biezans for 40 minutes and then exploring Rocas La Gemelas near Manuel Antonio National Park for 20 minutes.

Comienza la aventura con un emocionante paseo en bote de 2 horas y 30 minutos desde Marina Pez Vela en Quepos, en el Pacífico Central. Dependiendo de la marea, harás snorkel en 1 o 2 lugares. Primero, sumérgete en las aguas de Biezans durante 40 minutos y luego explora Rocas La Gemelas cerca del Parque Nacional Manuel Antonio durante 20 minutos.

	8:30am 11:30am 2:30pm	
	2.5 hours	2.5 horas
	6+	
	Swimsuit, bring a towel, sunscreen and camera	Traje de baño, lleva una toalla, protector solar y una cámara
	Fruits & water, snorkel equipment, bilingual guide, transport round trip lifejacket	Frutas y agua, equipo de snorkel, guía bilingüe, transporte de ida y vuelta, chaleco salvavidas



WHITE WATER RAFTING SAVEGRE

The Savegre River provides Class II & III rapids that are manageable in sturdy rafts that accommodate 2 to 6 people comfortably. Our guides stop at locally known swimming spots and magnificent waterfalls (if the rafters want a break from paddling), and you´ll have the chance to enjoy the abundant variety of wildlife along the river.

El río Savegre ofrece rápidos de Clase II y III que son manejables en balsas robustas que pueden acomodar cómodamente de 2 a 6 personas. Nuestros guías se detienen en lugares de natación conocidos localmente y magníficas cascadas (si los tripulantes desean descansar de remar), y tendrás la oportunidad de disfrutar de la abundante variedad de vida silvestre a lo largo del río.



8:00am



7 hours

7 horas



8+



Wear or bring sturdy sandals or water shoes, a bathing suit, sunscreen, bug spray, towels, and an extra change of clothes

Usa o lleva sandalias resistentes o zapatos de agua, traje de baño, protector solar, repelente de insectos, toallas y un cambio de ropa adicional



Round trip transportation, breakfast and lunch, bilingual guides, safety kayakers, all equipment needed, security, fruits and juice


Transporte de ida y vuelta, desayuno y almuerzo, guías bilingües, kayakistas de seguridad, todo el equipo necesario, seguridad, frutas y jugo



WHITE WATER RAFTING NARANJO


In a 7-mile ride that keeps your adrenaline level high for several hours. Water levels can rise rapidly on this Costa Rican treasure of a river, especially during the rainy season (May-November), which creates a small margin for error for any experienced rafter. After an adrenaline-kicking trip, enjoy local snacks and refreshments before heading back to reality... well, back to Manuel Antonio anyway


En un recorrido de 7 millas que mantiene tu nivel de adrenalina alto durante varias horas. Los niveles de agua pueden aumentar rápidamente en este tesoro costarricense de un río, especialmente durante la temporada de lluvias (mayo-noviembre), lo que crea un margen pequeño para error para cualquier rafter experimentado. Después de un emocionante viaje, disfruta de aperitivos locales y refrescos antes de regresar a la realidad... bueno, al menos a Manuel Antonio.

 7:30 am | 11:30 am

 7 hours 7 horas

 12+

 Wear or bring sturdy sandals or water shoes, a bathing suit, sunscreen, bug spray, towels, and an extra change of clothes Usa o lleva sandalias resistentes o zapatos de agua, traje de baño, protector solar, repelente de insectos, toallas y un cambio de ropa adicional

 Round trip transportation, breakfast and lunch, bilingual guides, safety kayakers, all equipment needed, security, fruits and juice Transporte de ida y vuelta, desayuno y almuerzo, guías bilingües, kayakistas de seguridad, todo el equipo necesario, seguridad, frutas y jugo



HORSEBACK RIDING

Enjoy one of the most beautiful landscapes of the area, riding through primary and secondary rainforest and During the ride we also have the opportunity to visit a waterfalls

Disfruta de uno de los paisajes más hermosos de la zona, recorriendo bosques tropicales primarios y secundarios. Durante el paseo, también tenemos la oportunidad de visitar una cascada.



7:40am | 1:00pm



4 hours (2 hrs riding)

4 horas (2 hrs de cabalgata)



7+



Make sure you are able to ride at least at an easy pace for about 2 hours. We are obligated to respect and protect our Animals; thus the weight limit for horseback riders is 200lbs. Children must be at least 7 years old

Asegúrate de poder montar al menos a un ritmo tranquilo durante aproximadamente 2 horas. Estamos obligados a respetar y proteger a nuestros animales; por lo tanto, el límite de peso para los jinetes es de 200 libras. Los niños deben tener al menos 7 años



Round trip transportation, bilingual and naturalists guides, all equipment needed, a delicious lunch or dinner, fruits and juice

Transporte de ida y vuelta, guías bilingües y naturalistas, todo el equipo necesario, una deliciosa comida o cena, frutas y jugo



SUPER COMBO (ATV + ZIP LINE TOUR + WATERFALLS)

We begin a journey of nature next to the river over the valley crossing streams and creeks where we take the opportunity to make the "splash" in the river, visiting panoramic views of the valley until we reach the Canopy area, where the guides are, and to finish the Canopy with cable #10 and the Monkey drop activity where we will take a refreshing swim in our 2 waterfalls.

Comenzamos un viaje por la naturaleza junto al río sobre el valle, cruzando arroyos y riachuelos donde aprovechamos para hacer un "splash" en el río, visitando vistas panorámicas del valle hasta llegar al área de Canopy, donde se encuentran los guías. Para finalizar el Canopy, usamos el cable #10 y realizamos la actividad "Monkey Drop", donde nos sumergiremos en nuestras 2 cascadas para un refrescante baño.



7:30 am | 10:30 am



4 hours

4 horas



7+



We recommend wearing comfortable clothes, bathing suit, bug repellent, sunscreen, towels

Recomendamos usar ropa cómoda, traje de baño, repelente de insectos, protector solar y llevar toallas



Round trip transportation, bilingual and naturalists' guides, all equipment needed, a delicious lunch or dinner, fruits and juice.






Transporte de ida y vuelta, guías bilingües y naturalistas, todo el equipo necesario, una deliciosa comida o cena, frutas y jugo.



ATV OR BOOGIE TRIP

The true road in the middle of the mountain, where you will enjoy an unforgettable experience, all this in a private property.

El verdadero camino en medio de la montaña, donde disfrutarás de una experiencia inolvidable, todo esto en una propiedad privada.

	7:30 am 10:30 am 1:30 pm	
	4 hours	4 horas
	7+ (driver after 16 years)	(Conductor después de los 16 años)
	Running or steady shoes, light clothing, camera, sun block, swimming suits, hat, bug spray, towels	Zapatos para correr o resistentes, ropa ligera, cámara, protector solar, trajes de baño, sombrero, repelente de insectos, toallas
	Transport. Bilingual guides, lunch (arroz con pollo, plátano maduro, ensalada y tortilla) in our private restaurant., automatic transmission machines, no driver's license or permit is required, anyone can drive ATVs as long as they can prove (on the test ride) that they are capable of doing so	Transporte, guías bilingües, almuerzo (arroz con pollo, plátano maduro, ensalada y tortilla) en nuestro restaurante privado, máquinas de transmisión automática, no se requiere licencia de conducir ni permiso, cualquier persona puede conducir ATV siempre y cuando demuestren (en la prueba de manejo) que son capaces de hacerlo



CHOCOLATE TOUR

We offer a combination of attractions! Firstly, the chocolate tour starts with the cultural and biological background of cacao in the world and here in Costa Rica. It further introduces you into the collecting, fermenting, grinding and finally the making of chocolate, the drink of the gods.

Ofrecemos una combinación de atracciones. En primer lugar, el recorrido de chocolate comienza con el contexto cultural y biológico del cacao en el mundo y aquí en Costa Rica. Luego te introduce en la recolección, fermentación, molienda y, finalmente, la elaboración del chocolate, la bebida de los dioses.

 8:00am 11:00am 2:00pm	
 2.5 hours	2.5 horas
 All ages	Todas las edades
 Closed shoes, Camera, Raincoat, Light clothing	Zapatos cerrados, cámara, impermeable y ropa ligera
 Transportation round trip, tour Guide, Water, Coffee, Chocolate, sugarcane-juice tasting and medicinal Plants Garden	Transporte de ida y vuelta, guía turístico, agua, café, degustación de chocolate, jugo de caña de azúcar y jardín de plantas medicinales



COOKING CLASS

Explore the culinary culture of Costa Rica during our cooking class in Manuel Antonio. We show you some of the lesser-known dishes this country has to offer and teach you how to cook them yourselves in a few easy steps. We will sample speciality coffees, sugarcane-juice and learn about medicinal plants.

Explora la cultura culinaria de Costa Rica durante nuestra clase de cocina en Manuel Antonio. Te mostramos algunos de los platos menos conocidos que este país tiene para ofrecer y te enseñamos cómo cocinarlos tú mismo en unos sencillos pasos. Probaremos cafés de especialidad, jugo de caña de azúcar y aprenderemos sobre plantas medicinales.

 11:00am

 3 hours


3 horas

 All ages

Todas las edades

 Closed shoes, Camera, Raincoat, Light clothing

Zapatos cerrados, cámara, impermeable y ropa ligera

 Transportation round trip, tour Guide, lunch, sugarcane-juice tasting

Transporte de ida y vuelta, guía turístico, almuerzo y degustación de jugo de caña de azúcar



VILLA VANILLA SPICE FARM

Our tour is completely hands-on and will satisfy the curiosity of tourgoers of all ages. You will use all of your senses to navigate the farm while identifying an interesting variety of spices such as our beloved vanilla, true ceylon cinnamon, cacao, black pepper, allspice, turmeric and variety of exotic fruits and medicinal plants.

Nuestro recorrido es completamente práctico y satisfará la curiosidad de los participantes de todas las edades. Utilizarás todos tus sentidos para recorrer la finca mientras identificas una interesante variedad de especias como nuestra querida vainilla, canela verdadera de Ceilán, cacao, pimienta negra, pimienta de Jamaica, cúrcuma y una variedad de frutas exóticas y plantas medicinales.



8:15am



3.5 hours

3.5 horas



All ages

Todas las edades



Comfortable, clothes & shoes,
Sunscreen, Insect repellent

Ropa y zapatos cómodos, protector solar,
repelente de insectos



Round trip transportation, english
speaking tour guide, tasting menu
using spices that are grown on the
farm, umbrellas in case of rain

Transporte de ida y vuelta, guía turístico
que habla inglés, menú de degustación con
especias cultivadas en la finca, sombrillas
en caso de lluvia

*All tours listed herein are represented by their own Tour Operator with their own tour description. They are required to carry their own registered insurance coverages and proper government licenses in order to do business in Costa Rica and so be included in this Tour Book. We take no responsibility for these Tour Operators or their tour content. Should you have any concerns over your expectations, please let us know upon your return about any tour represented in our Selected Tour Book. Thank you.

*Todas las giras enumeradas en este documento están representadas por su propio Operador Turístico con su propia descripción de la gira. Se les exige contar con sus propias coberturas de seguro registradas y licencias gubernamentales adecuadas para realizar negocios en Costa Rica y así ser incluidos en este libro de tours. No nos hacemos responsables de estos Operadores Turísticos ni de su contenido turístico. Si tiene alguna preocupación sobre sus expectativas, por favor, háganoslo saber a su regreso respecto a cualquier gira representada en nuestro libro de tours. Gracias.



SÍ COMO NO
RESORT & WILDLIFE REFUGE
Manuel Antonio, Costa Rica

www.sicomono.com