



Foto ICT

Región Turística  
Puntarenas e Islas del Golfo

**P**untarenas es una de las regiones turísticas más importantes de Costa Rica. Su territorio ofrece gran variedad de atractivos basados en el sol y la playa, que se complementan con zonas protegidas, áreas insulares y continentales. Su principal centro es la ciudad de Puntarenas, que funciona como lugar de estadía, distribución, escala y excursión. Esta unidad se caracteriza por la discontinuidad espacial, ya que incluye dos sectores del litoral del Golfo de Nicoya. La unión entre ambos litorales se efectúa mediante transporte marítimo. El corredor se extiende desde Punta Conejo, al sur de Puerto Caldera, hasta la desembocadura del Río Bongo. Otros centros turísticos son el pueblo de Tambor y la ciudad de Cóbano. Incluye también la Isla del Coco.

### Actividades

Las actividades turísticas en la zona se relacionan con mar y playa, naturaleza, aventura, deporte y recreación

### Actividades Programadas

- Carnavales de Puntarenas, última semana de febrero.

- Feria Nacional de las Frutas, Orotina, después de Semana Santa.
- Fiestas de la Virgen del Mar (Virgen del Carmen), 3-16 de julio
- Conmemoración de la muerte de Mora y Cañas. Desfiles de escuelas y colegios. Puntarenas, 30 de septiembre.
- Toma de fotografía de flora y fauna, paisajes naturales costeros y aspectos culturales.
- Recorridos de aventura en cuadraciclos, caballos, botes y vehículos todo terreno, entre otros.
- Vuelos ultraligeros
- Observación de delfines
- Visita a jardines de mariposas
- Pesca deportiva, artesanal o recreativa
- Observación de sitios arquitectónicos e históricos, como el Antiguo Centro Penitenciario San Lucas en la isla del mismo nombre y el casco antiguo de Puntarenas donde sobresalen las viejas instalaciones de la Capitanía General



Foto ICT

del Puerto, el Parque Mora y Cañas y la Iglesia Central.

- Observación de aves en diversas áreas protegidas públicas y privadas como: Negritos, Pájaros, Cabo Blanco, Carara y Curú.

- Observación de actividades culturales de tipo religioso, deportivo, cívico o artístico en comunidades.
- Ciclismo recreativo y de montaña
- Caminatas para la observación de parques naturales, playas, senderos por el bosque, edificios históricos, monumentos arquitectónicos o recorridos por varias comunidades de interés.
- Cabalgatas en áreas costeras, comunidades o áreas montañosas.

### Atractivos

- **Paseo de Los Turistas:** se localiza paralelo a la playa principal de Puntarenas, extendiéndose desde el Parque Marino del Pacífico (antigua estación de tren) hasta La Punta. En el área inmediata al muelle de cruceros, están los quioscos y ventas de artesanías donde se puede disfrutar de las tradicionales ensaladas de frutas y los granizados conocidos como churchill.
- **Parque Marino del Pacífico:** se ubica en los terrenos donde funcionó la antigua estación del tren. Su principal atractivo son las peceras donde se exhiben especies características del Pacífico, incluida la Isla del Coco.
- **Museo Histórico Marino:** se ubica en el antiguo cuartel de Puntarenas, el cual se restauró para albergar también la Casa de la Cultura, un anfiteatro y la Biblioteca Pública. Ofrece información arqueológica, histórica y natural sobre Puntarenas, el Golfo de Nicoya y la Isla del Coco.
- **Jardín y cataratas Pura Vida:** está ubicado en Bijagual de Turrubares. Posee una catarata de más de 200 metros, jardines, senderos y estanques.
- **Una variedad de islas de diferentes tamaños,** tipo de recursos naturales y atractivos, de gran importancia para la anidación y alimentación de la avifauna marino-costera: Venado, Pan de Azúcar, Muertos o Gitana (antiguo cementerio), Gitana, Jesusita (cuenta con dos playas), Chira (ofrece tours de pesca), Cedros (cuenta con dos playas), Caballo (rodeada de arrecifes y acantilados) y Bejuco.
- **Virgen del Mar:** el 16 de julio de cada año barcas adornadas con flores y coloridas cintas de papel recuerdan la fecha en que hace muchos años un grupo de pescadores, náufragos y en peligro de muerte, fueron rescatados poco después de invocar la ayuda de La Virgen.
- **Esteros de Puntarenas, Mata Limón y Jesús María:** de atractivo para la pesca y para la observación de aves de manglar.

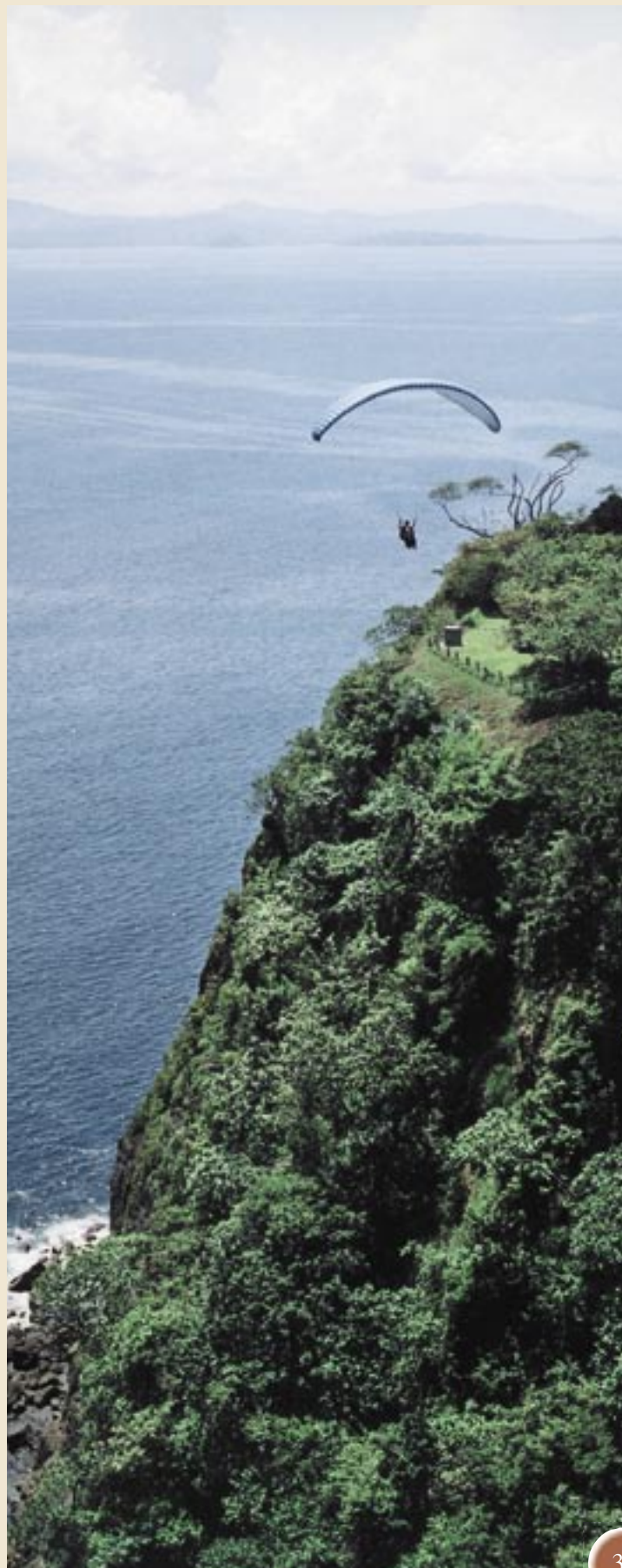


Foto Juan Amiguetti



### Áreas protegidas:

- Comunidades de Cóbano, Orotina, Esparza y Miramar, las cuales cuentan con diferentes servicios y atractivos y se ubican en ruta hacia otros atractivos turísticos de la región. Esparza es una ciudad histórica saqueada varias veces por piratas ingleses y la más antigua del país. Puntarenas cuenta con un muelle con una terminal para cruceros y brinda servicio de ferry a destinos turísticos de la zona.
- Catarata de Montezuma: de 20 metros de altura; forma una piscina natural refrescante rodeada de exuberante vegetación.
- Boca Río Barranca: sitio apeteído por los amantes del surf debido a su ola larga izquiera.
- Río Tárcoles: famoso por la observación de cocodrilos
- Una gran variedad de playas de distinto oleaje, tamaño, tonalidades y paisajes naturales: Tivives (ideal para el surf), Tambor, Quitzales, playas de Puntarenas, Cocal, Cocalito, Caldera, Mata de Limón, Santa Teresa (ideal para el surf), Pógeres, Pochote, Órganos, Naranjo, Montezuma, Malpaís, Gigante, Doñana (ideal para el surf), Curú (ubicada dentro del Refugio de Vida Silvestre Curú), Carmen, Cabuya y Agujas.

**Reservas Biológicas Islas Guayabo, Negritos y Los Pájaros:** separadas entre sí por las aguas del Golfo de Nicoya, de gran importancia para la avifauna marino-costera.

**Reserva Biológica Isla Alcatraz (Tortuga):** isla de gran importancia turística, ideal para el buceo y la natación.

**Reserva Natural Absoluta Cabo Blanco:** se ubica en el extremo sur de la península de Nicoya. Posee 1272 hectáreas protegidas de bosques primarios y secundarios en su porción terrestre y 1700 hectáreas en su parte marina. Cuenta con senderos y playas inalteradas, además de la Isla Cabo Blanco, frecuentada por gran cantidad de fragatas y piqueros morenos.

**Refugio de Vida Silvestre San Lucas:** tiene una extensión aproximada a las 500 hectáreas, posee varias playas y alberga el que fue el centro penitenciario más famoso del país.

**Refugio Nacional de Vida Silvestre Curú:** está constituido por playas, manglares y colinas de bosques deciduos de gran belleza. Se pueden observar gran cantidad de animales.

**Parque Nacional Isla del Coco:** fue declarado en 1997 Patrimonio de la Humanidad por parte de la UNESCO, debido a su inigualable belleza natural y

riqueza biológica, principalmente marina. Tiene 24 km<sup>2</sup> y posee acantilados de hasta 183 metros de altura. Sobresalen especies como los tiburones martillo y aleta blanca. Es uno de los sitios más atractivos del mundo para buceo.

**Parque Nacional Carara:** cuenta con 5.242 ha y constituye un punto de transición de bosque seco a bosque tropical lluvioso con tres distintas zonas de vida, donde se pueden encontrar árboles de maderas preciosas como el ojoche, guanacaste, cristóbal y nazareno. Entre su fauna sobresale la lapa roja, ya que representa uno de los principales reductos de esta especie en el país.

### Cámaras de Turismo:

**Cámara de Turismo Costa del Sol**  
Presidente: José Eladio Cortés Castrillo  
Tels. 640-0071 / 640-0046  
Fax 640-0071  
E-mail [playamalpais@hotmail.com](mailto:playamalpais@hotmail.com)  
[playamalpais@yahoo.com](mailto:playamalpais@yahoo.com)

**Cámara de Turismo de Esparza**  
Presidente: José Manuel Arce Campos  
Tel. 635-5529

**Cámara Puntarenense de Turismo**  
Presidente: Miguel Gómez  
Tel. Oficina Cámara: 661-2980  
Fax 661-4705  
P.O.Box 135-5400  
E-mail  
[camaraturismopuntarenas@email.com](mailto:camaraturismopuntarenas@email.com)