



Tourist Service Department  
Departamento de Servicio al Turista

www.visitcostarica.com  
info@visitcostarica.com

La Uruca, costado este del Puente Juan Pablo II.  
P.O. Box 777-1000 | Tel.: (506) 2299-5800

Fotografías:  
ICT | Alt digital | Shutterstock

## ● Main places to practice Hanging Bridges, Ziplining, Sky Trams in Costa Rica

Principales lugares para practicar  
Puentes Colgantes, Tirolesa y Teleférico  
en Costa Rica

### Important

In order to verify that businesses are certified or affiliated with the ICT, visit: [visitcostarica.com](http://visitcostarica.com)

Make sure that the business you choose has current work permits, liability insurance, and the necessary measures, which are not the responsibility of the ICT.

The ICT does not assume any responsibility when a company's services are employed.



There is nothing better than admiring nature from the air, hanging among the treetops.

Nada mejor que admirar la naturaleza desde el aire, suspendido entre las copas de los árboles.

### Importante

Para consultar las empresas que cuentan con declaratoria o se encuentran afiliadas al ICT, diríjase a [www.visitcostarica.com](http://www.visitcostarica.com)

Asegúrese que la empresa que va a contratar cuenta con los permisos de funcionamiento al día, seguros de riesgo y las medidas de seguridad necesarias, las cuales no son competencia del ICT.

El ICT no asume responsabilidad alguna en el caso de que se contrate una empresa.



### For your safety

- Wear long pants or shorts comfortable shoes, and use sun block as well as insect repellent.
- Be sure to find companies with experienced guides and sound equipment. Some cable systems have brakes for visitors that have difficulty reaching the platforms.
- Be sure that the company you choose has certified guides and safety measures in case of emergency.
- You must be at least 6 years old to zipline, with a minimum weight of 50 lbs (22 kilos) and 5 ft. (1.45 m) in height. There is no age limit for adults except for 300 lbs. (135 kilos) in weight and 7 ft. (2.15 m) in height.
- Tourists are required to sign a release form.

### Let's fly!

For those that enjoy adrenaline-pumping experiences, ziplining or "canopy", sky tram tours, and hiking along hanging bridges, represent the best options for experiencing intense adrenaline rushes while at the same time exploring the wonders of nature in a unique way

### Por su seguridad

- Puede vestir pantalón largo o corto. Use zapatos cómodos, bloqueador y repelente contra insectos.
- Busque los servicios de compañías con guías entrenados e infraestructuras en buen estado. Algunas tienen sistemas en los cables que permiten a los guías frenar por el cliente, en caso de alguna dificultad al llegar a las plataformas.
- Asegúrese de que la empresa que vaya a contratar cuente con guías certificados y seguros en caso de accidentes.
- Se puede montar en tirolesa desde los 6 años de edad, con un mínimo de peso de 22 kilos o 50 libras y una estatura de 1,45 metros. Los adultos no tienen límite de edad, pero el peso no puede superar los 135 kilos (300 libras) y los 2,15 metros de estatura.
- Es necesario firmar una nota de libramiento por parte del operador.

### ¡A volar!

Para quienes disfrutan poniendo a prueba su adrenalina, la tirolesa o "canopy", los tours en teleférico y las caminatas en puentes colgantes representan la mejor opción para vivir las más intensas emociones y a la vez explorar de una manera sin igual hermosos escenarios naturales.

Hanging Bridges  
Ziplining  
Sky Trams  
Puentes Colgantes  
Tirolesa | Teleférico



# Hanging Bridges | Ziplining | Sky Trams

## Puentes Colgantes | Tirolesa | Teleférico

### Along the hanging bridges

#### Let's hike!

The hanging bridges link together the hiking trails so that tourists can appreciate all the wondrous surroundings, making for easy and safe access.

In most cases, they are designed to provide safety to hikers, as well as create a beautiful infrastructure using materials such as aluminum, galvanized steel, and concrete.

#### Enchanting hiking trails

Around Arenal volcano, in the La Fortuna de San Carlos area, there are tours for observing migratory and native birds. Tours start at 6:00 am and last around 2 and a half hours. You can also immerse yourself in the natural history. Another place to visit is Monteverde. Each route varies in length as do the number of bridges. It is best to accompany an expert tour guide to learn the secrets of the flora and fauna.

#### Guidelines to not get lost

Visitors must not veer off the established trails. It is prohibited to use radios, tape recorders, or speak loudly, so as not to disturb the animals. It is also prohibited to jump, rock, or run on the bridges.

### Por los puentes colgantes

#### Camino amigo

Los puentes colgantes entrelazan senderos para que el turista aprecie todo el esplendor del entorno. Facilitan el acceso, con gran seguridad.

En muchos casos, el diseño es un aliado al dar un buen soporte al paso del caminante, así como en crear una bella infraestructura que usa materiales como aluminio, acero galvanizado y concreto.

#### Senderos con encanto

En los alrededores del volcán Arenal, en La Fortuna de San Carlos, hay tours para observar aves migratorias y de la zona. Inician a las 6:00 a.m. y duran 2 horas y media. También se puede profundizar en la historia natural. Otro lugar para visitar es Monteverde. En cada circuito varía la longitud y el número de puentes. Los guías especializados son la mejor compañía para conocer los secretos de la flora y la fauna.

#### Reglas para no perderse

En ningún caso el visitante debe abandonar los senderos en el recorrido, se pide no usar radio o grabadoras y hablar en voz baja para no perturbar a los animales o a otros visitantes que desean disfrutar de los sonidos de la naturaleza. Es prohibido brincar, mecer o correr en los puentes.

### Observing from above

#### A relaxing option

It is, without a doubt, the best way to observe the canopy in detail. On the Pacific side in Jacó, there is a sky tram on private property with views of small waterfalls and the ocean. The hour-long excursion covers 5900 ft.

About an hour from San José you can find another option in a private reserve located next to Braulio Carrillo National Park. You will ascend the rainforest at various heights (from 16 to 164 ft./ 5 to 50 m) for 1.6 miles (2.6 km). The tour lasts about 90 minutes. Overall, the climate is hot, but it is a good idea to bring a parka in case it rains.

In Monteverde there are also sky trams and on a clear day you can see the Nicoya Gulf and Arenal volcano.

#### Let's fly!

High up in the forests. Hidden in the Tilarán Mountain Range, you can zipline through the cloud forests of Monteverde.

The excursion lasts around two or three hours, and is an unforgettable experience for observing the surrounding forests and more than 400 species of birds. This type of excursion is also offered in Ciudad Quesada, San Mateo, San Ramón, around the Pacuare River, the Tabacón hot springs and even the Poas volcano.



### Aprender en teleférico

#### Relajante opción

Es sin duda la mejor forma de observar con detalle las copas de los árboles. En el Pacífico la góndola suspendida por un cable se encuentra en Jacó, en una propiedad privada con pequeñas cascadas y vistas hacia el mar. El recorrido de una hora abarca 1800 metros de cable.

Existe otro que dista a una hora de San José, en una reserva privada que se encuentra al lado del Parque Nacional Braulio Carrillo; sube por el bosque lluvioso a diferentes alturas (de 5 a 50 metros) a lo largo de 2,6 kilómetros y el tour dura 90 minutos. Por lo general, el clima es caliente pero es buena idea llevar capa por si llueve.

En Monteverde también hay teleférico y con el cielo despejado se observa el Golfo de Nicoya y el volcán Arenal.

#### ¡A volar!

Alturas en el bosque. En casi todo el país encontrará los servicios de esta emocionante experiencia, en donde podrá disfrutar de los diferentes tipos de bosque y su belleza. Enclavada en la Sierra de Tilarán, la tirolesa se practica en el bosque nuboso cercano a la Reserva de Monteverde.

El circuito demora dos o tres horas, inmejorable experiencia para observar el bosque circundante y más de 400 especies de aves. También se ofrecen servicios en Ciudad Quesada, La Fortuna, San Mateo, San Ramón, inmediaciones del río Pacuare, las aguas termales de Tabacón y el volcán Poás.



#### In the Central Valley

Close to the Poás Volcano and in San Ramón, Alajuela, in route towards La Fortuna with a warm climate. This journey through the cloud forest is done by a system of cables, platforms and trails among the treetops, which allow the observation of species and a greater contact with nature.

The canopy tour also offers the "Elevator", an exciting attraction that elevates its visitors, in a safe manner, to the tops of the forest, offering a spectacular view of its surroundings

#### Close to the ocean

In Drake Bay in the warm Osa Peninsula, you can zipline among lush canopy, with views of the rivers and flourishing greenery.

On the Pacific coast you can visit Herradura Beach and Quepos, where there is a structure with 18 Platforms and 10 cables, besides rappel lines.

And in the province of Limón, in the heart of Gandoca Manzanillo National Wildlife Refuge, there is another alternative to admire the magnificent nature from the top of the trees through a system of cables and 13 platforms that allow you to travel around the jungle to reach the beach.

#### En el Valle Central

Cerca del volcán Poas, y en San Ramón de Alajuela en ruta hacia La Fortuna con un clima templado. Esta travesía por el bosque nuboso se realiza en un sistema de cables, plataformas y senderos entre las copas de los árboles, que permiten la observación de especies y un mayor contacto con la naturaleza.

El tour de tirolesa también ofrece el "Elevador", una emocionante atracción que eleva de manera segura a sus visitantes a lo alto del bosque, proporcionando una espectacular vista de los alrededores

#### Cerca del mar

En Bahía de Drake, en la calurosa Península de Osa, hay tirolesa entre las alturas de un frondoso dosel, con vistas hacia ríos y exuberante vegetación.

En la Costa Pacífica se puede visitar playa Herradura y también Quepos, en donde existe una estructura de 18 plataformas y 10 cables, además de líneas de rappel.

Y en la provincia de Limón, en el corazón del Refugio Nacional de Vida Silvestre Gandoca Manzanillo, se encuentra otra alternativa para admirar la magnífica naturaleza desde las copas de los árboles a través de un sistema de cables y 13 plataformas que le permitirán viajar por la selva hasta llegar a la playa.