



PROGRAM: EKSPEDISJONSCRUISE I KARIBIEN 25 SEPTEMBER 2024

EKSPEDISJONSCRUISE I KARIBIEN

☞ 15 frokoster, 14 lunsjer og 11 middager inkludert

Dag 1

Avreise Oslo / ankomst Miami

Avreise fra Norge med mellomlanding. Tidsforskjellen gjør at vi lander i **Miami** om kvelden samme dag. Alle må gjennom immigrasjon og ha ESTA i orden. Vi kommer sent til hotellet og går til ro for natten.

Dag 2

Utflukt i Miami og innsjekk på MS Roald Amundsen

☞ Frokost, lunsj, middag

Vi spiser frokost og blir med på Hurtigrutens program som i skrivende stund ikke er helt spikret. Under er bare en kort oversikt:

Før vi skal ut på ekspedisjon er det tid til å oppleve en smakebit av byen. Det er utvilsomt noe med **Miami... South Beach med Art Deco-distriktet** med alle de pastellfargede bygningene ligger på rad og rekke langs Ocean og Collins, perfekte fotomotiv. Fasadene

speiler seg nesten i strandpromenaden som strekker seg langt av gårde og stranden er så hvit og myk. **Little Havana** og veggmaleriene i **Wynwood** kan være flotte utfluktsmål.

Senere kan du glede deg over en inkludert utflukt for å utforske høydepunktene i Miami og Lille Havana. Vi spiser lunsj på hotellet under utflukten, som avsluttes ved kaia.

Her sjekker vi inn på Hurtigrutens **MS Roald Amundsen** som skal være vårt hjem og flytende hotell de neste dagene. Om bord har vi hjelpesjon og kan glede oss til mange gode opplevelser. Akkurat slik det skal være! Det er historisk sus om bord, og vi minnes stadig vår landsmann Roald Amundsen. Kan det bli bedre? Det kunnskapsrike ekspedisjonsteamet leder vei ved utflukter og landinger. Vi møter mannskapet og spiser vår første middag om bord.

Vi gjør oppmerksom på at teksten i programmet under i sin helhet er tatt fra Hurtigrutens nettsider og ikke er skrevet av Carpe Diem. Det samme gjelder programmet i Panama etter endt seiling.

Dag 3

Til sjøs

☪️ Frokost, lunsj, middag

De to første dagene dine **til sjøs** gir en perfekt mulighet til å slappe av og **gjøre deg kjent med alle bekvemmelighetene om bord i ekspedisjonsskipet** ditt.

Skjem deg bort i Velværesenteret vårt, delta på et kunstseminar eller bli med på en yogaøkt ute på dekk. Nyt et godt måltid i én av de tre restaurantene våre, og tilbring tid på dekk mens du holder utkikk etter dyreliv i havet.

Ekspedisjonsteamet vil også bidra ved å forberede deg til de tropiske øyeventyrene dine, med forelesninger om oceanografi, maya-kultur, korallrev og mye mer. Du kan også få tips fra fotografen vår om bord, slik at du kan ta perfekte bilder underveis.

Dag 4

Til sjøs

☪️ Frokost, lunsj, middag

De to første dagene til sjøs gir en perfekt mulighet til å slappe av og gjøre deg kjent med alle bekvemmelighetene om bord i ekspedisjonsskipet. Det er sikkerhetsbriefinger og presentasjoner av de kommende dagene og programmet videre. I **Vitenskapssenteret** er det foredrag og aktiviteter som man kan være med på. Ute på dekk venter mye spennende å se av fugler og dyreliv i vannet. Og i **velværeavdelingen** er det mulig å få massasje eller ansiktsbehandling (betales separat).

Dag 5

Tempelruinene i Belize

☪️ Frokost, lunsj, middag

Vi ankommer **Belize City**, et livlig knutepunkt av shoppingområder og parker ved havkanten, omringet av fargerik koloniarkitektur. Som en perfekt introduksjonen til byen, vil togturen Gamle Belize ta deg gjennom fem utstillinger som viser frem Belizes historie og naturlige skjønnhet.

I dag skal vi besøke de godt bevarte **Altun Ha-ruinene**, en velstående handelsby fra 2000 år tilbake. Byen hadde to hovedtorg og 13 strukturer, inkludert eldgamle templer. Altun Ha er også rikt på dyreliv. Over 200 fuglearter har blitt sett her, i tillegg til tapir, beltedyr og hvithalet hjort.

Dag 6

Belizes naturlige underverker

☞ Frokost, lunsj, middag

Oppdag Karibiens undersjøiske jungler: Belizes berømte **grenserev** er landets pièce de resistance. Her venter et spennende mangfold av sjøliv, frodige koralløyer, og muligheten til å delta i vannsportaktiviteter.

Dyrelivet trives både over og under overflaten i dette unike miljøet. Revet er hjem til hundrevis av fiskearter, eksotiske fugler og truede dyrearter, som amerikanske krokodiller, vestindiske sjøkuer og havskilpadder.

Vi skal være på revet denne dagen, så du virkelig kan oppleve det utrolige mangfoldet i korall-økosystemer. Belizere regner revet sitt som deres aller viktigste naturressurs. I dag får du vite hvorfor.

Dag 7

Vakre Útila, Honduras

☞ Frokost, lunsj, middag

Útila regnes for å være et av de beste stedene i verden for dykking. Men du trenger ikke dykke ned under vannoverflaten for å verdsette den vakre naturen på øya. Útila er en oase av ro skjult i Det karibiske hav, like vakker på overflaten som den er under vann.

De fleste innbyggerne i Útilas bor rundt den eneste byen på øya. Den ligger på den sydøstlige kysten, og er omringet av sumper og våtmarker hvor det finnes mange ulike fuglearter.

Vi skal tilbringe dagen her for å se hva som gjør Útila unik, lære om øyas historie og **utforske én av de beste snorklingsdestinasjonene i Karibia.**

Dag 8

Historiske Trujillo, Honduras

☞ Frokost, lunsj, middag

Utforsk Honduras' eldste by:

Trujillo ble grunnlagt i 1525. Det er den eldste byen på Honduras, og én av de eldste kolonibosetningene i Karibia. Du vil se rester av koloniarkitektur fra 1500- og 1600-tallet, blant annet ruinene av **Santa Barbara-festningen** som regnes å være den eldste spanske festningen i kontinentale Amerika.

Trujillo er porten til flere naturlige attraksjoner i området, som **strendene Campamento og Santa Fe, våtmarkene Laguna de Guaimoreto, og nasjonalparken i Capiro og Calentura.** Dette vernede området er et fristed for dyreliv, som araer, hvithalsaper, skilpadder og hundrevis av fuglearter.

Dag 9

Cayos Miskitos, Nicaragua

☞ Frokost, lunsj, middag

Drømmer du om et sted langt utenfor allfarvei? Da vil du elske **Cayos Miskitos-øyene!** Øyene ligger utenfor den nordøstlige kysten av Nicaragua, og er blant de vanskeligste å komme til i landet.

Øygruppen er del av et reservat som beskytter mer enn 850 000 hektar med sjøgress, korallrev, atoller, mangroveskoger, elveos og kystlaguner. Den er naturligvis en oase for dyreliv, blant annet mange sjeldne og truede arter.

Planen vår denne dagen er å kaste anker utenfor sandbankene og bruke de små ekspedisjonsbåtene våre til å utforske øygruppen. Her får du også se de imponerende husene på stylder som de lokale fiskerne bruker.

Dag 10

Isla de Providencia, Colombia

☞ Frokost, lunsj, middag

Oppdag vakre **Seaflower biosfærereservat**:

De virkelige skattene på denne øde, colombianske øya som tidligere var **base for sjørøvere**, er de idylliske strendene, det uberørte farvannet og det tropiske dyrelivet. Ta en gåtur til øyas høyeste punkt for fantastisk utsikt. Du får kanskje også møte **iguaner og elektrisk-blå øgler**.

Det er for tiden oppbygningsarbeid på øya, etter at den ble truffet av orkanen Iona i 2020. Besøkene våre er svært viktige for å støtte lokal virksomhet og hjelpe lokalsamfunnet å gjenopprettes.

Opplev de vakre korallrevene i UNESCOs Seaflower biosfærereservat, som også kalles «**Havet av syv farger**», og få muligheten til å **snørkle blant klovnefisk, skilpadder og djevelrokker**.

Dag 11

Big Corn Island, Nicaragua

☞ Frokost, lunsj, middag

Big Corn Island, som ligger omtrent 80 kilometer utenfor kysten av Nicaragua, er én av **Karibias best bevarte hemmeligheter**. Hvis forholdene tillater det, får du besøke en øy utenfor allfarvei som veldig sjelden blir besøkt.

Her vil du finne en rolig, **behagelig atmosfære og vennlige øyboere**. Selv om stranden kanskje er hovedattraksjonen, finner du også sjarmerende gatekunst, rolige restauranter, og vakker utsikt over bukta fra Mount Pleasant Hill som bare venter på besøkende.

Korallrevene rundt Big og Little Corn er fantastisk vakre, og flotte å utforske med kajakk eller padlebrett.

Dag 12

Bocas del Toro, Panama

☞ Frokost, lunsj, middag

Cruiset vårt fortsetter til det klare blå vannet og de skogdekkede øyene **Bocas del Toro**. Her skal vi utforske en vakker øygruppe bestående av ni hovedøyer og hundrevis av mindre øyer.

Denne nasjonale marineparken er nå på UNESCOs verdensarvliste, og er ett av verdens mest biologisk mangfoldige steder. Mulige reisemål er **Red Frog Beach, og den tropiske regnskogen på Solarteøya**.

Hvorfor ikke besøke en bærekraftig kakaofarm eller snørkle i Zapatilla Cay, det øde innspillingsstedet for det populære TV-showet Survivor.

Dag 13

Ankomst Colón, Panama - ekspedisjon på land

☞ Frokost, lunsj

Ekspedisjonskruiset avsluttes i Colón, den travle, karibiske porten til Panamakanalen. Men for oss venter det mer i dette spennende landet!

Etter at vi har gått i land, blir vi kjørt til **nasjonalparken Chagres**. Her går vi om bord i en motordrevet kano som tar oss til **innsjøen Gatun** og elva Chagres for å besøke **urfolksamfunnet embera** i landsbyen deres med stråtekkede trehus. Emberafolket er ett av syv etniske førkolumbiske urfolk som bor i Panama.

Stammens høvding ønsker oss velkommen ved ankomst. Etterpå nyter vi en tradisjonell lunsj tilberedt av kvinnene i landsbyen. Om ettermiddagen får du mulighet til å lære om lokale medisinske planter, gå rundt i landsbyen, besøke skolen eller se en demonstrasjon av kunst og håndverk. Før vi tar farvel med vertene, blir det en oppvisning med tradisjonell dans og musikk.

Etterpå reiser vi tilbake til bussen med kano og videre til **Gamboa Rainforest Resort** hvor vi skal tilbringe de neste tre nettene. Resten av dagen er til avslapning.

Merk at dette oppholdet i regnskogen krever at du er i normal god fysisk form og kan gå i ulendt terreng. Det passer ikke for deg som har begrenset mobilitet.

Dag 14

Rainforest Discovery Center og elvesafari på nattestid

☞ Frokost, lunsj

Om morgenen besøker vi **Rainforest Discovery Center**, et opplæringscenter med gode muligheter til å se dyreliv. Speid etter sjeldne dyr fra det høye observasjonstårnet eller gå langs stiene. Da får du kanskje se sommerfugler, apekatter eller noen av de rundt 350 fuglearter som holder til her.

Etter lunsj og en avslappende ettermiddag i hytta, skal vi på en spennende **båtsafari på elva Chagres** på nattestid. Her får vi kanskje se nattdyr som kaimaner og dovendyr.

Dag 15

Dovendyrreservat og taubane i jungelen

☞ Frokost, lunsj

Om morgenen besøker vi **Panamas eneste dovendyrreservat**. Her jobber konservatorene med å restituere og slippe disse søte skapningene ut i naturen igjen.

Etter lunsj og tilbake på hytta kan du bli med på en spennende **20-minutters taubanetur over tretoppene**. Speid etter tukaner, apekatter og annet dyreliv. Nyt den enestående utsikten over Panamakanalen, elva Chagres og landsbyen Gamboa, og se utover de endeløse tretoppene i jungelen.

Dag 16

Avreise

☞ Frokost

Vi sjekker ut fra lodgen og skal etter hvert reise ut til flyplassen og stifte nytt bekjentskap med bylivet igjen.

Flyreise med flybytte og mellomlanding.

Dag 17

Ankomst Oslo Lufthavn

Ankomst Oslo Lufthavn.