

Un paraíso en la costa pacífica

GRATUITO  
SINAC

# Visite el Parque Nacional Manuel Antonio

## Un paraíso en conservación

En la costa Pacífica de Costa Rica, a tan sólo 7 km al sur-este de la ciudad de Quepos se encuentra uno de los parques nacionales con mayor belleza escénica del país.



Fotografía: Roberto Ramos

## Parque Nacional Manuel Antonio

Esta área silvestre protegida se localiza en el cantón de Aguirre de la provincia de Puntarenas, a 7 km sur-este de la ciudad de Quepos, a 172 km al sur de San José. Tiene una extensión de 1.800 Ha. aproximadamente en la parte terrestre. La porción marina del Parque es considerablemente mayor a la extensión continental.

El sector Playa El Rey abarca un total de 14 km de playa que va desde la boca del río Portalón hasta la boca del río Naranjo.

## Recursos sobresalientes

En el Parque Nacional Manuel Antonio se registran 335 especies de aves, 107 especies de mamíferos terrestres, variada fauna marina y 352 especies de plantas.

En el área es frecuente observar especies de aves como el tucacillo, el pelicano, el chocoaco, el águila pescadora, el martin pescador verde y la chirincoca. También es posible observar iguanas, garrobos y serpientes.

Entre los mamíferos más sobresalientes encontramos el mapache, el pizote, la guatuzá, el perezoso de dos y tres dedos, el mono carablanca y el mono titi.

Hay una fauna marina muy exuberante como: morenas, pez ángel, erizos y estrellas de mar. Además, es posible encontrar una infinidad de insectos. El Parque se ubica en la zona de transición bosque húmedo tropical a bosque muy húmedo tropical.



Saimiri oerstedii  
Fotografía: Roberto Ramos

## Principales Atractivos

**Playa Espadilla Sur:** Se localiza entre el límite norte del parque y Punta Catedral. Es una playa ancha durante marea baja, con oleaje un poco fuerte pero no es peligrosa para los bañistas. Su longitud es de 732 m. Se encuentran en una bahía, lo cual permite un oleaje suave sin corrientes peligrosas.

**Puerto Escondido:** Es una playa pequeña en una ensenada de 430 m de longitud. Para visitarla se debe consultar a los funcionarios el estado de las mareas. Se encuentra entre las rocas un hoyo soplador, que al subir la marea gran cantidad de agua sale por el hoyo a gran velocidad.

**Playa Manuel Antonio:** Es la más hermosa de todas y la más visitada. Su longitud es de 406 m. Es la mejor para practicar el buceo con tubo (snorkel). Además, hacia el costado derecho junto a Punta Catedral, se encuentra lo que según se cuenta, era utilizada por los indígenas como trampa para tortugas y peces.

**Punta Catedral:** En el pasado fue una isla, tiene una formación geomorfológica llamada Tómbolo, donde muchas especies pasaron desde el litoral a la isla. Caminando al interior de ella por el sendero se admiran parches de bosque primario y secundario y excelentes miradores, desde donde se pueden observar varias islas. Desde el límite norte aparecen: isla Larga o Picuda, isla Gemelas, isla Olocuita, isla Toro Amarillo e isla Verde o Mogote. Algunas de estas islas son zonas de anidamiento de aves marinas propias del litoral del pacífico. Su longitud es de 1.300 m



Fotografía: Roberto Ramos

## Contacto

Oficinas centrales: 2522-6500

Oficinas regionales: 2416-7068

PN Manuel Antonio: 2777-5185 or 2777-5155

www.sinac.go.cr

Facebook: /cr.sinac Twitter: @sinac\_cr

Horario de atención para visitantes:

Martes a Domingo 7am - 4pm

Programa Turismo en Áreas Silvestres Protegidas



# PARQUE NACIONAL MANUEL ANTONIO / MANUEL ANTONIO NATIONAL PARK

## Regulaciones / Regulations

- Es obligación respetar el reglamento de uso público del parque.  
• It is implicit to respect the rules of the park.
- No se permite la pesca deportiva y artesanal dentro del parque.  
• Sport and shore fishing are not allowed.
- Prohibido ingresar al parque bajo los efectos de drogas, estimulantes, bebidas alcohólicas y armas.  
• It is prohibited to enter the Park under the influence of drugs, stimulants, alcoholic beverages, or with guns.
- Cuidar sus pertenencias.  
• Watch your belongings.
- El acceso a Puerto Escondido se permite sólo durante la marea baja.  
• Access to Puerto Escondido is only permitted during low tide.
- No alimente a los animales.  
• Do not feed the animals.
- Manténgase únicamente dentro de los senderos.  
• Do not stray from designated paths.
- Prohibido hacer fogatas.  
• Bonfires are prohibited.
- No sentarse sobre las mesas.  
• Do not sit on the picnic tables.
- Recoja la basura y deposítela en los recipientes adecuados.  
• Pick up all the trash and deposit it in the nearby receptacle.
- Prohibido extraer los recursos naturales del parque.  
• It is prohibited to remove natural resources from the park.
- Utilice el agua racionalmente y no use jabón ni champú.  
• Ration water use and avoid using soap or shampoo.
- Prohibido ingresar con mascotas.  
• Pets are not allowed.
- No realice juegos en la playa como fútbol y voleibol, ni tampoco ingrese con equipos de sonido.  
• Soccer and volleyball are forbidden as well as electronic sound equipment.
- En la playa El Rey no se permite la observación de tortugas.  
• Turtle watching is forbidden at El Rey beach.
- El árbol conocido como manzanillo de playa, posee un látex tóxico que produce irritación por lo cual no debe tocarse ni comerse sus frutos.  
• The tree known as "manzanillo de playa", produces a toxic film that produces irritation, so do not touch nor eat its fruits

1. Entrada / Entrance
2. Estero / Estuary
3. Manglar / Mangrove
4. Playa Espadilla Norte / Beach
5. Playa Espadilla Sur o Playa Dos / Beach
6. Playa Manuel Antonio o Playa Tres / Beach
7. Playa Gemelas / Beach
8. Playa Puerto Escondido / Beach
9. Playa Playitas / Beach
10. Sendero Playa Espadilla / Trail 1 km
11. Sendero Catedral / Trail 1.1 km
12. Sendero Playa Gemelas y Puerto Escondido / Trail 465 m.
13. Sendero / Mirador Punta Serrucho / Trail & Lookout 789 m.
14. Sendero La Trampa / Trail 120 m.
15. Sendero vehicular El Perezoso / Vehicle Trail 1.8 km.
16. Límites del Parque / Park Limits
17. Laguna / Lagoon
18. Trampa de Tortugas / Turtle Trap
19. Sendero La Cascada / Trail 653 m.



## MANUEL ANTONIO NATIONAL PARK

## PARQUE NACIONAL MANUEL ANTONIO

## Simbología / Map Key

- |                                    |                                |
|------------------------------------|--------------------------------|
| Caseta de entrada/Admittance       | Sendero / Trail                |
| Administración / Administration    | Agua potable / Drinkable water |
| Servicios sanitarios / Restrooms   | Natación / Swimming            |
| Ducha / Showers                    | Buceo / Snorkeling             |
| Áreas para almuerzo / Picnic Areas | Mirador / View Point           |

A paradise on the Pacific coast



## Visit Manuel Antonio National Park

### A paradise in conservancy

On the Pacific Coast of Costa Rica, just 4.3 miles south-east of Quepos lies one of the most beautiful scenic National Parks in the country.



Picture: Roberto Ramos

### Manuel Antonio National Park

This wildlife area is located on the Pacific Coast in Costa Rica, in the Aguirre district of Puntarenas, 4.3 miles (7 km) south-east of Quepos, and 106 miles (172 km) south of San José. It measures 1,800 Ha. on land. The marine extension of the National Park is considerably bigger than continental extension.

El Rey beach covers a total of 9 miles (14 km) and extends from the mouth of the Portalón River to the mouth of the Naranjo River.

### Notable Resources

Manuel Antonio National Park has 335 species of birds, 107 species of mammals, a variety of marine life and 352 species of plants.

It is common to observe bird species like the toucanet, the pelican, the green-backed heron, the osprey, the green kingfisher, and the rufous-necked wood rail. It is also common to see iguanas, spiny tailed iguanas, and snakes.

Among the mammals, some of the more notable ones are the raccoon, the coati, the agouti, the two or three toed sloth, the capuchin monkey, and the titi monkey.

There is a vast variety of marine wildlife like: moray eels, angel fish, sea urchins, and star fish. It is also possible to find an infinite number of insects. The Park is located in a transition zone between tropical wet forest and rain forest.



Saimiri oerstedii  
Picture: Roberto Ramos

### Main Attractions

**Espadilla Sur Beach:** Located between the northern border of the park and Punta Cathedral. It is a wide beach during the low tide, with fairly strong waves, although not considered dangerous for swimmers. It is 2,401 ft. (732m) long. There is a bay that has soft, gentle waves free of dangerous currents.

**Puerto Escondido:** This is a small beach, some 1,410 ft. (430 m) long. Before visiting it, is necessary to find out the status of the tide. Between the rocks there is a big hole, which during high tide, water rushes through the opening at great speed.

**Manuel Antonio Beach:** This is the most beautiful and populated beach. It measures 1,332 ft. (406 m) in length. It is the best area for snorkeling. Also, along the right side next to the La Trampa (the Trap), which, according to legend, was used by natives as a trap for turtles and fish.

**Punta Cathedral:** In the past it was an island. It has a geomorphologic formation called "Tómbolo", where many species used to pass along the coast to the island. While walking along the path in the interior, you will find many primary and secondary forest areas and excellent look-out points where you can see various islands. From the northern end you can see: the Larga or Picuda island, the Gemelas island, Olocuita island, Toro Amarillo island and Verde o Mogote island. Some of these islands are nesting spots for marine birds particular to the Pacific Coast. It measures 4,265 ft. (1,300 m).



Picture: Roberto Ramos

### Contact

Central Offices: 2522-6500  
Regional Offices: 2416-7068  
Manuel Antonio NP: 2777-5185 or 2777-5155

www.sinac.go.cr

f /cr.sinac @sinac\_cr

Attention hours for visitors:  
Tuesday thru Sunday 7am - 4pm

### Tourism Program in Wildlife Protected Areas



## PARQUE NACIONAL MANUEL ANTONIO / MANUEL ANTONIO NATIONAL PARK

### Regulaciones / Regulations

- Es obligación respetar el reglamento de uso público del parque.  
• It is implicit to respect the rules of the park.
- No se permite la pesca deportiva y artesanal dentro del parque.  
• Sport and shore fishing are not allowed.
- Prohibido ingresar al parque bajo los efectos de drogas, estimulantes, bebidas alcohólicas y armas.  
• It is prohibited to enter the Park under the influence of drugs, stimulants, alcoholic beverages, or with guns.
- Cuide sus pertenencias.  
• Watch your belongings.
- El acceso a Puerto Escondido se permite sólo durante la marea baja.  
• Access to Puerto Escondido is only permitted during low tide.
- No alimente a los animales.  
• Do not feed the animals.
- Manténgase únicamente dentro de los senderos.  
• Do not stray from designated paths.
- Prohibido hacer fogatas.  
• Bonfires are prohibited.
- No sentarse sobre las mesas.  
• Do not sit on the picnic tables.
- Recoja la basura y deposítela en los recipientes adecuados.  
• Pick up all the trash and deposit it in the nearby receptacle.
- Prohibido extraer los recursos naturales del parque.  
• It is prohibited to remove natural resources from the park.
- Utilice el agua racionalmente y no use jabón ni champú.  
• Ration water use and avoid using soap or shampoo.
- Prohibido ingresar con mascotas.  
• Pets are not allowed.
- No realice juegos en la playa como fútbol y volleybol, ni tampoco ingrese con equipos de sonido.  
• Soccer and volleybol are forbidden as well as electronic sound equipment.
- En la playa El Rey no se permite la observación de tortugas.  
• Turtle watching is forbidden at El Rey beach.
- El árbol conocido como manzanillo de playa, posee un látex tóxico que produce irritación por lo cual no debe tocarse ni comerse sus frutos.  
• The tree known as "manzanillo de playa", produces a toxic film that produces irritation, so do not touch nor eat its fruits

1. Entrada / Entrance
2. Estero / Estuary
3. Manglar / Mangrove
4. Playa Espadilla Norte / Beach
5. Playa Espadilla Sur o Playa Dos / Beach
6. Playa Manuel Antonio o Playa Tres / Beach
7. Playa Gemelas / Beach
8. Playa Puerto Escondido / Beach
9. Playa Playitas / Beach
10. Sendero Playa Espadilla / Trail 1 km
11. Sendero Cathedral / Trail 1.1 km
12. Sendero Playa Gemelas y Puerto Escondido / Trail 465 m.
13. Sendero / Mirador Punta Serrucho / Trail & Lookout 789 m.
14. Sendero La Trampa / Trail 120 m.
15. Sendero vehicular El Perezoso / Vehicle Trail 1.8 km.
16. Límites del Parque / Park Limits
17. Laguna / Lagoon
18. Trampa de Tortugas / Turtle Trap
19. Sendero La Cascada / Trail 653 m.



## MANUEL ANTONIO NATIONAL PARK

### PARQUE NACIONAL MANUEL ANTONIO

### Simbología / Map Key

- |                                    |                                |
|------------------------------------|--------------------------------|
| Caseta de entrada/Admittance       | Sendero / Trail                |
| Administración / Administration    | Agua potable / Drinkable water |
| Servicios sanitarios / Restrooms   | Natación / Swimming            |
| Ducha / Showers                    | Buceo / Snorkeling             |
| Áreas para almuerzo / Picnic Areas | Mirador / View Point           |