



50 TIPS
Dominikanske republikk



INNHOLD

Sol, bad og sport	4–10
På egen hånd	11–17
Mat og drikke	18–26
Severdigheter	27–29
Shopping	30–35





Velg Apollo Mondo Family Resorts for en fullkommen familieferie.
Her er det både barneklubb og svømmeskole! Les mer på apollo.no

SOL, BAD OG SPORT



1.

Fottur i ferien?

Liker du å gå i fjellet, så har du kommet til riktig sted – her er flere nasjonalparker hvor man kan gå sammen med en kvalifisert guide. Det mest populære utfluktsmålet er Pico Duarte, Karibiens høyeste fjell. Da fjellet i sin tid fikk navnet sitt, mente man det var 3 157 meter over havet, men nå har man satt høyden til 3 087 meter.

Rancho Baiguate skreddersyr gjerne utflukter for deg: +1 809 574 6890

2.

Tropisk golf

Den dominikanske republikk er det landet i Karibien som har flest golfbaner, og standarden på banene er høy. Om du er her for å ”golfe” deg rundt øya, så ligger mange av banene i tilknytning til de store hotellene. Det finnes bl.a. en fin 18-hullsbane i Playa Dorada.

Kontakt gjerne reiselederen for mer informasjon.

Playa Dorada Golf Club
Designer: Robert Trent Jones
Telefon: +1 809 320 4262



3.

Surfeparadiset

Vind- og vannforholdene gjør Den dominikanske republikk til et utmerket reisemål for surferen, enten du er nybegynner og vil lære teknikken fra grunnen av, eller du er erfaren og jakter på den høye bølgen.

Aller best er forholdene på den nordlige delen av øya, f.eks. ved Cabarete der stranden ligger i en lun bukt – det gjør den perfekt for vind- og kitesurfing. Her kan man også ta surfekurs på ulike nivåer.

Playa Encuentra, som også ligger i nærheten av Cabarete, regnes som én av verdens beste surfestrender og lokker til seg entusiaster fra hele verden. Hvert år i mars arrangeres verdens mest prestisjefylte surfe-konkurranse her – Encuentra Classic.

4.

Rafting

Sett deg på flåten og bli med på en spennende tur ned strykene i Yaque del Norte, Karibiens lengste elv. Profesjonelle instruktører leder an turen, som passer både rutinerte raftere og nybegynnere; bare de er over 12 år.

Bacardi Island



5.

Sandvolleyball

er en fin avveksling til late dager i sola. Nett finnes på mange av stredene, og det er sjeldent vanskelig å finne noen å spille med.



6. Fredelige Playa Rincon ligger lengst inne i bukta

på Samanahalvøyas nordøstre spiss. Den er én av øyas aller beste, med sju kilometer kritthvit sand, turkisblått hav og grønne palmer. Men selv om "alle" vet om den eventyrlige stranden, så er det ikke så mange som drar dit. Man må nemlig ha firehjulstrekk for å ta seg fram på den

dårlige, humpete veien, hvis man ikke tar båt fra landsbyen Las Galeras. Det tar ca. 20 minutter og koster ca. 100 kroner pr. person tur/retur. Lunsj kan inntas på en av de mange fiskerrestaurantene ved stranden.

7.

Snorkling i Laguna Gri Gri ...

Om du er nysgjerrig på livet under vann, skal du dra til byen Rio San Juan (cirka én time med bil fra Cabarete). Herfra fortsetter du med båt gjennom mangrovekrattet frem til lagunen, hvor vakre korallrev og fisk i alle regnbuens farger venter.



8.

... eller på Calleton Beach som ligger bortgjemt i Rio San Juan. Fra byen må du kjøre eller gå på en ujevn grusvei, men vel fremme vil du skjønne at det var verdt det.

Stranden er ikke så stor, men den ligger i en liten bukt der vannet er turkist og stranden gyllengul.

Det ligger noen små, enkle spisesteder under mandeltrærne, der du kan kose deg med lokale spesialiteter. Innta gjerne en Dagens fisk på stranden og avslutt med en kald Piña Colada servert i frisk ananas.





9.

Playa Grande

Ikke langt fra Rio San Juan på øyas nordkyst ligger den herlige stranden Playa Grande. Den er innrammet av klipper, og de høye bølgene skaper ypperlige forhold for surfing. Det turkisblå vannet er naturligvis også herlig å svømme i. Stranden passer ikke for barnefamilier; når det blåser kan det oppstå kraftige understrømmer her.

10.

Kajakk er populært

Langs hele nordkysten, men vil du ha en virkelig naturopplevelse så skal du ta deg til Yaque del Norte-elva. Her kan du padle sammen med profesjonelle guider gjennom trange juv og naturlige bassenger.



PÅ EGEN HÅND



11.

Nysgjerrig på livet under overflaten?

Her er flere velrenomerte dykkefirmaer med opplegg både for nybegynnere og rutinerte dykkere. Erfarne, engelsktalende instruktører garanterer en trygg og sikker opplevelse.

Programmet tilpasses dagens værforhold. Kontakt gjerne reiselederen for mer informasjon.

12.

Sosúa på nordkysten

mellan Puerto Plata og Cabarete, er ingen gammel by. Den lille byen ble grunnlagt tidlig på 1940-tallet av flere hundre jøder som flyktet fra krigen i Europa og som fikk asyl her.

En av byens severdig-heter er det jødiske muséet i C/Dr. Alejo Martinez. Ellers er dykking og snorkling populært; det ligger flere korallrev like utenfor byen.



13.

Los Tres Ojos – De tre øynene

er navnet på en stor kalksteinsgrotte i parken Mirador del Este i Santo Domingo. Grotten var opprinnelig bebodd av Taino-indianerne, som var de første innbyggerne på øya. I dag har skilpadder, fisk og flaggermus flyttet inn; du må gjerne besøke dem på dagtid mellom klokken ni og fem.

14.

Karneval i februar

Langs strandpromenaden Malecon i Puerto Plata er det karneval hver søndag i februar. Republikken omfatter 31 provinser som alle har sin egen karnevalsmaskot, og draktene er fargeglade og glitrende – og musikk er det naturligvis overalt.



15.

Svingom på Rancho Tipico

Vil du oppleve latinamerikanske rytmer som bachata, merengue og salsa, så skal du dra på Rancho Tipico. Her er det full fart på dansgulvet med glade fastboende som lærte å danse da de lærte å gå.

Finne fram: Ved hovedveien Carratera Puerto Plata Cofresí, i utkanten av Puerto Plata.

16.

Liker du baseball

så må du benytte anledningen til å se en kamp mens du er her. Baseball er nasjonalsport, og du kan glede deg over å se de beste spillerne og lagene fra hele Karibien. De to aller mest kjente lagene er Licey fra Santo Domingo og Las Aguilas fra Santiago. Seseongen starter i oktober.

Kontakt gjerne reiselederen for mer informasjon.

17.

Jazzfestivalen i Sosúa og Cabarete

avholdes i oktober/november. Kjente musikere fra hele verden spiller på festivalen, hvor det for øvrig er gratis entré. Programmet endrer seg fra år til år, men er alltid verdt et besøk.



18.

Match brunfargen med pene negler

I den store hovedgaten i Puerto Plata ligger den lille neglesalongen Karimar Salon Spa. Her kan du få en klassisk fransk manikyr, forlenge neglene eller få dem malt i trendy farger og mønstre. Alt sammen til meget hyggelige priser.

Telefon: +1 809 261 1018
Finn fram: Gregorio Luperion nr. 6
(på Malecon, ved Tam Tam Café)



19.

Hovedstaden Santo Domingo

En reise til øyas hovedstad tar deg flere hundre år tilbake i tid. Byen, som ble grunnlagt i 1496, har blitt pietetsfullt restaurert slik at mange monumentale bygninger og gater ser nøyaktig ut som de gjorde på 1500-tallet. På vei til hovedstaden passerer du Moca – Dominikanske New York – og Bonao.

Blant severdighetene i hovedstaden er katedralen Santa Maria la Menor og Fortaleza Ozama, fortet som ble overtatt av frihetskjemperne 27. februar 1844.

20.

El Choco National Park

er en av de nyeste nasjonalparkene i landet. Her kan du få en guidet tur gjennom vakker natur og besøke spennende dryppsteinsgrotter underveis. Ta med badetøy – grottene er fine å bade i.

Finne fram: Callejon de la Loma, Cabarete

21.

Når sola går ned

forvandles Ocean Park fra eventyrt park til dansescene. Karibiske rytmer, 30 dansere og mer enn 120 kostymer – glitter og glam hele kvelden! Du kan spise middag før forestillingen.



22. Karibiens største innsjø Lago Enriquillo

ligger nede i sørvest. Den er én av verdens få innsjøer med saltvann, og den ligger 44 meter under havoverflaten. Det ligger tre øyer i Lago Enriquillo: Isla Barbarita, Islita og Isla Cabritos. På Cabritos, som er den største, er der en nasjonalpark som er kjent for sine krokodiller og flokker med

flamingo.

Husk at det er store avstander i Den dominikanske republikk; denne utflukten bør du sette av to dager til. Kontakt gjerne reiselederen for mer informasjon.



MAT OG DRIKKE



23.

Herlige Lax på stranden

i Cabarete er den perfekte restauranten for lunsj, en fyldig smoothie eller en drink på kvelden. Slå deg ned innendørs eller i en av de komfortable stolene på stranden. Leter du etter WiFi, så finner du det her.

Finne fram: Carretara Principal

24.

På trivelige lille Mojito Bar

på stranden i Cabarete serveres det nypresset juice og smoothies av fersk frukt, i tillegg til salater og gode sandwiches. På kveldstid får du også drinker, om du vil.



25.

Hispaniola @ Le Petit François

ved stranden i Playa Dorada tilhører kanadieren François. Den første er en utmerket lunsjrestaurant, mens den andre er stedet for kveldens hummermiddag i meget hyggelige omgivelser på stranden; idéelt for en stille stund for to.

Bordbestilling: +1 829 494 2910
eller +1 809 320 9612 (Le Petit François)
Finne fram: Plaza el Pueblito,
Playa Dorada (ved Orange Market)

26.

Strandpromenaden Malecon

i Puerto Plata har en herlig atmosfære døgnet rundt, men særlig på søndager. Det ligger flere barer langs promenaden hvor du kan nyte en forfriskning eller to sammen med de fastboende, som gjerne har med både egen stol og piknik-kurv.





27.

Dominikanernes nasjonaleldrikk

er definitivt rom, og den største produsenten er familien Brugal, som kom over fra Cuba på slutten av 1800-tallet.

Gjør som de lokale – bland med cola for å få en Cuba Libre eller med Sprite, for å få en Santo Libre.



28.

Middag med musikk

Ved innkjøringen til Cabarete ligger Bliss Restaurant&Bar litt bortgjemt fra hovedgaten. Det står mye godt på menyen – fransk-karibisk inspirert – men du er også velkommen om du bare vil ta en øl og høre på litt sang og musikk på kveldstid.

Finne fram: Vis à vis Hotel Ocean

Dream Resort

Telefon: +1 829 865 6444

29.

Ali's Surf Camp

er, kanskje ikke uventet, spesielt populær blant surfere og backpackere. Du finner den i nærheten av lagunen ved El choco National Park. Gå ikke glipp av husets spesialitet Churrasco – grillspyd med mye godt på!



30. Søte og leskende frukter

I Den dominikanske republikk gror frukt og grønt så det høres. Kommer du ut på landsbygda vil du se både mangotrær, ananasavlinger, banan- og kokospalmer – og bedre frukt er det vanskelig å finne. Men man behøver ikke å dra på landet for

å få tak i frisk frukt. Det er aldri langt mellom fruktbutene – hverken i Puerto Plata, Sosúa eller Cabarete. Kjøp med deg favoritten når du skal på stranden; så er mellommåltidet klart.



31.

Is i bøtter og spenn

får man på Bon Helado i Puerto Plata. Alle slags smaker får man her; frukt og bær i alle varianter, sjokolade eller kanskje kokos? Prøv også den utsøkte og kalorifattige yoghurtisen. Mmmm!

Finne fram: På torget Parque Central

32.

På Kilometer Zero

i Puerto Plata serveres det god mat til gode priser. Prøv en av deres smakfulle fajitas med kylling og reker for eksempel – helt utmerket!

Finne fram: Av. L. Ginebra 6, nær den store rundkjøringen

33.

Det lokale ølet

En del av gleden med å reise utenlands er å teste lokal mat og drikke. Er du enig i dét, kan du bestille en Presidente neste gang du får lyst på en øl – Presidente har vært folkets favoritt i mer enn 70 år.

Når du bestiller en Presidente får du en stor øl; vil du ha en liten, så sier du ”una pequeña”. Vil du ikke ha flaskeøl, så sier du ”una caña”; da får du fatøl.

34.

Havets delikatesser

nytes best på Papis i Cabarete. Den lille restauranten ser kanskje ikke all verden ut, men la deg ikke lure – maten her er utrolig god!

Finn fram:
Carretera Principal



35. Den hyggelige, lille byen Maimon

ligger på hovedveien mellom Santiago og Puerto Plata. Den er kjent for sine herlige fiskerestauranter, og La Playa er den beste! Ta gjerne en tur ut på kjøkkenet; der

kan du velge tilbehøret – ris, bønner, salat med mere. Vi anbefaler Fritos Amarittos til dessert: bananskiver stekt i olje.

36.

Slapp av med en drink

på Lazy Dog, mens du hører på bandet som opptrer fra tid til annen. Blir du sulten, så prøv grillribbe eller en av de mange gode pizzaene. Lazy Dog ligger i slutten av Cabarete-stranden.

38.

Vil du spise meksikansk

så gå på Gorditos; der har flere av rettene det ekstra lille piffet. Du finner restauranten ved hovedveien, nær innkjøringen til Cabarete.



37.

Tostacos

har byens beste sushi, tilberedt av kokken som har vendt hjem fra en av Santo Domingos bedre sushi-restauranter.

Finne fram: Presidente Vasquez #3,
Puerto Plata

39.

Italiensk mat

står på kartet i romantiske, lille La Puntilla de Piergiorgio. Slå deg ned ved et fredelig bord på én av de små terrassene, nyt selskapet, maten og utsikten over havet.

Finne fram: El Batey, Sosúa



SEVERDIGHETER



40.

Costa de Ambar – "Ravkysten" –

ligger på den nordlige delen av øya. Et betegnende navn, ettersom fjellene i området rommer en av verdens største ravforekomster. På ravmuséet i Puerto Plata kan du beundre den vakre steinen i ulike former, farger og nyanser. Her finnes også informasjon om larimarsteinen, som ikke forekommer andre steder i verden. Dersom du skal kjøpe rav, så kjøp her på

muséet. Det selges rav på strandene og markedene for en rimeligere penge, men så er også kvaliteten deretter.

Omvisning på flere språk mandag-lørdag fra kl. 09.00 til 18.00

Finne fram: Calle Duarte 61
(100 meter fra Parque Central)



41.

San Felipe-fortet

i Puerto Plata er fra 1500-tallet. Det ligger ved enden av strandpromenaden Malecon og ble bygget for å holde pirater, handelsmenn og oppdagelsesreisende på avstand.



42.

Den viktige havnebyen Puerto Plata

ble grunnlagt av Nicolas de Ovando i 1502, og fikk sitt navn – Sølvhavnen – av Columbus som syntes havet utenfor glitret som sølv.

Like sør for den pittoreske byen rager Pico Isabel de Torres-fjellet over byen. På toppen står en Kristusfigur, som er lik den som vokter over Rio de Janeiro. Utsikten her oppe fra er meget vakker.

Du kommer opp med kabelbanen, som går hvert 10. minutt.

43.

Monument a los Héros de la Restauración

i Santiago er minnesmerket over landets selvstendighetskamp. Monumentet ligger på en høyde med vakker utsikt over byen.



44. Romdestilleriet Brugal

er verdens tredje største romprodusent, med en dagsproduksjon på ca. 300 000 liter. Destilleriet ble grunnlagt i 1888 av Andrés Brugal, som kom fra Sitges i Spania via Cuba, hvor han lærte seg kunsten å lage rom.

I dag selges rommen over hele verden. Destilleriet ligger i utkanten av Puerto Plata og tar i mot besøkende. Kontakt reiselederen for åpningstider. Skal du ha rom med hjem, så kjøp den her.

SHOPPING



45.

Hovedstaden Santo Domingo

ligger rundt fire timer med buss fra Puerto Plata (gode bussforbindelser). Her er det lett å bruke penger, både i småbutikkene og de litt større sentrene. Gå også inn i gamlebyen, Zona Colonial, der smågatene er fulle av artige og spennende butikker.

46.

Shopping i Cabarete

foregår i hovedgaten, som går parallelt med stranden. Liker du surfemoten, så finner du kjente merker som Billabong, Volcom og Quicksilver her.

Langs stranden ligger det også småbutikker som selger smykker og frukt, blant annet.

47.

Orange Market

ligger på stranden mellom Playa Dorada og Costa Dorada. Dette er stedet for souvenirer, til deg selv eller noen som venter hjemme. Bilder, klær og smykker er noe av det som selges her.



48.

Melder shoppingsuget seg

i Puerto Plata, så er det best å dra inn til byen. Ta utgangspunkt i klesbutikken Mega Moda, så finner du flere mindre butikker i området rundt.

Eller dra til La Sirena, landets første varehuskjede med luftkondisjonering. La Sirena ligger på strandpromenaden Malecon, og her kan du kjøpe alt fra klær og sko til leker og skjønnhetsprodukter.

Det finnes også større butikker, som Jimenez, som ligger ved busstasjonen Caribe Tours, og Casa Nelson, som ligger i Central Park.



49.

Sigarer lages ikke bare på Cuba –

også her er klimaet perfekt for tobakksdyrkning. I Santiago lages to fine sigarer, Leon Jimenez og den mildere La Aurora. Sigarene selges på fabrikken og i enkelte butikker.





50.

Shopping i Santiago

Begi deg ut i myldret i den store shoppinggaten Calla del Sol – her er masse butikker, alt fra klær til vakre malerier. Her kan du sikkert finne noe pent å kjøpe

med hjem til en god venn. Og når du blir lei av å handle, så er det ikke vanskelig å finne en hyggelig lunsjrestaurant.

**ARTESANIA
DOMINICANA
HANDWERK
HANDICRAFT**

RV-205
FE-0593
JC-2733
SL-0201
BM-0342
FC-0683



Lik oss på [facebook.com/ApolloNorge!](https://facebook.com/ApolloNorge)
Her får du reisetips og mange gode reisetilbud.

Følg oss på instagram.com/apolloreiser.
Vi skaper reiselyst og inspirasjon med
flotte bilder fra reisemål og hoteller.

Del feriebildene dine med
[#apolloreiser](#) og [#apollocruise](#)!

Velkommen til Apollo.