

# Erfahrungsbericht Costa Rica 2018

## Das Praktikum

Mein Praktikum habe ich an der Universidad de Costa Rica in der Hauptstadt San José verbracht. Die Bewerbung erfolgte größtenteils privat. Durch den Auslandskoordinator des Instituts Rainer Neumann gelangte ich an die E-Mail-Adresse des Sportinstituts in Costa Rica. Die Universität in San José ist sehr interessiert an



ausländischen Studenten, weshalb ich sofort eine Zusage bekam. Der weitere Kontakt war sehr locker. Es wurde nichts von mir erwartet, ich konnte aber immer mit Hilfe rechnen, wenn ich Fragen oder Probleme hatte. Nach meiner Ankunft in Costa Rica stellte sich heraus, dass sie mir eine Arbeit, nicht im Sportinstitut selbst zugedacht hatten, sondern im Bereich Computer Science, wo ich bei einer Studie zum Thema Karate und Robotik, den sportlichen bzw. biomechanischen Teil übernehmen sollte. Die Arbeitsweise in Costa Rica erfolgt nach ihrem allgemeinen Lebensmotto „Pura Vida“, was übersetzt pures Leben heißt. Die Ticos (Costa Ricaner) sind ein sehr entspanntes Volk, was sich auch in ihrer Arbeitsweise zeigt. So wird oft mal eine Kaffeepause eingelegt oder einfach nur ein wenig gequatscht. Dafür verbringen die Ticos oft 12 Stunden am Tag an ihrem Arbeitsplatz und arbeiten manchmal sogar am Wochenende.

## Wohnungssuche

Die Wohnungssuche war eine der schwierigsten Hürden bevor ich nach Costa Rica kam. Ich hatte einfach sehr wenig Ahnung. Es ist in San José kaum möglich Fahrrad zu fahren, weil es bei dem Verkehr zu gefährlich ist. Das Busnetz ist sehr gut ausgebaut, nur leider gibt es keine Busfahrpläne.



Dementsprechend empfiehlt es sich eine Wohnung nahe der Uni zu suchen. Vor allem auch, weil man oft erst nach Einbruch der Dunkelheit (ca. 6 Uhr das ganze Jahr) nach

Hause kommt. Zu dieser Zeit sollte man, wenn überhaupt nur noch auf Hauptstraßen alleine unterwegs sein, da man sonst Gefahr läuft ausgeraubt zu werden. San Pedro und Sabanilla sind somit die besten Viertel zum Wohnen für Studenten an der Universidad de Costa Rica (auch für Studenten der Universidad Latina de Costa Rica). Ich selbst habe von Deutschland aus ein Zimmer im Wohnheim „Campus Residencias“ gemietet. Ich habe mir dort mit zwei anderen Mädchen die Küchen, das Wohnzimmer und einen Balkon geteilt, Schlafzimmer und Bad hatte ich für mich. Außerdem gab es eine Dachterrasse mit Blick über die ganze Stadt, ein eigenes Fitnessstudio und einiges mehr. Ich war sehr zufrieden in Campus Residencias, habe allerdings mit 510\$ im Monat recht viel gezahlt. Ich denke allerdings, dass es angesichts der Uninähe, den vielen Annehmlichkeiten, der Security und der Tatsache, dass ich mitten im Monat einziehen konnte und auch nur den halben Monat gezahlt habe, ein angemessener Preis war. Ansonsten kann man hier Wohnungen am besten über verschiedene Facebook-Gruppen finden. Eine sinnvolle Lösung ist finde ich, erstmal einen Monat im Hostel zu wohnen (monatliche Miete im Einzelzimmer mit Gemeinschaftsbad ca. 250\$) und vor Ort nach einer Wohnung zu suchen.

### **Einkaufen/Essen**

Lebensmittel sind in Costa Rica ca. genauso teuer wie in Deutschland. Es empfiehlt sich in den größeren Supermärkten Palí oder Mas x Menos einzukaufen. Diese sind die günstigsten. Es gibt aber auch viele Biomärkte oder Märkte mit importierter Ware. Obst, zumindest das mit Schale,



ist am günstigsten bei den vielen Ständen auf der Straße. Supermärkte haben die ganze Woche inklusive Sonntag den ganzen Tag bis mindestens 9 Uhr auf. Man sollte beim Einkaufen genügend Zeit einrechnen, da die Kassierer sich gerne mal mit der Kundschaft unterhalten und außerdem die Waren alle sehr gemütlich in Tüten einpacken. Wer nicht so gerne kocht und trotzdem nicht ständig teuer essen gehen möchte sollte sich an die Sodas in Uninähe halten. Das sind kleine Restaurants, die einheimisches Essen für zwei bis drei Euro inklusive Getränk anbieten. Das Essen ist meist recht gut und die Portionen relativ groß. Es wird extrem viel Reis gegessen. Das typische Frühstück heißt „gallo pinto“ besteht aus Reis mit schwarzen Bohnen, Ei, Maistortilla und Käse oder Bratwurst. Das typische Mittagessen „Casado“ (= verheiratet)

besteht aus Reis, schwarzen Bohnen, gebratenen Kochbananen (platanos), Huhn, Fleisch oder Fisch.

## **Transport**

San José selbst ist keine sehr große Stadt, weshalb ich relativ viele Strecken gelaufen bin. Es hat mir gefallen, neue Viertel kennenzulernen und einfach durch die Straßen zu streifen. Die Ticos laufen allerdings überhaupt nicht gerne. Oft wird der Bus benutzt. Es gibt keine offiziellen Fahrpläne, weshalb es am Anfang recht schwierig ist die richtige Haltestelle zu finden. Hier ist die beste Lösung durchfragen. Im Bus selbst wird nie eine Haltestelle durchgesagt, weshalb ich mir angewöhnt habe immer nebenbei waze auf meinem Handy zu öffnen, damit ich wusste wo ich war. Google Maps wird hier wenig verwendet, weil es nicht immer aktuell ist. Eine Fahrt mit dem Bus, egal wo man ein- oder aussteigt kostet normalerweise ca. 50ct. Sobald es dunkel war, war mein bevorzugtes Transportmittel Uber. Über die App funktioniert das super einfach und kostet je nach Strecke ca. zwei bis fünf Euro. Das ist zwar illegal wird aber trotzdem überall gemacht, weil es durch das Ratingsystem wesentlich sicherer und auch günstiger ist als Taxifahren. Am Wochenende habe ich fast immer Ausflüge an den Strand oder in einen der vielen Nationalparks gemacht. Hier sollte man die normalen Busse nehmen und auf keinen Fall die Busse, die von den Hotels abgehen. Eine Busfahrt kostet eigentlich fast immer unter 10 Euro.

## **Die Sprache**

In Costa Rica wird Spanisch gesprochen. Das Land hat relativ viele eigene Wörter. Englisch wird auf dem Land recht wenig gesprochen. In der Stadt an der Universität sprechen jedoch die meisten Englisch, wenn auch teilweise gebrochen. Das wird aber vermutlich in nächster Zeit immer mehr werden, da in Costa Rica das Militär abgeschafft wurde und das Geld in Bildung investiert wird. Außerdem sind die Ticos sehr offen und versuchen sich notfalls mit Händen und Füßen zu verständigen. Es empfiehlt sich jedoch sich vor dem Aufenthalt ein paar Grundkenntnisse anzueignen. Das hilft vor allem, um am Anfang schneller Anschluss zu finden.

## Ausflüge

Ein sehr großer Teil Costa Ricas besteht aus Nationalpark. Man findet dort super viele exotische Tierarten. Das Land ist im Allgemeinen sehr grün, wie man es sich in Deutschland nicht vorstellen kann.

Ansonsten kann man auch viel ans Meer gehen. Die Karibikküste ist zum baden

weniger geeignet als die Pazifikküste, weil es hier zu starke Strömungen und zu hohe Wellen gibt. Mit dem Bus kommt man fast überall hin. Es empfiehlt sich mit einem Backpack ind Auslandssemester zu gehen. So kann man auch im Anschluss noch gut reisen. Ein Koffer ist dabei hinderlich, weil man oft noch ein Stück zu den Hostels über Schotter laufen muss.

