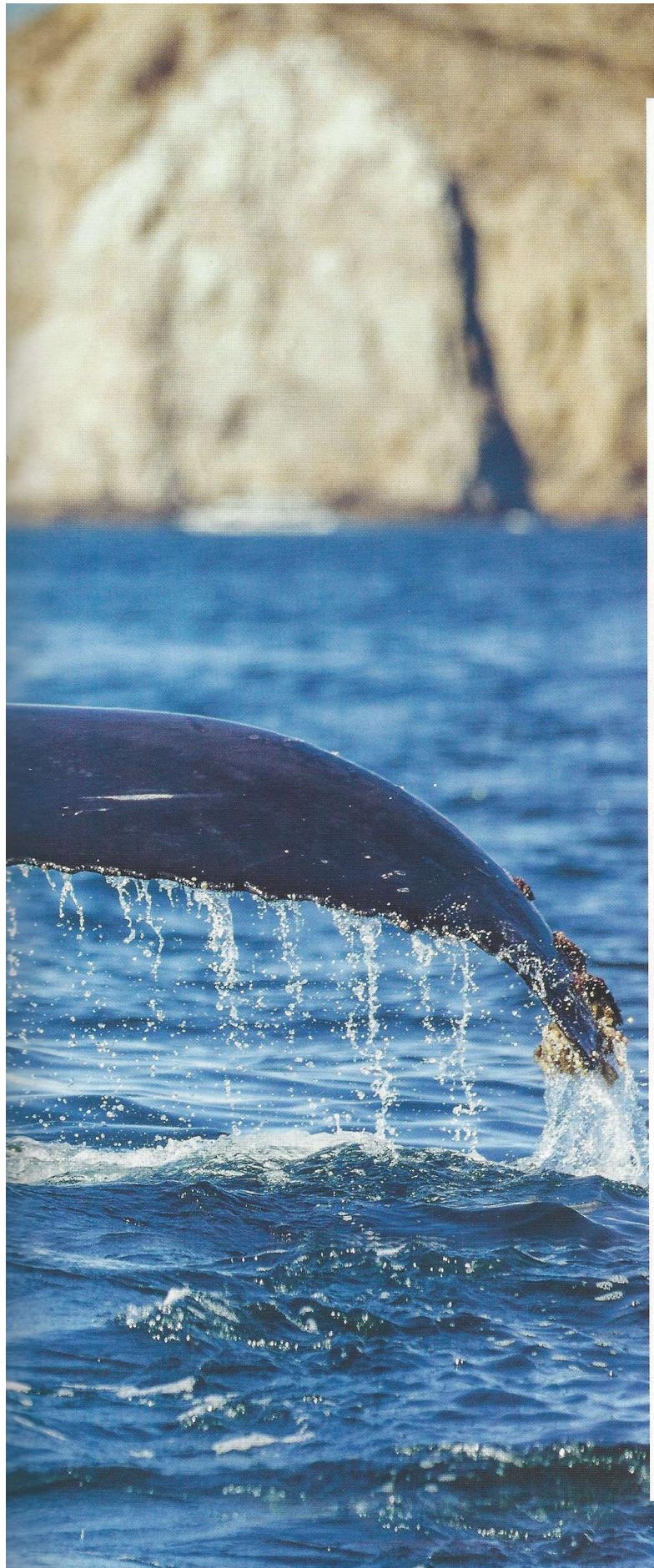


ADVENTURES FOR ALL AGES

AVENTURAS PARA TODAS LAS EDADES

BY/POR BRET LOVE

Five active family-friendly adventures that everyone can enjoy
Cinco expediciones que son aptas para todos los miembros de la familia



When most people think of the Caribbean and Latin America, the first images that spring to mind are palm trees, white-sand beaches, gorgeous waters glistening in the sun and lively local cultures. But what some people forget is that these regions are also home to fantastic natural attractions that make them a playground for active travelers of all ages.

In this era of information overload, where day-wasting distraction is available on every cell phone, e-reader and laptop, few things are better for bringing families together than outdoor adventures. Whether it's hiking through the rain forest, watching for wildlife, frolicking on the beach or exploring the wondrous world beneath the sea, the Caribbean and Latin America offer an endless array of activities and attractions to choose from.

Here's a look at five of our favorites for visitors to Aruba, the Bahamas, Mexico, Costa Rica and Puerto Rico.

Cuando la mayoría de las personas piensan en el Caribe y en Latinoamérica, las primeras imágenes que les vienen a la mente son palmeras, playas de arena blanca, aguas bellas brillando bajo el sol y culturas locales animadas. Pero lo que se les olvida a algunas personas es que estas regiones también son las sedes de increíbles atracciones naturales que las vuelven un parque de juegos para los viajeros activos de todas las edades.

En esta era de sobrecarga informativa en que distracciones desperdiciadoras están disponibles en cada móvil, tableta y *laptop*, hay poco que se compara con las aventuras al aire libre cuando se trata de mantener a las familias unidas. Ya sea una excursión por un bosque lluvioso, observaciones de vida silvestre, jugueteos en la playa o exploraciones del maravilloso mundo debajo del mar, el Caribe y Latinoamérica ofrecen una gama infinita de actividades y atractivos para elegir.

A continuación exploramos cinco de nuestras opciones favoritas para los visitantes en Aruba, las Bahamas, México, Costa Rica y Puerto Rico.

**EL YUNQUE
NATIONAL FOREST**

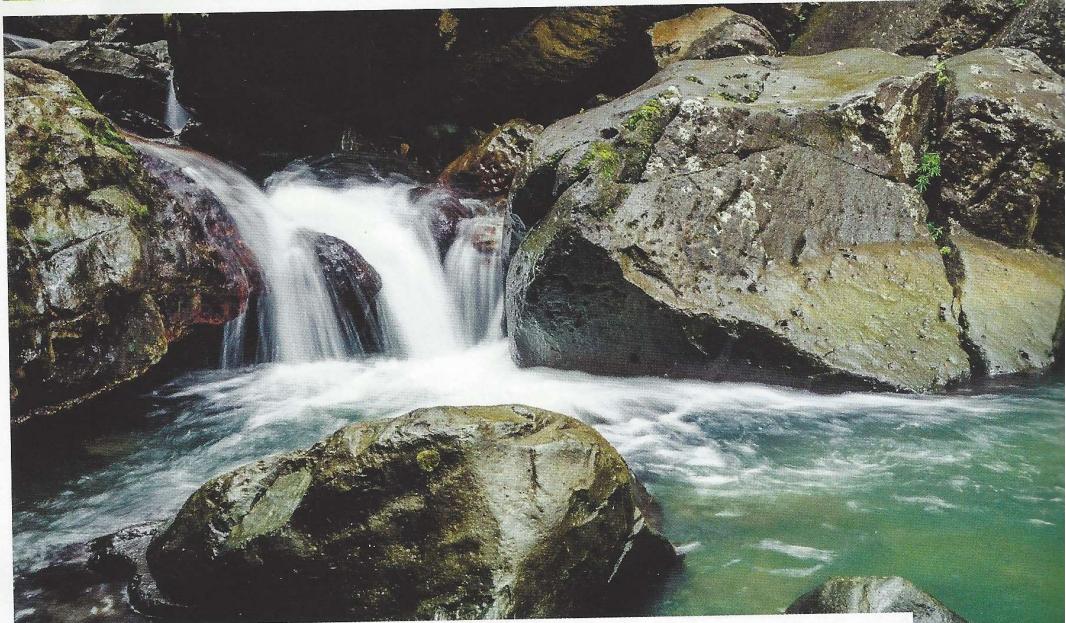
PUERTO RICO

**Explore the Only
Tropical Rain
Forest in the U.S.**

Located in north-eastern Puerto Rico on the slopes of the Sierra de Luquillo mountains, El Yunque National Forest is the only tropical rain forest in the U.S. National Forest System. Formerly known as the Caribbean National Forest, the 28,000-acre forest is home to wildlife that includes 16 species of coquí frogs and birds such as the Puerto Rican Parrot. Visit the El Portal Rain Forest Center for educational exhibits on the importance of rain forest conservation and a walkway set 60 feet above the ground that allows you to explore the forest canopy. Hiking the park's scenic trails provides visitors with glimpses of lush foliage, spectacular waterfalls and ancient petroglyphs created by the Taíno Indians.

WHERE TO STAY ➔

El San Juan Hotel, Curio Collection by Hilton or El Conquistador, a Waldorf-Astoria Resort


**Explore el único
bosque lluvioso
tropical del EEUU**

Ubicado en el noreste de Puerto Rico en las cuestas de las montañas Sierra de Luquillo, El Bosque Nacional El Yunque es el único bosque lluvioso tropical en el Sistema Nacional de Bosques de EEUU. Anteriormente conocido como El

Bosque Nacional Caribeño, el bosque de 28,000 acres es un hogar de vida silvestre que incluye 16 especies de ranas coquíes y aves como la cotorra puertorriqueña. Visite al El Portal Rain Forest Center para ver exposiciones educativas sobre la importancia de la conservación de los bosques lluviosos y para andar en un paseo que queda 60 pies por encima de la tierra

que te permite explorar el follaje del bosque. Excursionar en los senderos pintorescos les ofrece a los visitantes unas vistas bellas de follaje exuberante, cascadas espectaculares y petroglifos antiguos creados por los indios taínos.

DÓNDE HOSPEDARSE ➔

El San Juan Hotel, Curio Collection by Hilton o El Conquistador, a Waldorf-Astoria Resort

Go Whale Watching in Mexico

The 900+ islands and protected areas of the Sea of Cortés, which separates Baja California from mainland Mexico, were included on the UNESCO World Heritage list in 2005. The area has been referred to as a "natural laboratory for the investigation of speciation," due to its immense biodiversity. The islands provide vital nesting grounds for numerous migratory and resident bird species. The sea's rich aquatic ecosystem is home to an array of endemic animals, including the critically endangered *vaquita*, or "desert porpoise." So it comes as no surprise that this is

a prime destination for whale watching. California gray whales, fin whales, humpbacks, orcas and sperm whales are all commonly seen here, as is the blue whale (the world's largest animal). It's also a great place for sportfishing or swimming with sea turtles.

WHERE TO STAY ➤ Hilton Los Cabos Beach & Golf Resort, Cabo San Lucas



Avista a ballenas en México

Las 900 y tantas islas y áreas protegidas del Mar Cortés —el cual separa a Baja California de la parte continental de México— fueron incluidas en 2005 en la lista de sitios declarados Patrimonios Mundiales por la UNESCO. Se le ha llamado al área "un laboratorio natural para la investigación de especiación" debido a su biodiversidad inmensa. Las islas proveen lugares vitales para la nidificación para numerosas especies de aves migratorias y residentes. El rico ecosistema acuático provee un hogar para una gama de



animales endémicos, entre ellos la "vaquita marina", un tipo de marsopa que está en peligro crítico de extinción. Por lo tanto, no sorprende que este sea un destino excelente para el avistaje de ballenas. Aquí las ballenas grises de California, los rorcuales comunes, las ballenas jorobadas, las orcas y los cachalotes todos

son comúnmente avistados aquí, al igual que la ballena azul (el mamífero más grande del mundo). El Mar Cortés también es excelente para la pesca deportiva o para nadar con tortugas marinas.

DÓNDE HOSPEDARSE ➤
Hilton Los Cabos Beach & Golf Resort, Cabo San Lucas

Take a Real Walk in the Park in Costa Rica

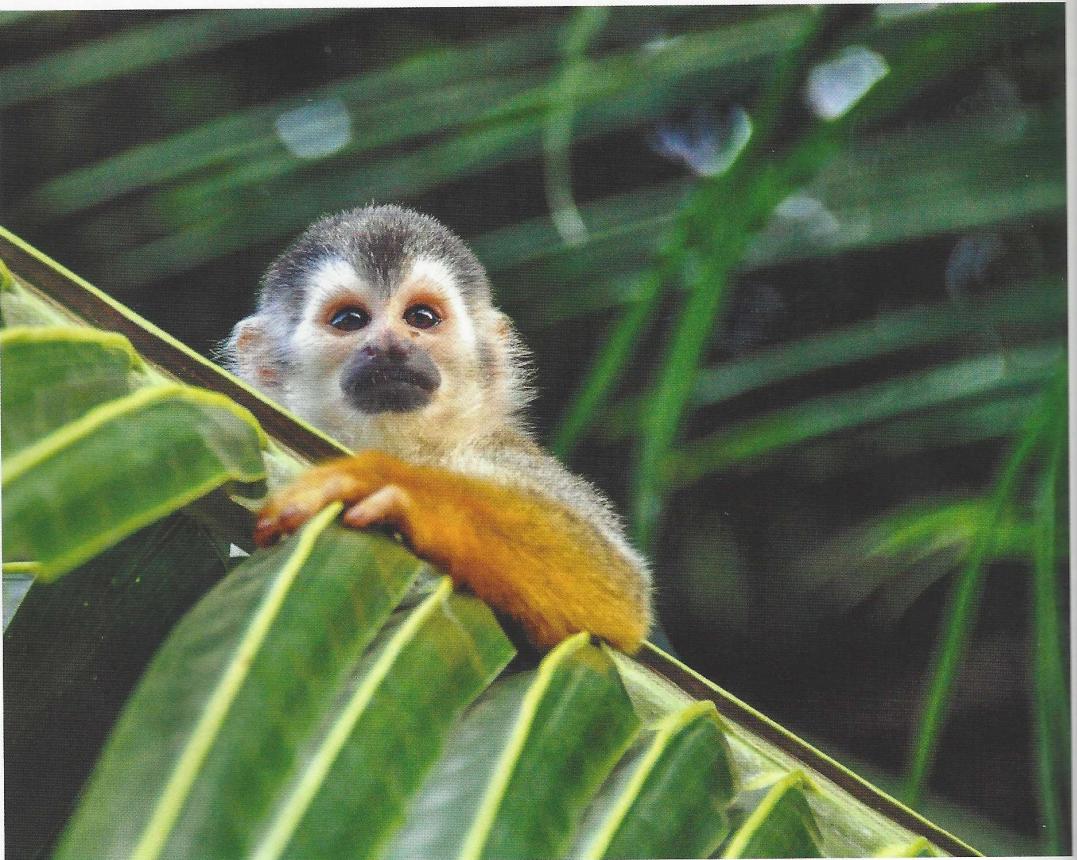
Ranked among the world's most beautiful national parks by *Forbes*, Manuel Antonio National Park annually attracts around 150,000 visitors. They're mostly drawn by its beautiful beaches and hiking trails, which allow families to explore primary forest, secondary forest, mangrove swamps and lagoons. Despite being Costa Rica's smallest park (just 7.66 square miles), Manuel Antonio boasts a whopping 184 species of birds and 109 species of mammals. The most frequently sighted are the monkeys. But beware: They've become so habituated, they're renowned for stealing food and other items. You can also visit the 12 little islands just off the coast, where dolphins and migrating whales are often seen.

WHERE TO STAY ➔

DoubleTree Resort by Hilton Hotel Central Pacific



HILTON MOMENTS



Pasea por los parques de Costa Rica

Calificado como uno de los parques nacionales más bellos del mundo por la revista *Forbes*, cada año el Parque Nacional Manuel Antonio atrae a unos 150,000 visitantes. Mayormente los atrae sus playas bellas y senderos para hacer excursiones, los cuales permiten a las familias a explorar bosques primarios, bosques secundarios, manglares y lagunas. A pesar de ser el parque más pequeño de Costa Rica (midiendo solo 7.66

millas cuadradas), Manuel Antonio ostenta de una enorme cantidad de 184 especies de aves y 109 especies de mamíferos. Los animales que más frecuentemente se ven son los monos. Pero ten cuidado: se han habituado tanto a los visitantes humanos que tienen fama de robarse comida y otras cosas. También puedes visitar a las 12 isletas frente a la costa donde muchas veces se avistan delfines y ballenas que están migrando.

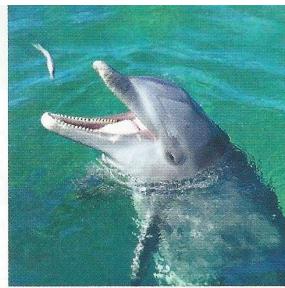
DÓNDE HOSPEDARSE ➔

DoubleTree Resort by Hilton Hotel Central Pacific

Swim with Dolphins in the Bahamas

Wild dolphin encounters are not uncommon in the Bahamas, particularly when diving in the Abacos. But Grand Bahama Island's UNEXSO (Underwater Explorers Society) is one of the few facilities in the entire world that guarantees visitors an opportunity to swim with dolphins in the open water. After a 20-minute boat ride to their nine-acre lagoon at Sanctuary Bay, you'll get a quick orientation from your guides. Then you'll head out to the ocean, with dolphins jumping and playing in the wake of your boat along the way. Visitors usually get around 20 to 25 minutes to swim with the dolphins and perform training behaviors such as speak, splash, turn around and wave. It's an amazing experience you won't soon forget, interacting with playful and incredibly intelligent Atlantic bottlenose dolphins in their natural environment.

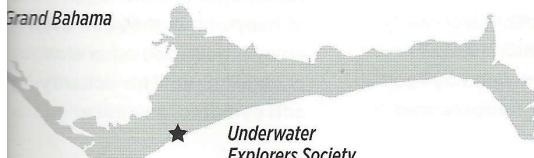
WHERE TO STAY ➔ British Colonial Hilton, Nassau



Nada con los delfines en Las Bahamas

Los encuentros con delfines silvestres no son raros en Las Bahamas, particularmente cuando uno esté buceando en Los Abacos. Pero la Underwater Explorers Society (Sociedad de Exploradores Submarinos) es una de las pocas instalaciones en todo el mundo que les garantiza a los visitantes una oportunidad de nadar con delfines en aguas abiertas. Después de un viaje en bote que dura 20 minutos para llegar a la laguna de 9 acres en Sanctuary Bay, los guías te darán una breve orientación sobre los delfines. Entonces te llevarán al mar mientras que por el camino, los delfines saltarán y jugarán en la estela de tu bote. Normalmente se les da unos 20 a 25 minutos a los visitantes para nadar con los delfines y llevar a cabo actividades de entrenamiento como "hablar", salpicar, voltearse y saludar. Es una asombrosa e inolvidable experiencia en que interactuarás con unos juguetones e increíblemente inteligentes delfines mulares del Atlántico en su ambiente natural.

DÓNDE HOSPEDARSE ➔ British Colonial Hilton, Nassau



Island-Hop in Aruba

Located less than 10 minutes off the coast of Aruba, De Palm Island is a family-

focused attraction complete with a colorful water park, beaches, banana boat rides, volleyball courts and more. You can snorkel right off the beach on one of Aruba's coolest coral reefs, where massive parrotfish come in swarms of brilliant blue. For an extra charge, you can also don a specially designed diving helmet for their Sea

Trek Tour, which allows people who haven't been scuba-certified to walk the sea floor on a 375-foot walkway. It takes you past a sunken Cessna 414 airplane and other crazy objects to take hilariously cheesy photos at the underwater "Sea Trek Café." It's a tourist trap, but a ridiculously fun one!

WHERE TO STAY ➔ Hilton Aruba Caribbean Resort

Explora una isla privada en Aruba

Ubicada a menos de 10 minutos de la costa de Aruba, De Palm Island es un atractivo familiar que incluye un colorido parque acuático, playas, canchas de vóleibol, paseos en botes banana y más. Cerca de la playa puedes practicar

el esnórquel en uno de los arrecifes más llamativos de Aruba, donde peces loro de color azul llegan en manadas brillantes. Por un cargo adicional, también puedes ponerte un casco especial para el buceo en el tour Sea Trek. De tal modo, los que no tengan una certificación de buzo pueden caminar por el fondo del mar por

un paseo de 375 pies de largo. En el paseo pasarás cerca de un avión Cessna 414 hundido y otros objetos curiosos para luego sacar fotos cómicas en el "Sea Trek Café". Si bien es una trampa turística de cierta forma, itambién es bien divertida!

DÓNDE HOSPEDARSE ➔ Hilton Aruba Caribbean Resort