

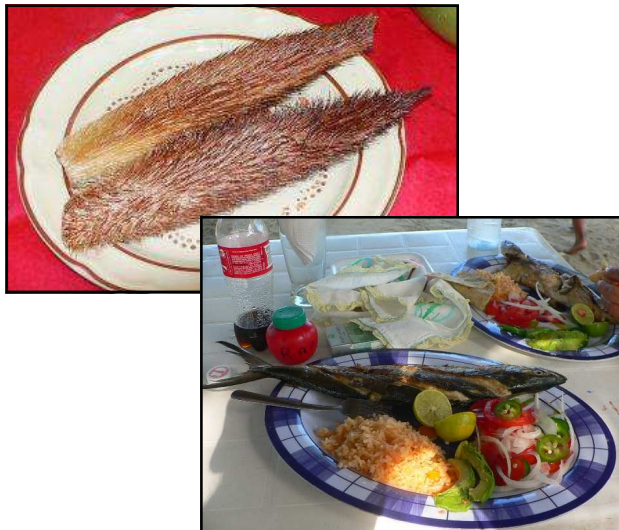
## OPCIONES PARA COMER Y CONOCER CATEMACO

La gastronomía del lugar esta compuesta mayormente de los productos obtenidos del lago; mojarras, topotes, y tegogolos, estos últimos como especie endémica de esta región.

De los productos elaborados están los derivados del maíz, tamales, tacos, empanadas, garnachas y tostadas, así como también los productos del campo, flor de Calabaza, elotes, verduras y productos exóticos como la flor de Chocho, especie de palma típica de la selva, tepejilotes y las aguas frescas de chagalapoli, tamarindo y pozole, que es maíz cocido en forma especial para elaborar otros alimentos.

Las preparaciones como TACHOGOBI, CARNE DE CHANGO, TAPISTE, y otras, son herencia de los primeros pobladores de la región; la cercanía del mar también ha incorporado el pescado seco, el camarón y actualmente productos como el pulpo, atún y otras especies.

Actualmente hay restaurantes de comida típica, de alta cocina y de cocina alternativa con productos estéricos y naturistas.



## HABLANDO DE TRADICIONES Y DEL MISTICISMO QUE FLOTA EN CATEMACO.

Somos una región heredera de ricas tradiciones prehispánicas... de donde se deriva el culto chamánico, actualmente mezclado con las tradiciones religiosas.

Culturas como el vudú, la santería y la brujería tanto blanca como negra, se han mezclado en un solo mito generador del viaje del visitante, pero si hablamos un poco más de las raíces de estas costumbres, viajaríamos a la raíz de la cultura olmeca, a través de una etnia separada llamada popolocan (tartamudos) por su lenguaje característico y gutural.

Este pueblo se distingue por ser un pueblo caminante, que recorrían grandes distancias para sembrar en los claros de la selva del valle de los conejos, Valle del Toxtlan o Los Tuxtlan. En su viaje recolectaban animales de monte, Mazatl, Tepexcuintli, Seretes y del mar, de los ríos y lagunas como el cangrejo azul, topotes, tegogolos y chotis.

Su religión politeísta, rendía culto al jaguar y creían firmemente en los poderes de la naturaleza, y del mundo desconocido de las fuerzas extremas, como el viento, el rayo, las lluvias, así como de los astros como el sol, la luna, los planetas y las estrellas.

Ellos creían que las enfermedades del cuerpo, muchas veces eran producto de las enfermedades del espíritu o a la contaminación de éste. Creían en los seres que cuidaban la selva, las riquezas y la parte animada de los seres vivos. Le temían y le rendían culto. Se purificaban a diario en el baño y se sometían a limpiezas de espíritu al regreso de la cacería, de la pesca y de la cosecha.

Normalmente se tenían "médicos" para las ramas medicas como, Parteras, Hueseros, Curadores de Espanto y Culebrero, a los que se agregaron después los llamados brujos.

La leyenda más difundida es la de los chaneques, pequeños hombrecillos cuyo fin es cuidar la selva y que viven en las raíces de las ceibas y amates. Su sencillez confunde a los pobladores, pues su humor deriva en tragedia muchas veces. Son "maldosos", curiosos y burlones, capaces de robarse a los infantes, de cambiar las cosas de lugar o de apedrear las casas de los humanos.

Otras leyendas como la Vieja Chichima, La bola Negra y las Bolas de Lumbre, adornan el crisol folklórico de esta región.

Fuente: Biblioteca Digital de la medicina tradicional mexicana y del dicho popular.

## Bienvenido a Los Tuxtlan



ES UN PLACER  
RECIBIRLO

Itinerario tres días

**\$ 3,730.00**

EN HABITACION INDIVIDUAL

**\$2,905.00**

EN HABITACION DOBLE

HOSPEDAJE TRES ESTRELLAS



10 de Mayo No. 1 Colonia Don Pedro  
Catemaco, Veracruz, México  
Tel.: 01 294 943 18 05  
www.ranchoflores.com  
ranchoflores@hotmail.com

## Itinerario local... Catemaco, Eyipantla, Nanciyaga, Manglares de Sontecomapan, Playa La barra de Sontecomapan y Reserva Ecológica Privada Rancho Flores

### Día UNO Paseo Tradicional en Catemaco



Eyipantla, Veracruz

- Check-in en el Hotel.
- Descanso y Preparación.
- Desayuno y Reunión de Información
- Salida a la Cascada Eyipantla
- Descenso a la base de la cascada (Escalinata de mas de 300 peldaños)
- Ascenso al mirador
- Tiempo de Fotografía

- Comida en Eyipantla ó

- Retorno a Catemaco con Comida en el Restaurant "El Mirador"
- Traslado al Varadero de Lanchas en Catemaco
- Traslado a la Reserva Ecológica Nanciyaga
- Alto en Playa Hermosa para una aplicación de Barro Verde Mineral
- Alto en el Amele (Nacimiento de agua) para enjuagar la mascarilla
- Descenso en Nanciyaga, Sendero Interpretativo guiado.
- Inicio del Tour por el lago de Catemaco



*Nota: Este recorrido cambiaria a Traslado por Carretera en Caso de prohibición de navegación por la capitania de Puerto por Clima Adverso)*

- Arribo a Catemaco, Descanso.
- Tiempo de Compras y recorrido de los puntos del centro
- Actividad Sorpresa. Traslado de 15 minutos
- Retorno a Catemaco
- Cena en el Hotel o en el lugar de su preferencia



### Día DOS Playas del Golfo de México

- Desayuno en el Hotel
- Traslado a la Comunidad Sontecomapan
- Paseo en Lancha por el Manglar Sontecomapan
- Traslado en lancha a la Playa Barra de Sontecomapan

*Nota: Este recorrido cambiaria a traslado por carretera en caso de prohibición de navegación por la capitania de Puerto por Clima Adverso.*



- Comida en el Restaurant "La Sirena Olmeca"
- Tiempo de Playa
- Retorno a la Comunidad Sontecomapan
- Retorno a Catemaco
- Regreso al Hotel
- Cena en el Hotel o en el lugar de su preferencia
- Tiempo libre



### Día TRES Ríos, Pozas, Cascadas y Selva Original de Los Tuxtlas.



- Desayuno en el Hotel
- Salida a la Reserva Ecológica Privada "Rancho Flores"
- Alto en la Comunidad Coyame (tiempo de Fotografía)
- Alto en la Comunidad OJOCHAPAN (Ojo de Agua) para apreciar las Artesanías de Lirio Acuático

- Alto en la Comunidad Tebanca, compras para consumir en la Reserva.
- Arribo a la Reserva
- Instrucciones de la zona y reparto de Bastones
- Recorrido del Sendero Bajo de la Reserva
- Descanso y tiempo para fotografía y Video
- Recorrido Sendero Medio a la Cascada Cola de Caballo
- Comida

- Tiempo libre en la Reserva. (Nado, recorrido personal, fotografía y video, rincones)

- Si el tiempo es suficiente, visita a la Poza Reina
- Retorno a Catemaco
- Cena en el Hotel o en el Lugar de su preferencia
- Check Out en el Hotel

