



Carte du Panama : nos conseils pour se déplacer efficacement et découvrir au mieux le Panama

Dernière mise à jour le 03/10/2023

Petit point sur les spécificités géographiques du Panama afin de découvrir comment se déplacer au mieux et optimiser son temps pour profiter un maximum !

En bref : Tout petit pays de 800km de longueur et 80km de large sur sa partie la plus étroite, au niveau du Canal de Panama. Le pays se prête facilement au voyage en voiture et est accessible à tous.

Le Panama est un petit pays qui possède tout de même une grande diversité naturelle : entre ascensions de volcans, randonnées dans les montagnes, excursions vers des îles paradisiaques, activités en rivières, surf et sieste sur les plages de sable blanc, vous n'aurez pas le temps de vous ennuyer !

Un bref aperçu du pays

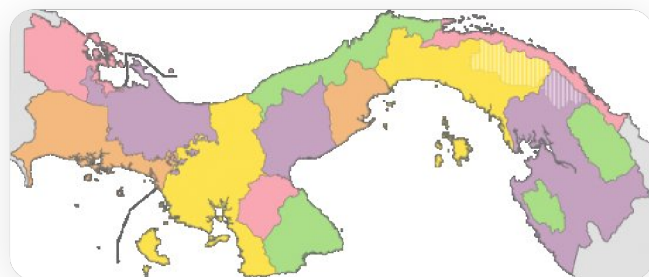
Le Panama est un petit pays : il est 7 fois plus petit que la France. Il est ouvert à la fois sur l'océan Pacifique et sur la mer des Caraïbes du côté Atlantique. Le Panama possède des frontières terrestres avec deux pays : le Costa Rica et la Colombie.

[Sa population](#), d'environ 4 millions d'habitants, est diversifiée et majoritairement composée de personnes issues du métissage entre Européens et Amérindiens et d'Afro-Panaméens.

Sa capitale, [Panama City](#), sûrement la plus moderne des capitales d'Amérique centrale, ne manque pas d'intérêt. Dans cette ville aux deux visages, qui a su allier l'ancien de sa vieille ville au moderne, vous pourrez sans problème y passer quelques jours bien occupés.

Le Panama est découpé en 9 provinces : [Bocas del Toro](#), Coclé, [Colón](#), [Chiriquí](#), [Darién](#), Herrera, Los Santos, Panamá et Veraguas.

Au niveau de [la météo au Panama](#), tout le territoire profite d'un climat tropical (entre 24°C et 30°C toute l'année) avec peu de variations selon les saisons. On distingue tout de même deux saisons : la saison sèche et la saison des pluies.



Les spécificités du Panama

Le Panama est un pays étroit et montagneux, avec notamment la cordillère de [San Blas](#) au nord-est du pays. Néanmoins, le pays est majoritairement composé de terres de basses altitudes, surtout sur les côtes. Du fait de sa disposition en longueur et de son relief, le Panama est un pays que l'on traverse généralement d'est en ouest ou inversement grâce à la Panaméricaine, une route à deux fois deux voies plutôt bien entretenue en comparaison aux pays de la région. En l'empruntant, vous pourriez rejoindre l'Alaska aux Etats-Unis. En revanche, vous seriez bloqué par la frontière naturelle du Darién pour rejoindre la Colombie (et oui, il n'y a pas de route entre le Panama et la Colombie !).



Le Panama est coupé en deux par le [Canal de Panama](#). Inauguré en 1914, ce canal traverse [l'isthme de Panama](#) et permet de relier les océans Atlantique et Pacifique.

La construction du Canal de Panama reste à ce jour un des projets les plus complexes entrepris par l'homme, avec un impact considérable sur le commerce international.



La richesse de paysage du Panama

Le Panama compte presque 2 500 kilomètres de côte sur lesquelles on trouve de [magnifiques plages](#), ainsi que de [nombreux archipels](#), notamment ceux des [San Blas](#) et de [Bocas del Toro](#) dans les Caraïbes. Ces îles valent le détour si vous recherchez de véritables petits coins de paradis mais aussi d'aventures !

Les plages, aussi belles soient-elles, ne sont pas le seul attrait du pays. On y trouve également des **zones protégées** à la nature luxuriante et préservée comme le [volcan Barú](#) (point le plus haut du pays qui culmine à 3 475 mètres d'altitude), situé dans la région de Chiriquí, non loin de Boquete.

Le pays compte également un petit peu moins de 500 cours d'eau à travers le pays, principalement venant des hauteurs, et 3 lacs artificiels dont le plus important est le lac Gatún qui alimente le Canal de Panama en eau.

A savoir

Le plus grand parc national du pays est celui du Darién, inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO depuis 1981. Ce n'est pas le seul : il y a 13 [parcs nationaux](#) en tout (marins et terrestres) et un parc international (géré conjointement par le Panama et le Costa Rica) qui est le parc de La Amistad.

Comment optimiser ses déplacements au Panama ?

Afin de mieux vous y retrouver une fois sur place, la meilleure solution est de vous procurer une carte SIM et d'utiliser une application de navigation (Waze, Google Maps, ou encore Maps Me qui fonctionne même sans internet). Il est conseillé de ne pas acheter cette carte SIM à l'aéroport car le prix est beaucoup plus élevé.

Si vous louez une voiture pour vos déplacements, il sera très pratique d'avoir accès à internet pour tous vos déplacements. Marc ou un membre de l'équipe ToutPanama vous partagera où vous procurer une carte SIM et comment l'installer lors du [briefing](#).

Combiner et adapter vos moyens de transport !

Etant donnée la petite taille du pays, la [location de voiture](#) est tout à fait adaptée pour vos déplacements au Panama. C'est certainement même la meilleure façon pour barouder dans tout le pays. Ce n'est cependant pas le seul moyen de transport pour lequel vous pouvez opter afin de découvrir le pays !

Louer une voiture, prendre le train ou le bateau, on vous donne nos conseils selon vos envies et votre budget pour [optimiser vos transports](#) juste ici.