

4	Das Beste zuerst	
Best of Entspannt	6	
Best of Adrenalinkick	7	
Best of mit Kindern	8	
Best of bei Regen	9	
10	Entdecke Sardinien	
Landschaft & Leute	12	
Tiere & Pflanzen	16	
Klima & Wetter	20	
Aktiv & draußen	24	
5 perfekte Tage in Sardinien	28	
34	Regionen im Überblick	
36	Nordwesten	
Auf einen Blick	38	
Outdoor-Highlights	40	
Mehr erleben	50	
... bei Bosa 50 ... rund um Alghero 51		
... bei Stintino und Porto Torres 54 ...		
Castelsardo und Umgebung 56		
Lokale Spezialitäten	62	
64	Nordosten	
Auf einen Blick	66	
Outdoor-Highlights	68	
Mehr erleben	78	
... Arzachena und Costa Smeralda 78		
... rund um Palau und Santa Teresa Gallura		
81 ... Olbia und Umgebung 84 ... San Teodoro und Umgebung 87		
Lokale Spezialitäten	90	
92	Landesinneres Nord	
Auf einen Blick	94	
Outdoor-Highlights	96	
Mehr erleben	106	
... rund um das Limbara-Massiv 106 ... Ozieri und Montecucciu 107 ... rund um Nuoro		
110 ... rund um das Gennargentu-Massiv 114		
Lokale Spezialitäten	118	

120	Ostküste		
Auf einen Blick	122		
Outdoor-Highlights	124		
Mehr erleben	134		
... südliche Ogliastra	134	... Baunei und der	
Golf von Orosei	138	... die Baronie rund um	
Orosei und Posada	141		
Lokale Spezialitäten	146		
148	Südliche Küste		
Auf einen Blick	150		
Outdoor-Highlights	152		
Mehr erleben	162		
... rund um Cagliari	162	... rund um Villasimius und Costa Rei	
		165	... der Südwesten und das Sulcis-Archipel
		168	
Lokale Spezialitäten	174		
176	Landesinneres Süd		
Auf einen Blick	178		
Outdoor-Highlights	180		
Mehr erleben	190		
... Barumini und Umgebung	190	... westlich	
		von Cagliari 192 ... Sadali und Flumendosa-Tal 195	
		Lokale Spezialitäten 202	
204	Gut zu wissen		
Hinkommen		207	
Vor Ort unterwegs		208	
Praktische Infos		210	
Outdoor-Events		218	
Register		224	
Impressum		228	
5 Fragen an Timo Lutz		231	
Bloß nicht!		232	