

Inhalt

Vorwort	7
Hinweise zur Benutzung	13

Vor der Reise

(unter Mitarbeit von Elfi H. M. Gilissen)

Klima und Reisezeit	16
Informationsstellen	17
Einreisebestimmungen	19
Versicherungen	22
Diplomatische Vertretungen	25

Reisetipps A-Z

(unter Mitarbeit von Elfi H. M. Gilissen)

Anreise	28
Einkaufen	41
Elektrizität	44
Essen und Trinken	45
Feiertage	46
Fotografieren	48
Geldfragen	49
Gesundheit	51
Haustiere	54
Informationsstellen auf Sardinien	55
Karten	57
Kinder	59
Kleidung	60
Medien	61
Notfälle	62
Öffnungszeiten	62
Post	63
Sicherheit	64
Sport und Aktivitäten	65
Sprache und Verständigung	75
Telefonieren	76
Trinkgeld	79
Uhrzeit	80

Unterkunft	80	Porto Puddu	243
Verhaltensregeln	89	Santa Teresa di Gallura	245
Verkehrsmittel auf Sardinien	91	Rund um Santa Teresa	248
Wandern und Trekking	105	Von Santa Teresa nach Badesi Mare	250
Land und Natur		Innere Gallura	254
Geografie und Geologie	112	Anglona und Turrítano	264
Klima	115	Landschaft und Kultur	264
Regionen und Landschaften	117	Valledoria und Umgebung	265
Strände	122	Castelsardo	268
Flora und Fauna	124	Die innere Anglona	271
Ökologie und Naturschutz	131	Die Küste zwischen Castelsardo und Porto Torres	276
Kultur und Gesellschaft		Porto Torres	278
Geschichte	142	Monte d'Accoddi	280
Politik und Verwaltung	152	Sassari	280
Wirtschaft	154	Nurra	292
Archäologie, Kunst und Literatur	161	Landschaft und Kultur	292
Traditionen und Brauchtum	168	Die Halbinsel Stintino	294
Feste	172	Durch die Nurra-Berge	296
Kunsthandwerk	180	Capo Caccia	299
Kulinarische Spezialitäten	184	Porto Conte	302
Wein – der göttliche Tropfen	190	Fertilia	302
Sardische Sprachen und Dialekte	194	Nördlich von Alghero	305
Die sardische Gesellschaft heute	198	Alghero	306
		Östlich von Alghero	314
		Panoramastraße von Alghero nach Bosa	318
Der Norden			
Gallura	204		
Überblick	204		
Olbia	205		
Um das Capo Ceraso	212	Der Westen	
Die Halbinsel von Golfo Aranci	214	Planargia und Marghine	322
Costa Smeralda	218	Landschaft und Kultur	322
Hinterland der Costa Smeralda	225	Bosa	323
Golfo di Arzachena	231	Magomadas	329
Palau	232	Flussio	330
La-Maddalena-Archipel	236	Die Hochebene von Campeda	330
		Das Bergland des Goceano	333

INHALT

Logudoro und Meilogu	338	Isola di San Pietro	437
Landschaft und Kultur	338	Costa del Sud	443
Das sardische Kirchendreieck	340	Hinterland der Costa del Sud	447
Meilogu	340	Santa Margherita di Pula	450
Das Tal der Nuraghen	345	Pula	451
Westlich von Ozieri	346	Sarroch	454
Ozieri	348	Riserva di Monte Arcosu	455
Östlich von Ozieri	351		
		Cagliari	458
		Der Nabel der Insel	458
Arborea	354	Die Altstadt	462
Der Garten Eden Sardiniens	354	Praktische Tipps	472
Die Nordküste der Arborea	355	Östlich des Stadtgebietes	479
Halbinsel Sinis	359		
Cabras	367		
Oristano	370	Der Osten	
Arborea und Umgebung	381		
Marceddi	384	Baronie	484
Cuglieri	384	Landschaft und Kultur	484
Monte Ferru	386	San Teodoro	485
Santuário Santa Cristina	391	Capo Coda Cavallo	489
Fordongianus	393	Budoni	491
Ghilarza	394	Posada	493
Rund um den Lago Omodeo	395	Von La Caletta nach Santa Lucia	496
		Siniscola	498
		Das Hinterland von Siniscola	499
		Vom Capo Comino	
		nach Orosei	501
Der Süden		Orosei	505
Iglesiente und Sulcis	400	Galtelli	508
Der karge Südwesten Sardiniens	400	Von Orosei nach Dorgali	509
Die Nordküste des Iglesiente	402	Dorgali	511
Guspini und Umgebung	403	Archäologische Stätten	
Costa Verde	406	bei Dorgali	515
Fluminimaggiore		Im Norden des Nationalparks	
und Umgebung	409	Golfo di Orosei	515
Die Bucht von Buggeru	412		
Golfo di Gonnella	414		
Iglesias	416		
Domusnovas und Umgebung	421	Ogliastra	524
Carbonia	424	Die sardischen Dolomiten	524
Das Hinterland von Carbonia	425	Im Süden des Nationalparks	
Die Südwestküste des Sulcis	427	Golfo di Orosei	526
Isola di Sant'Antioco	429	Santa Maria Navarrese	532

Exkurse

- Sardinien – Insel der Hundertjährigen ... 47
Ichnusa – der kleine Kontinent ... 113
Der Ölbaum ... 125
- L’Oasi Faunistica Assai – ein sardischer Modellwald ... 126
Flamingos – die rosa Farbtupfer der stagni ... 130
Cane Fonnese – eine römische Kampfmaschine ... 135
Sardinien in Flammen ... 136
- Olivastro millenario – der älteste Baum Europas ... 138
Das sardische Wappen ... 153
Hirten – ein Leben in Einsamkeit ... 158
Grazia Deledda ... 166
- Urzeitliche Mythologie und christliche Symbolik –
das sardische Gebildebrot ... 189
- Die Hochprozenter: Eisendraht und Liebestrank ... 192
Sardischer Separatismus ... 196
- Eine Rundfahrt durch das Herz der Gallura ... 228
- Giuseppe Garibaldi – Abenteurer und Volksheld ... 241
Kork ... 260
- Weiße Esel & schwere Jungs – Isola Asinara ... 296
- Uno, due, tre – das sardische Spiel „Sa Murra“ ... 335
- Padre Padrone – der Schriftsteller Gavino Ledda ... 343
Sa Resolza – das sardische Hirtenmesser ... 352
Cooperativa Sarda ... 358
- Freie Republik Malu Entu ... 361
Mit dem Schilfboot über das Mittelmeer ... 369
- Eleonora d’Arborea – Kämpferin für die Freiheit ... 380
Eine himmlische Oase – Sorgente Sant’Antioco ... 385
- Antonio Gramsci – Kommunist aus Überzeugung ... 395
Colonia Marina di Funtanazza ... 405
- Muschelseide – wertvoller als Gold ... 433
Bosco San Pantaleo ... 449
- Sagra di Sant’Efisio – das Fest der Feste ... 477
„Sa Festa“ – ein sardisches Gastmahl ... 481
- Mehr als ein Grund zu feiern – die Sagra di San Francesco ... 500
Die Grotta di Ispinigoli und der Karst des Supramonte ... 510
- Der Eleonorenfalke – das erste unter Schutz gestellte Tier der Welt ... 531
Von stolzen Hirten und ehrenwerten Banditen ... 594
Murales – stummer Protest an der Hauswand ... 613
Die Wildpferde der Giara di Gesturi ... 648

INHALT

Im Norden der Küstenebene	535	Das Inselinnere	
Tortolì	536		
Arbatax	538	Barbagia	<u>590</u>
Barisardo	542	Das Dach der Insel	590
Torre di Bari	543	Rund um Bitti	591
Cardedu/Marina di Gairo	545	Nuoro	597
Lanusei	547	Supramonte	605
Arzana	549	Barbagia Ollolai	616
Um den Lago		Gennargentu-Gebirge	619
Alto del Flumendosa	550	Barbagia Belvi	627
Villagrande Strisaili	551	Barbagia Mandrolisai	631
Talana	552	Barbagia Seulo	632
Gairo Vecchio	553		
Osini/Ulassai	554	Sarcidano, Marmilla,	
Jerzu	558	Campidano und Trexenta	<u>636</u>
		Das südliche Inselinnere	636
Sarrabus	560	Sarcidano	637
Der Südostzipfel Sardiniens	560	Marmilla	642
Sa Foxi Manna/		Campidano	655
Marina di Tertenia	562	Trexenta	660
Salto di Quirra	562		
Flumendosa-Tal	564	Anhang	
Torre Salinas	568		
Costa Rei	569	Literaturtipps	664
Cala di Sinzias	572	Glossar	666
Sarrabus-Gebirge	573	Register	674
Villasimius und Umgebung	578	Kartenverzeichnis	683
Zwischen Villasimius		Der Autor	684
und Cagliari	582		
Gerrei	584	Atlas	
			nach Seite 684