

Inhalt

Vorwort	4
Exkurse	7
Karten	8
Hinweise zur Benutzung	11
Die Regionen im Überblick	12

1 Der Norden

Gallura	18
Olbia	19
Um das Capo Ceraso	27
Die Halbinsel von Golfo Aranci	30
Costa Smeralda	33
Hinterland der Costa Smeralda	41
Golfo di Arzachena	47
Palau	48
La-Maddalena-Archipel	52
Porto Puddu	59
Santa Teresa di Gallura	61
Rund um Santa Teresa di Gallura	64
Von Santa Teresa nach Badesi Mare	67
Innere Gallura	70
Anglona und Turrilano	80
Valledoria und Umgebung	82
Castelsardo	85
Die innere Anglona	88
Die Küste zwischen Castelsardo und Porto Torres	94
Porto Torres	96
Monte d'Accoddi	98
Sassari	98
Nurra	109
Die Halbinsel Stintino	111
Durch die Nurra-Berge	113
Capo Caccia	117
Porto Conte	119

Fertilia	120
Nördlich von Alghero	122
Alghero	123
Östlich von Alghero	132
Panoramastraße von Alghero nach Bosa	135
2 Der Westen	
Planargia und Marghine	
Bosa	140
Magomadas	142
Flussio	148
Die Hochebene von Campeda	149
Das Bergland des Goceano	153
Logudoro und Meilogu	
Das sardische Kirchendreieck	156
Meilogu	158
Das Tal der Nuraghen	159
Westlich von Ozieri	163
Ozieri	164
Östlich von Ozieri	167
Arborea	
Die Nordküste der Arborea	173
Halbinsel Sinis	174
Cabras	179
Oristano	185
Arborea und Umgebung	189
Marceddi	198
Cuglieri	201
Monte Ferru	201
Santuario Santa Cristina	203
Fordongianus	208
Ghilarza	209
Rund um den Lago Omodeo	210

3 Der Süden

Iglesiente und Sulcis	217
Die Nordküste des Iglesiente	220
Guspini und Umgebung	221
Costa Verde	223
Fluminimaggiore und Umgebung	226
Die Bucht von Buggerru	229
Golfo di Gonnese	231
Iglesias	233
Domusnovas und Umgebung	237
Carbonia	240
Das Hinterland von Carbonia	242
Die Südwestküste des Sulcis	243
Isola di Sant'Antioco	245
Isola di San Pietro	254
Costa del Sud	259
Hinterland der Costa del Sud	263
Santa Margherita di Pula	266
Pula	267
Sarroch	271
Riserva di Monte Arcosu	271
Cagliari	
Die Altstadt	274
Praktische Infos	278
Östlich des Stadtgebietes	288
4 Der Osten	
Baronie	
San Teodoro	301
Capo Coda Cavallo	302
Budoni	306
Posada	307
Von La Caletta nach Santa Lucia	309
Siniscola	312
Das Hinterland von Siniscola	314
Vom Capo Comino nach Orosei	315
Orosei	317
Galtelli	321
	324

Von Orosei nach Dorgali	327	Supramonte	423
Dorgali	328	Barbagia Ollolai	434
Archäologische Stätten bei Dorgali	331	Gennargentu-Gebirge	438
Im Norden des Nationalparks		Barbagia Belvi	445
Golfo di Orosei	332	Barbagia Mandrolisai	448
		Barbagia Seulo	449
Ogliastra	341		
Im Süden des Nationalparks		Sarcidano, Marmilla,	
Golfo di Orosei	344	Campidano und Trexenta	453
Santa Maria Navarrese	348	Sarcidano	454
Im Norden der Küstenebene	352	Marmilla	459
Tortoli	353	Campidano	472
Arbatax	354	Trexenta	476
Barisardo	360		
Torre di Bari	361		
Marina di Gairo	363		
Lanusei	364		
Arzana	366	Anreise	480
Um den Lago Alto del Flumendosa	367	Diplomatische Vertretungen	495
Villagrande Strisaili	368	Einkaufen	496
Talana	369	Elektrizität	499
Gairo Vecchio	370	Einreisebestimmungen	501
Osini/Ulassai	371	Essen und Trinken	501
Jerzu	375	Feiertage	503
		Fotografieren	503
Sarrabus	377	Geldfragen	505
Sa Foxi Manna/Marina di Tertenia	379	Gesundheit	507
Salto di Quirra	380	Haustiere	511
Flumendosa-Tal	382	Informationen	511
Torre Salinas	386	Karten	516
Costa Rei	387	Kinder	518
Cala di Sinzias	389	Kleidung	519
Sarrabus-Gebirge	390	Klima und Reisezeit	520
Villasimius und Umgebung	395	Medien	521
Zwischen Villasimius und Cagliari	400	Notfälle	521
Gerrei	401	Öffnungszeiten	522
		Post	522
		Sicherheit	523
		Sport und Aktivitäten	524
		Sprache und Verständigung	534
Barbagia	409	Telefonieren	535
Rund um Bitti	410	Trinkgeld	538
Nuoro	413	Uhrzeit	538

6**Reisetipps A–Z****5** **Das Inselinnere**

Unterkunft	538
Verhaltensregeln	547
Verkehrsmittel auf Sardinien	549
Versicherungen	562
Wandern und Trekking	564

7 Land und Natur

Geografie und Geologie	572
Klima	575
Regionen und Landschaften	577
Strände	584
Flora und Fauna	587
Ökologie und Naturschutz	593

8 Kultur und Gesellschaft

Geschichte	604
Politik und Verwaltung	614
Wirtschaft	616
Archäologie, Kunst und Literatur	624
Traditionen und Brauchtum	630
Feste	634
Kunsthandwerk	643
Kulinarische Spezialitäten	647
Wein – der göttliche Tropfen	653
Sardische Sprachen und Dialekte	657
Die sardische Gesellschaft heute	659

9 Anhang

Literaturtipps	666
Glossar	668
Register	673
Der Autor	683