

Inhalt

Vorwort	4
Exkurse	10
Karten	11
Die Regionen im Überblick	12
Hinweise zur Benutzung	14

1 Der Norden **16**

Gallura	18
Olbia	19
Um das Capo Ceraso	28
Die Halbinsel von Golfo Aranci	30
Costa Smeralda	34
Hinterland der Costa Smeralda	41
Golfo di Arzachena	47
Palau	49
La-Maddalena-Archipel	52
Porto Puddu	59
Santa Teresa di Gallura	60
Rund um Santa Teresa di Gallura	63
Von Santa Teresa nach Badesi Mare	66
Innere Gallura	70
Anglona und Turrignano	80
Valledoria und Umgebung	81
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	109
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	140
Bosa	142
Magomadas	148
Flussio	148
Die Hochebene von Campeda	149
Das Bergland des Goceano	153

Logudoro und Meilogu	156
Das sardische Kirchendreieck	157
Meilogu	159
Das Tal der Nuraghen	163
Westlich von Ozieri	164
Ozieri	167
Östlich von Ozieri	169

Arborea	173
Die Nordküste der Arborea	174
Halbinsel Sinis	179
Cabras	185
Oristano	189
Arborea und Umgebung	198
Marceddi	201
Cuglieri	201
Monte Ferru	203
Santuario Santa Cristina	208
Fordongianus	209
Ghilarza	210
Rund um den Lago Omodeo	212

3 Der Süden 214

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 Gonnesa	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	267
Pula	267
Sarroch	271
Riserva di Monte Arcosu	271

Cagliari	274
Die Altstadt	278
Praktische Infos	289
Östlich des Stadtgebietes	295

4 Der Osten 298

Baronie	301
San Teodoro	302
Capo Coda Cavallo	306
Budoni	307
Posada	309
Von La Caletta nach Santa Lucia	312
Siniscola	314
Das Hinterland von Siniscola	315

Vom Capo Comino nach Orosei	317
Orosei	321
Galtelli	324
Von Orosei nach Dorgali	327
Dorgali	328
Archäologische Stätten bei Dorgali	331
Im Norden des Nationalparks Golfo di Orosei	332
Ogliastra	341
Im Süden des Nationalparks Golfo di Orosei	343
Santa Maria Navarrese	348
Im Norden der Küstenebene	352
Tortoli	353
Arbatax	354
Barisardo	360
Torre di Bari	361
Marina di Gairo	363
Lanusei	364
Arzana	366
Um den Lago Alto del Flumendosa	367
Villagrande Strisaili	368
Talana	370
Gairo Vecchio	370
Osini/Ulassai	371
Jerzu	375
Sarriabus	377
Sa Foxi Manna/ Marina di Tertenia	379
Salto di Quirra	380
Flumendosa-Tal	382
Torre Salinas	386
Costa Rei	387
Cala di Sinzias	389
Sarriabus-Gebirge	391
Villasimius und Umgebung	396
Zwischen Villasimius und Cagliari	400
Gerrei	402

5 Das Inselinnere 406

Barbagia	409
Rund um Bitti	409
Nuoro	413
Supramonte	423
Barbagia Ollolai	434
Gennargentu-Gebirge	438
Barbagia Belvi	445
Barbagia Mandrolisai	448
Barbagia Seulo	449
Sarcidano, Marmilla, Campidano und Trexenta	453
Sarcidano	454
Marmilla	459
Campidano	472
Trexenta	476

6 Reisetipps A-Z 478

Anreise	480
Diplomatische Vertretungen	495
Einkaufen	496
Einreisebestimmungen	499
Elektrizität	501
Essen und Trinken	501
Feiertage	503
Fotografieren	503
Geldfragen	505
Gesundheit	507
Haustiere	510
Informationen	511
Karten	516
Kinder	518
Kleidung	519
Klima und Reisezeit	520
Medien	521
Notfälle	521
Öffnungszeiten	522

Post	522	Feste	634
Sicherheit	523	Kunsth Handwerk	643
Sport und Aktivitäten	524	Kulinarische Spezialitäten	647
Sprache und Verständigung	534	Wein – der göttliche Tropfen	653
Telefonieren	535	Sardische Sprachen	
Trinkgeld	537	und Dialekte	657
Uhrzeit	538	Die sardische Gesellschaft heute	659
Unterkunft	538		
Verhaltensregeln	546		
Verkehrsmittel auf Sardinien	548		
Versicherungen	562		
Wandern und Trekking	564		

7 Land und Natur 570

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

8 Kultur und Gesellschaft 602

Geschichte	604
Politik und Verwaltung	614
Wirtschaft	616
Archäologie,	
Kunst und Literatur	624
Traditionen und Brauchtum	630

9 Anhang 664

Literaturtipps	666
Glossar	668
Register	673
Der Autor	683