

Die Insel Sardinien

Klima und Geografie	6
Aktivitäten mit Kindern	10
Sehenswürdigkeiten auch für Kinder	20
Wandern auf Sardinien	27
Wandern mit Kindern	29
Die Touren in diesem Buch	33

Wander- und Entdeckertouren

DER NORDEN

Tour 1:	48
Von Bucht zu Bucht	
<i>Eine Badewanderung im Norden von Capraera</i>	
(ab 6 Jahre, 2 h, ↑ 100 m)	
Tour 2:	51
Die unsichtbare Festung	
<i>Wanderung zur Fortificatione de Candeo</i>	
(ab 8 Jahre, 1 h 30, ↑ 140 m)	
Tour 3:	54
Um das Capo Testa	
<i>Ein Paradies für Kletteraffen</i>	
(ab 6 Jahre, 1 h 45, ↑ 100 m)	
Tour 4:	58
Via di Giganti	
<i>Von der Tomba di Coddu Vecchio zum Nuraghen von Prigiona</i>	
(ab 4 Jahre, 1 h, ↑ 45 m)	
Tour 5:	60
Weißer Sand und blaues Meer	
<i>Von der Spiaggia di Rena Majore zur Spiaggia di Matteu</i>	
(ab 6 Jahre, 1 h 45, ↑ 30 m)	
Tour 6:	62
Isola Rossa	
<i>Ein einfacher Küstenpfad für lange und kurze Beine</i>	
(ab 4 Jahre, 1 h 30, ↑ 20 m)	
Sardinien – Insel aus Stein	66
Tour 7:	70
Am Riu Pisciaroni	
<i>Badebecken im sprudelnden Bachlauf</i>	
(ab 6 Jahre, 1 h 30, ↑ 160 m)	

Tour 8:	73
Paddeln auf dem Fiume Coghinas	
<i>In sanften Schleifen zum Meer</i>	
(ab 6 Jahre, 3–4 h)	

DER NORDWESTEN

Tour 9:	84
Schwere Jungs und weiße Esel	
<i>Auf dem Sentiero del Granito über die Isola Asinara</i>	
(ab 8 Jahre, 3 h 45, ↑ 70 m)	

Tour 10:	90
Die Höhle des Neptun	
<i>656 Stufen zum Meer</i>	
(ab 6 Jahre, 45 min, ↑ 190 m)	

Tour 11:	92
Zur Punta del Giglio	
<i>Durch den Naturpark von Porto Conte</i>	
(ab 6 Jahre, 2 h 30, ↑ 150 m)	

Tour 12:	94
Delfine und ein fliegender Fisch	
<i>Mit den Meeresbiologen auf Forschertour</i>	
(ab 4 Jahre, 3–4 h)	

Der Große Tümmeler

Tour 13:	98
Nuraghe Santu Antine	
<i>Sardische Geschichte zum Anfassen</i>	
(ab 4 Jahre, 1 h)	

Feenhäuser und steinerne Türme	100
<i>Spuren der Nuraghenkultur</i>	

DER WESTEN

Tour 14:	116
Fußmarsch über den Mond	
<i>Von Bosa zur Piscina di Cane Malu</i>	
(ab 8 Jahre, 1 h, ↑ 50 m)	

Giganten im Gleitflug	119
<i>Die Gänsegeier an der sardischen Westküste</i>	

Tour 15:	120
Zum Torre Columbargia	
<i>Küstenwanderung mit Strandbesuch</i>	
(ab 6 Jahre, 2 h, ↑ 40 m)	

Sarazentürme auf Sardinien .. 123

Tour 16:..... 124

Is Arutas

*Ein Spaziergang am Reiskornstrand
(ab 4 Jahre, 1 h 30, eben)*

Tour 17:..... 126

Wachturnblick vom Capu Mannu

*Am Ende der Welt zwischen Su
Pallosu und dem Capu Mannu
(ab 4 Jahre, 1 h, ↓ 45 m)*

Zwischenlandung am Salzsee ... 128

Sa Genti Arrubia – das rote Volk

Tour 18:..... 130

Von Tharros zum Parco Communale
di Seu

*Wanderung zwischen Kultur und Natur
(ab 6 Jahre, 3 h 45, eben)*

Tour 19:..... 133

Santuario Santa Cristina und der
Nuraghe Losa

*Ausflug in die sardische Geschichte
(ab 4 Jahre, 2–3 h)*

Von Obsidian und Tafelbergen oder das Erbe der Vulkane 138

Tour 20:..... 140

Das schwarze Gold der Steinzeit
*Eine Schatzsuche am Monte Arci
(ab 6 Jahre, 2 h 30, ↓ 190 m)*

Die Korkeiche..... 144

Tour 21:..... 146

Paulis und Wildpferde

*Ein Ausflug zur Giara di Gesturi
(ab 6 Jahre, 2 h 15, eben)*

Pferdeleben auf der Giara..... 152

DER SÜDWESTEN

Tour 22:..... 166

Die Küste am Capo Pecora

*Steinfluren in stiller Landschaft
(ab 6 Jahre, 2 h 30, ↓ 50 m)*

Tour 23:..... 169

Von der Cala Domestica zum
schlafenden Drachen

*Ziegenpfad hoch über der Steilküste
(ab 10 Jahre, 3 h 30, ↓ 300 m)*

Tour 24:..... 174

Auf den Spuren der alten Römer

*Vom Tempio di Antas zur Grotta di Su
Mannau
(ab 8 Jahre, 2 h 30, ↓ 290 m)*

Ein Spaziergang durch

die Macchia..... 178

Tour 25:..... 182

Pan di Zucchero

*Weitsicht in den Klippen von Masua
(ab 10 Jahre, 2 h 30, ↓ 280 m)*

Tour 26:..... 187

Feenhäuser und weiße Esel

*Die Nekropole von Montessu
(ab 4 Jahre, 1–2 h, ↓ 120 m)*

Tour 27:..... 189

Das Kap, das den Wind teilt

*Zum Aussichtspunkt auf dem Monte
Sa Guardia Manna
(ab 6 Jahre, 2 h, ↓ 150 m)*

Tour 28:..... 192

Castello di Aquafredda

*Aufstieg auf den
(ab 6 Jahre, 1 h, ↓ 130 m)*

Tour 29:..... 194

Vom Hafenviertel zum Castello

*Eine Runde durch die Altstadt
von Cagliari
(ab 8 Jahre, 2 h, ↓ 100 m)*

DER SÜDOSTEN

Tour 30:..... 212

Perda Sub'e Pari

*Unterwegs im Parco Sette Fratelli
(ab 8 Jahre, 2 h 30, ↓ 250 m)*

Tour 31:..... 215

Besuch beim sardischen Hirsch

*Unterwegs im Parco dei Sette Fratelli
(ab 6 Jahre, 2 h, ↓ 225 m)*

Welche Wildtiere leben

noch auf Sardinien 218

Tour 32:..... 220

Torre di Giunco

*Wachturn über dem Capo Carbonara
(ab 4 Jahre, 1 h, ↓ 50 m)*

Tour 33:..... 223

Gespenstersteine und ein alter
Wachturn

*Aufstieg auf den Monte Ferru
(ab 8 Jahre, 2 h 45, ↓ 300 m)*

Tour 34:..... 226

Das Capo Ferrato

*Einsame Buchten hinter dem
Leuchtturm
(ab 6 Jahre, 2 h 30, ↓ 150 m)*

Tour 35:..... 229

Portu Pirastu

*Mini-Wanderung für kurze Beine und heiße Tage**(ab 4 Jahre, 1 h 15, ↑ 10 m)***Tour 36:**..... 230

Nuraghe Arrubiu

*Die verborgene Festung**(ab 6 Jahre, 1 h)***Wasservorrat in den Bergen** 232*Sardiniens Stauseen***Tour 37:**..... 233

Su Stampu e su Turrunu

*Fünzig Stufen zum Wasserfall**(ab 6 Jahre, 2 h 30, ↑ 190 m)***Tour 38:**..... 237

Auf dem Sentiero Ermolinus

*Wanderwege im Naturpark Montarbu**(ab 4 Jahre, 1 h 30, ↑ 160 m)***Tour 39:**..... 240

Monte Perda e'Liana

*Rund um die Felsnadel**(ab 6 Jahre, 1 h 45, ↑ 180 m)***Tour 40:**..... 244

Dem Felsen-Mammut auf der Spur

*Durch die bizarre Steinlandschaft in**den Tacchi d'Ogliastra**(ab 6 Jahre, 2 h 30, ↑ 150 m)***Tour 41:**..... 250

Planschen unter dem Wasserfall

*Spaziergang zu den Badebecken bei**Marina di Gairo**(ab 4 Jahre, 1 h 45, ↑ 85 m)***Tour 42:**..... 254

Domus de Janas Fund'e Monti

*Feenhöhlen im Hügelland von**Lotzorai**(ab 4 Jahre, 30 min, ↑ 20 m)***Tour 43:**..... 256

Eseltrekking in der Ogliastra

*Küstenwanderung von Santa Maria**Navarrese**(ab 4 Jahre, 1 h 30, ↑ 140 m)***DER NORDOSTEN****Tour 44:**..... 276

Cala Goloritzé

*Wanderung zum Traumstrand**(ab 8 Jahre, 3 h 30, ↑ 550 m)***Tour 45:**..... 279

Su Golgo und die Zauberwelt von

As Picinas

*Esel, Schweine und dunklen Seen**(ab 4 Jahre, 1 h, eben)***Der Ölbaum** 282**Von Schafen, Ziegen und wilden****Schweinen** 284**Tour 46:**..... 286

Zu Wasser und zu Land

*Mit Boottransfer zur Cala Luna**(ab 6 Jahre, 2 h 30, 200 m)***Tour 47:**..... 289

Durch die Gola di Gorropu

*Wasser zwischen steilen Felsen**(ab 8 Jahre, 4 h 45, ↑ 220 m)***Tour 48:**..... 293

Su Tempiesu

*Das heilige Wasser von Orune**(ab 4 Jahre, 1 h, ↑ 100 m)***Tour 49:**..... 296

Berg und Meer

*Zu Fuß durch die Oasi Biderosa**(ab 6 Jahre, 2 h 30, ↑ 100 m)***Tour 50:**..... 300

Ponyspaziergang zum Fluss

*Ein Besuch auf dem Pferdehof**Morgenstern**(ab 4 Jahre, 1 h 30)***Reiseinformationen**

Einkaufen und Essen..... 304

Anreise nach Sardinien 309

Wie kommt man am besten nach

Sardinien? 310

Unterkunft und Übernachtung... 316

Überlebenswortschatz 347

Autorin / Impressum 356