

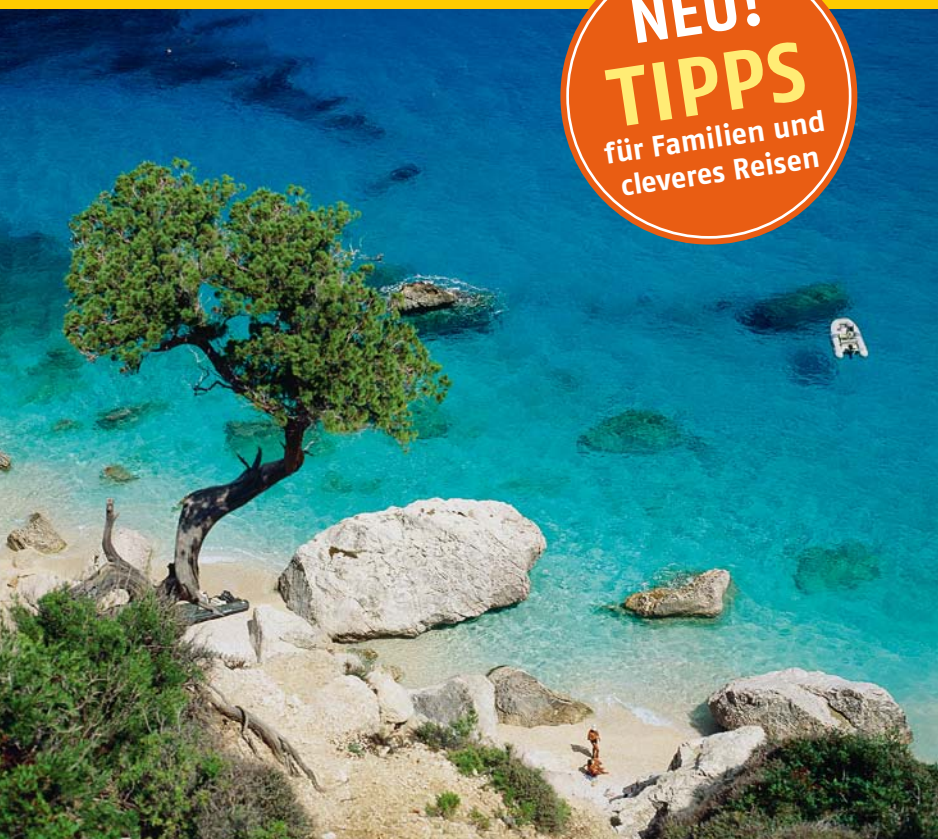
ADAC

Reiseführer *plus*

SARDINIEN

Naturschönheiten • Strände • Historische Stätten
Museen • Events • Shopping • Hotels • Restaurants

NEU!
TIPPS
für Familien und
cleveres Reisen



plus praktische Maxi-Faltkarte für unterwegs!

ADAC

Reiseführer

Sardinien

Naturschönheiten • Strände • Historische Stätten
Museen • Events • Shopping • Hotels • Restaurants

Die **Top Tipps** führen Sie zu den Highlights

von Nana Claudia Nenzel



□ Intro

Sardinien Impressionen 6

Herbe Insel Schönheit mit vielen Gesichtern

8 Tipps für cleveres Reisen 12

Baden, segeln, Kultur genießen

8 Tipps für die ganze Familie 14

Planschen, paddeln, Delfine streicheln

□ Unterwegs

Cagliari und der Süden – Küstenidyll mit feinen Stränden 18

- 1 Cagliari 18**
Quartiere Marina – Casteddu – Inselheilige und Hausstrand
- 2 Villasimius 28**
- 3 Costa Rei 29**
- 4 Santa Margherita di Pula und Nora 29**
- 5 Costa del Sud 30**
- 6 Carbonia 32**
Monte Sirai – Miniera di Rosas – Parco Archeologico di Montessu
- 7 Isola di Sant'Antioco 33**
- 8 Isola di San Pietro 35**
- 9 Iglesias 36**
- 10 Tempio di Antas und Grotta su Mannau 37**
- 11 Costa Verde 38**
- 12 Barumini und Su Nuraxi 39**
Giarra di Gesturi – Las Plassas – Villanovaferru

Oristano und der Westen – Tummelplatz der Völker 42

- 13 Oristano 42**
Die Altstadt – Am Ufer der Lagune
- 14 Penisola di Sinis 47**
Tharros 47
San Giovanni di Sinis 49
San Salvatore 50
- 15 Fordongianus 51**
Busachi 52
- 16 Santa Cristina 52**
Nuraghe Losa 53

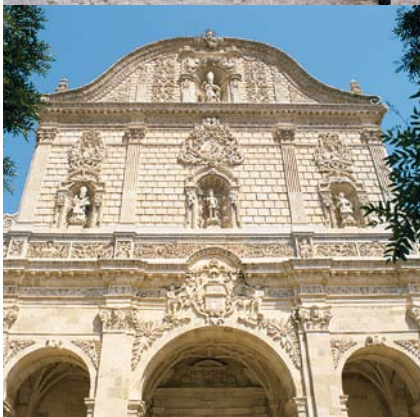
- 17 Santu Lussurgiu 54**
Bonarcado – San Leonardo de
Siete Fuentes – Cuglieri
- 18 Bosa 55**
Unterstadt Sa Piana – Oberstadt Sa
Costa – Bosa Marina 58
- 19 Macomer 58**
Tamuli – Orolo – Santa Sabina

Sassari und der Nordwesten – Korallenküste und Karsthöhlen 60

- 20 Alghero 60**
Die Altstadt – Lungomare und Lido
- 21 Grotta di Nettuno 67**
Anghelu Ruiu 68
Lago Barratz und
Dune di Porto Ferro 68
- 22 Bonorva und Sant'Andrea
Priù 68**
- 23 Valle dei Nuraghi 69**
- 24 Ozieri 70**
Sant'Antioco di Bisarcio 71
- 25 Ardana 72**
Santissima Trinità di Saccàrgia 73
- 26 Sassari 74**
An der Via Roma – Centro Storico –
Extra Muros
- 27 Porto Torres 79**
- 28 Penisola di Stintino
und Isola Asinara 81**
- 29 Castelsardo 83**
Rocchia dell'Elefante – Nostra Signora
de Tergu – Perfugas

Die Gallura und der Nordosten – modelliert von Wind und Wellen 86

- 30 Tempio Pausania 86**
Aggius 87
- 31 Santa Teresa di Gallura 89**
Capo Testa – Costa Paradiso
- 32 Palau 91**
- 33 Arcipelago della Maddalena 92**
Isola della Maddalena 93
Isola di Caprera 94
- 34 Arzachena 95**
Nuraghe Albucciu – Tempietto di
Malchittu – Coddu Ecchju –
La Priscoja – Li Lolghi – Li Muri
- 35 Baia Sardinia 97**
- 36 Costa Smeralda und
Porto Cervo 98**
Capriccioli – Cala di Volpe





- 37 Olbia 101**
Pozzo Sacro Sa Testa 102
- 38 San Teodoro 103**
- 39 Posada 104**
Porto La Caletta
San Giovanni 105

Barbagia und Supramonte – wildromantisches Bergland 106

- 40 Nuoro 106**
- 41 Orune und Su Tempiesu 109**
- 42 Oliena 110**
Su Gologone – Monte Tiscali
- 43 Dorgali 112**
Serra Orrios – Sa Ena é Thomes
- 44 Cala Gonone 113**
Cala Luna – Grotta del
Bue Marino
- 45 Grotta di Ispinigoli 114**
- 46 Orosei 114**
- 47 Galtelli 116**
- 48 Orgosolo 116**
- 49 Fonni 117**
Lago di Gusana 118
- 50 Desulo 118**
- 51 Aritzo 119**
- 52 Ulassai 120**
- 53 Arbatax 122**
Tortolì – Santa Maria Navarrese
- 54 Torre di Bari 123**

Sardinien – die schönsten Wanderungen

- Auf alter Römerstraße zum Höhlenlabyrinth 37
- Durch bizarre Granitfelsen 90
- In die grüne Oase von Su Gologone 110
- Schluchtenerlebnis und Strandvergnügen 114
- In die Bergwelt der Monti del Gennargentu 118

Sardinien Kaleidoskop

- Prägnanter Pinselstrich 26
- Das Werk von Jahrtausenden 31
- Nuraghen – frühe Sarden und ihre Steintürme 40
- Politik in Frauenhand 44
- Stolz der Schwarzbrenner 55
- Wuchtig, trutzig, uneinnehmbar:
Algheros Bastionen 65

Festtagsritt und Lichterglanz	79
Der Reichtum der Wälder	88
Für Volk und Vaterland	94
Bauten für die Ewigkeit	96
Das moderne Großreich des Aga Khan	100
Von Landleben und Literatur	108
Ein Hauch von Freiheit und Abenteuer	120
Die Insel schmecken	128
Sardiniens edle Tropfen	130

Karten und Pläne

Sardinien Süd	vordere Umschlagklappe
Sardinien Nord	hintere Umschlagklappe
Cagliari	23
Su Nuraxi	41
Oristano	46
Tharros	47
Alghero	62
Sassari	76
Nuoro	109

□ Service

Sardinien aktuell A bis Z 125

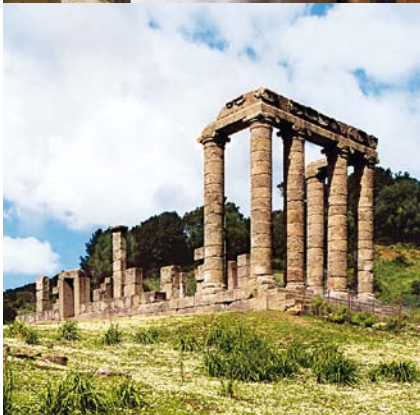
Vor Reiseantritt	125
Allgemeine Informationen	125
Anreise	126
Bank, Post, Telefon	127
Einkaufen	128
Essen und Trinken	129
Feiertage	130
Festivals und Events	131
Klima und Reisezeit	132
Museen und Kirchen	132
Sport	132
Statistik	133
Unterkunft	134
Verkehrsmittel im Land	135

Sprachführer 136

Italienisch für die Reise

Register 141

Impressum	143
Bildnachweis	143



Leserforum

Die Meinung unserer Leserinnen und Leser ist wichtig, daher freuen wir uns von Ihnen zu hören. Wenn Ihnen dieser Reiseführer gefällt, wenn Sie Hinweise zu den Inhalten haben – Ergänzungs- und Verbesserungsvorschläge, Tipps und Korrekturen –, dann kontaktieren Sie uns bitte:

**Redaktion ADAC Reiseführer
Travel House Media GmbH
Grillparzerstr. 12, 81675 München
adac.reisefuehrer@travel-house-media.de**

Sardinien Impressionen

Herbe Inselschönheit mit vielen Gesichtern

Sardinien – der Name weckt Vorstellungen von wilder Schönheit, von felsgesprenkelten Sandstränden an klarem Wasser und sonnendurchglühten Fischerdörfern. Tatsächlich werden hier viele Träume wahr – die Mittelmeerinsel bietet das alles und noch eine Menge mehr.

Nach Sizilien ist Sardinien die **zweitgrößte Insel** Italiens und des gesamten Mittelmeeres, 23.813 km² groß, mit den vorgelagerten Eilanden sogar 24.089 km². Auf einer Länge von 280 km und einer Breite von 145 km findet man eine schier unglaublich **vielfältige Landschaft**. Berge, Felsküsten, Wiesen, Laubwälder, Täler und Hochebenen sowie rund 1800 km Küste mit Stränden, Buchten und Fjorden brachten die Sarden auf den Gedanken, ihre Insel als einen eigenen Kontinent zu bezeichnen. Man erzählt sich, als Gott die Erde erschaffen hatte, habe er von jedem Teil der Welt noch einige Steine, Erde, Blu-

Farbenpracht der Natur

Von dunklem Rost- bis leuchtendem Hellrot changieren die schroffen *Porphyryklippen* von **Arbatax** im Sonnenlicht. Nördlich davon liegt die herbschöne **Galura** mit ihrem charakteristischen grausafarbenen Granit. Wind und Wetter schlifften die Kanten ab und formten aus dem harten Stein Bären und Elefanten, oder was immer die Fantasie in den Felsformationen zu erkennen glaubt.

Ganz anders ist das tiefgrüne Inselinnere geartet, das beispielsweise in der **Barbagia** von dunklen Macchiawäldern mit hohen Stein- oder Flaumeichen geprägt ist. Im Gegensatz dazu bietet das karge, kalkweiße Gebirge des **Supramonte** lediglich Schaf- und Ziegenherden magere Weiden. Das Leben der Hirten dort war entbehrungsreich, der Zusammenhalt der Großfamilie überlebenswichtig. Häufig standen jedoch die



men, Büsche und Bäume übrig gehabt. Aus diesen habe er Sardinien geformt, ein wunderschönes Flickwerk, nicht nur vor den Augen des Herrn.

Oben: Gemütlich – Abendessen im Freien in der hübschen Altstadt von Alghero

Rechts oben: Aufgeblüht – rot leuchtende Klatschmohnwiese bei Carbonia

Rechts: Makellos – eine kleine, von geschliffenen Felsen geschützte Sandbucht am türkisblauen Meer des Maddalena-Archipels





Ansprüche der wechselnden Fremdherrscher im Gegensatz zur Tradition. In dieser verzweifelten Situation gerieten die sardischen Hirten oft mit dem Gesetz in Konflikt, worauf sich ihr schlechter Ruf als Banditen gründete. Heute versteht man die Gründe besser, weist auf Jahrhunder-

te der Unterdrückung durch Römer, Spanier, Österreicher und schließlich Italiener hin. Diese Seite der Geschichte erzählen die **Murales**, großflächige Wandbilder, in vielen Dörfern der Insel. *Orgosolo* beispielsweise ist für seine aktuellen politischen Grafitti bekannt. Doch mittlerwei-



le sorgt der Tourismus auch in den Bergen des Inselinneren für Aufschwung. Besonders beliebt sind **Fuß-** oder **Radwanderungen**, zunehmend auch **Ausritte** durch Hochtäler und Bergwälder, in denen man sogar Wildschweine oder Wildpferde beobachten kann.

Ergebunden und himmelwärts

Tausende von Grotten haben sich in den karstigen Felsformationen der Insel gebildet. Sieben **Tropfsteinhöhlen** stehen Touristen zur Besichtigung offen. Eine der schönsten ist die *Grotta Is Zuddas* bei Santadi mit ihren von Mineralien bunt gefärbten Wänden. Dort hängen die Stalaktiten nicht einfach wie dicke Eiszapfen nach unten, sondern lösen sich in zarteste Kristallgebilde auf, die in alle Himmelsrichtungen zeigen. Dafür kann die *Grotta di Ispinigoli* bei Dorgali mit einem 38 m hohen Stalagmiten aufwarten, dem höchsten in Europa.

Vor allem in der nördlichen Inselhälfte lockt eine unglaubliche Anzahl von **Kirchen** und **Kapellen**. Ihre schwarz-weißen Querstreifen kennzeichnen viele als pisanisch, etwa die Basilika *Santissima Trinità di Saccàrgia*. Doch auch schlichtere romanische, gotisch-katalanische und barocke Gotteshäuser kann man bewundern – eine schier unerschöpfliche Fundgrube für Kulturreisende.

Gigantengräber und Feenhäuser, doch keine märchenhafte Vergangenheit

Auf der Insel siedelten schon früh Menschen, von denen das Volk der **Nuragher** (1800–600 v. Chr.) die ungewöhnlichsten



Spuren hinterließ. Die Zeugen ihrer Kultur sind einzigartig. Überall auf Sardinien erheben sich gewaltige, bis zu 20 m hohe konische Steintürme, mehr als 7000 solcher ebenfalls *Nuraghen* genannten Bauwerke wurden gezählt. Nicht alle haben freilich die Zeit so gut überdauert wie z. B. der *Nuraghe Su Nuraxi* von Barumini nördlich der Inselhauptstadt Cagliari. Wahrlich riesig wirken auch die oft vornuraghischen Steinsetzungen, wie sie in großer Anzahl in der Gallura, vor allem um das Städtchen *Arzachena*, zu finden sind. Nicht umsonst werden sie im Volksmund **Tombe dei Giganti**, »Gigantengrä-





ber, genannt. Um die gangartigen Sip-pengräber ranken sich allerlei Geheim-nisse und nicht wenige Inselbewohner vermuten eine heilsame Wirkung auf See-le und Körper. Eindrucksvoll sind schließ-lich auch die **Domus de Janas**, soge-nannte Feenhäuser. Es handelt sich um Höhlengräber, die aus mehreren Kam-mern bestehen können und besonders eindrucksvoll in der Gegend um *Macomer* zu besichtigen sind.

Spätere Eroberer hinterließen eben-falls ihre Spuren, **Phönizier** (600–200 v. Chr.) und **Römer** (238 v. Chr.–300 n. Chr.) etwa in Gestalt der ausgedehnten Ruinen-stadt *Nora*. Deren Mosaikböden, Pracht-straße, Tempelreste und nicht zuletzt die ausgedehnten Hafenanlagen beeindru-cken Besucher noch heute. Auch die Herrschaft des katalanischen Geschlechts **Aragón** (14.–18. Jh.) hinterließ Spuren. Unbestritten gilt *Alghero* an der Nordwest-küste Sardinien als die katalanischste Stadt außerhalb Spaniens, was nicht nur an den prächtigen Palästen aus der da-maligen Zeit liegt. Große Teile der Stadt-bevölkerung sprechen noch immer mit Stolz einen katalanischen Dialekt. Sogar die hübschen Straßenschilder aus bunter Keramik sind zweisprachig beschriftet.

Auf die Spanier geht übrigens auch die heutige Form des sardischen **Wappens** zurück, dessen Anfänge sich im Dunkeln verlieren. Es zeigt auf weißem Grund vier



Oben: Traumhaft – Der Strand von *Lu Im-postu* (*San Teodoro*) besticht mit feinem wei-ßen Sand und sanft abfallendem Meeresboden
Mitte: Aufgetischt – deftige Eintöpfe mit Fleisch und Kartoffeln, verfeinert mit Kräu-tern sind typisch für die sardische Küche
Rechts unten: Geschmückt – Trachten und Masken gibt es an Karneval zu bewundern
Links unten: Entspannt – Am Ufer des *Temo* genießt man einen schönen Blick auf *Bosa*



der Ankunft mit einem unvergleichlichen Duft von Rosmarin, Thymian und Oleander. Ob man mit der Fähre übersetzt oder mit dem Flugzeug landet, der insel-spezifische Geruch entfaltet sich noch intensiver auf der Weiterfahrt. Beispielsweise an die kilometerlangen, feinsandigen Strände der **Costa Rei** im Südosten, einer wahrhaft »königlichen Küste«. Ihr Gegenstück im Westen, die **Costa Verde**, wartet mit meterhohen, kilometerweit ins Land hineinwachsenden Sanddünen auf. Eine Bucht für jeden Geschmack und glas-klares Meer bietet nicht nur die als Urlaubsort der Reichen und Schönen berühmt gewordene **Costa Smeralda** im Nordosten. Auch der im Norden vorgelagerte Archipel von **La Maddalena** zeichnet sich durch saubere Strände und fantastische *Tauchgründe* aus. Schwimmer, Schnorchler und Taucher, Surfer und Segler kommen hier absolut auf ihre Kosten, die zahlreichen **Sporthäfen** der Region wie Porto Cervo oder Santa Teresa di Gallura sind modern und mit allem Komfort ausgestattet.

schwarze Kopfsilhouetten, die durch ein rotes Kreuz voneinander getrennt sind. Die »Mohrenköpfe« wurden ursprünglich mit Stirnbändern abgebildet. Zu Beginn des 14. Jh. aber erscheinen diese in den Gesichtern der Schwarzen und wurden so zu Augenbinden. Unklar bleibt, ob es sich bei dem »Ausrutscher« um einen Kopierfehler oder um politische Absicht handelte. Die sardische Autonomiebewegung führt das Wappen jedenfalls mit über der Stirn getragener Binde und offenen Augen.

Mit allen Sinnen genießen

Sardinia, wie die Sarden ihre Heimatinsel nennen, bezaubert ihre Gäste bereits bei





Das **leibliche Wohl** kommt bei einem Sardinienurlaub ebenfalls nicht zu kurz. Mit Olivenöl und frischen Kräutern zaubern die Inselköche aus Fisch oder Meerestieren, Wildschwein, Lamm oder Zicklein wahre Delikatessen. Genauso empfehlenswert sind hausgemachte **Teigwaren**, etwa mit Ricotta gefüllte Ravioli. Unbedingt probieren sollte man eine der vielen sardischen **Brotspezialitäten**, z. B. das *Pan carasau*, italienisch *Carta di musica*, also Notenpapier, ein hauchdünnes, knackiges Hirtenbrot. Es wird heiß mit Rosmarin und Olivenöl gewürzt serviert. Honigtriefendes süßes Gebäck oder *Pecorino*, der typische **Schafskäse**, und ein süffiger *Cannonau*, **Rotwein** von der Insel, runden ein sardisches Mahl ab.

Der Reiseführer

Dieser Band stellt das abwechslungsreiche Sardinien in **fünf Kapiteln** vor. Die Autorin beschreibt landschaftliche Höhepunkte und historische Sehenswürdigkeiten der Insel und ihrer vorgelagerten Eilande. Die **Top Tipps** führen zu den herausragendsten Attraktionen, schönsten

Links oben: Harmonisch – Die Fassade der Kathedrale von Cagliari zieht die Blicke an
Links Mitte: Aufregend – das Herumkraxeln auf den Küstenfelsen ist ein Spaß für Kinder
Links unten: Einladend – eine lauschige Restaurantterrasse im Städtchen Bosa
Oben: Atemberaubend – Wandern am Golfo di Orosei, wo sich Berge und Meer treffen
Rechts Mitte: Farbenprächtig – Frauen in Tracht bei einer Prozession im Bergdorf Fonni
Rechts: Schiff ahoi! – Mit Ausflugsbooten gelangt man zu abgelegenen Stränden



Stränden oder Events. Den Besichtigungspunkten sind jeweils **Praktische Hinweise** mit Informationsbüros sowie Hotel- und Restaurantempfehlungen angefügt. Ein **Kaleidoskop** mit Kurzeassays rundet den Reiseführer ab. **Übersichtskarten** und **Stadtpläne** erleichtern die Orientierung. **Sardinien aktuell A bis Z** bietet, alphabetisch geordnet, nützliche Informationen, die von den Reisevorbereitungen über Essen und Trinken bis zu Verkehrsmitteln reichen. Hinzu kommt ein praktischer **Sprachführer**.



8 Tipps für cleveres Reisen

1 Stress und volle Strände meiden

Kaum eine Urlaubsregion Europas ist so konsequent auf wenige Wochen Hauptsaison ausgerichtet wie Sardinien. Bleiben Sie von Ende Juli bis Mitte August der Insel möglichst fern. Wenn es unbedingt diese Zeit sein soll, dann vermeiden Sie die Woche um den 15. August. Rund um den italienischen ›Ferragosto‹-Feiertag ist alles voll: Strände, Restaurants, Straßen. Der Genuss bleibt dabei oft auf der Strecke.



2 Frühbucher im Vorteil

Wenn Sie im Hochsommer reisen, dann buchen Sie möglichst alles rechtzeitig von zu Hause aus. Nicht nur Flug bzw. Fähre und Hotel, sondern auch Mietwagen, Exkursionen und Bootstouren – bevor Sie vor Ort eine unangenehme Überraschung erleben.

3 Tücken der Vor- und Nachsaison

Für alle, die spontan und weit außerhalb der Saison die Insel erkunden wollen: Bis in den April und ab Oktober riskieren Sie, vor geschlossenen Hotels zu stehen. Schön ist Sardinien während der Nebensaison aber allemal, und Baden ist im Herbst meist auch noch gut möglich. Aber erkundigen Sie sich rechtzeitig von zu Hause aus, damit Sie ein Dach über dem Kopf haben.

4 Große Freiheit auf hoher See

Sardinien und sein Archipel Isla Maddalena zählen zu den schönsten Segelrevieren des Mittelmeers.

Neben reinen Segeltörns können Sie auch den Segelschein machen – und erleben Sardinien dann von einer besonders traumhaften Seite.

Einige Adressen: www.segelschule-moby-dick.de, www.luna-blu.de, www.sardiniensegeln.de (→ S.133).



5 Mit dem Kajak zu den schönsten Buchten

Ein echter Geheimtipp: Mieten Sie sich an der Uferpromenade von Cala Golone ein Kajak und paddeln Sie zu den schönsten, auf dem Landweg oft nur schwer zu erreichenden Stränden, wie etwa dem Traumstrand an der Cala di Luna (→ S.112). Hier wurde im Jahr 2002 der Film ›Stürmische Liebe – Swept Away‹ gedreht, in dem die Pop-Sängerin Madonna die Hauptrolle spielt.



6 Keine Wertsachen im Auto lassen

Sardinien hat eine sehr niedrige Kriminalitätsrate. Dennoch sind besonders in der Saison Autoaufbrüche häufig. Achten Sie auf Glasscherben am Boden – ein Indiz dafür, dass es an diesem Ort besonders gefährlich ist, Wertsachen im Auto zu lassen.

7 Kulturgenuss zum Nulltarif

Das Festival ›Monumenti aperti‹ ist ideal für alle, die außerhalb der Saison reisen wollen. Zwei Tage im Mai sind in und um Cagliari Museen und historische Stätten kostenfrei zugänglich. Hinzu kommen Veranstaltungen, Konzerte und sonstige Events. www.monumentiaperti.com

8 Camping nur auf ausgewiesenen Plätzen

Auch wenn es verlockend sein mag: Wildes Campen ist auf Sardinien tabu und wird streng geahndet – mit bis zu 500 Euro Geldstrafe. Halten Sie sich lieber an die Tipps der ADAC Campingführer, die Ihnen die schönsten und besten Plätze der Insel zeigen (→ S.134).





8 Tipps für die ganze Familie



1 Traumstrände für Kinder

Sardinien ist voller wunderbarer Badeorte. Ausgezeichnete Strände für Kinder finden sich beispielsweise am Küstenabschnitt Costa Rei oder in Pula (→S.29). Das Wasser ist flach, die Dünung nicht sonderlich gefährlich. Eher vermeiden sollten Familien mit Nachwuchs die Costa Verde mit ihren starken Strömungen sowie die meist ziemlich windigen Orte Stintino und Santa Teresa.

Kleine Gäste großgeschrieben 2

Das ›Forte Village Resort‹ in Santa Margherita di Pula gilt als kinderfreundlichstes Hotel Sardinien: Die ›Città dei bambini‹ bietet maßgeschneiderte Aktivitäten für jede Altersgruppe an, darunter Koch-, Musik-, Mal- und Tanzkurse, Tennis, Golf sowie ein Fußballcamp. Daneben gibt es ein eigenes Restaurant nur für Kinder – Erwachsenen ist der Zutritt verboten! Für die Aller kleinsten stehen auch Babysitter zur Verfügung. (→S.30) *Santa Margherita di Pula, Tel. 0709/218818, www.fortevillageresort.com*



3 Familienfreundliches Villasimius

Auch die Hotels in der charmanten Kleinstadt Villasimius (→S.28), im äußersten Südosten Sardinien, sind ausgesprochen kinderfreundlich, haben Kids-Clubs und halten allerlei Nützlichkeiten parat – vom Beistellbett bis zum Babystuhl.

4 Segelspaß in ruhigen Wassern

Unterricht speziell für Kinder bietet die Segelschule ›Playasardinia‹ an der Nordküste. Der Clou: Es wird nicht auf dem offenen Meer gesegelt, sondern auf der Mündung des Flüsschens Coghinas, inmitten eines Naturschutzgebietes. Das garantiert ruhiges Wasser und sichere Bedingungen. Die Unterrichtssprache ist Deutsch. Auch geführte Kajaktouren werden angeboten. *Playa Sardinia, Valledoria, Mobil-Tel. 34 93328570, www.playasardinia.org*

5 Delfine und Schildkröten erleben



Die ›Laguna di Nora‹ in Pula fasziniert Kinder und Erwachsene gleichermaßen. Das Informationszentrum erklärt die Beziehung zwischen Mensch und Meer auf ganz praktische Weise – so werden hier in zehn großen Becken gestrandete Delfine oder verletzte Seeschildkröten gesund gepflegt. Daneben werden spannende Schnorcheltouren für Erwachsene und Kinder angeboten *Tel. 0709/20 95 44, www.lagunadinora.it, Jun.–Sept. 10–19 Uhr, Juli u. Aug.*

bis 20 Uhr, Erw. 8 €, Kinder bis 12 Jahren 3 €, Jugendliche 6 €.

6 Damhirsche und Wildkatzen beobachten

Für kleine Entdecker ist die ›Riserva Naturale Monte Arcosu‹ das perfekte Ausflugsziel: In dem 3600 Hektar großen Naturschutzgebiet in der Provinz Cagliari leben Damhirsche, Wildschweine, Wölfe und Wildkatzen. Extratipp: Im August und September werden geführte Nachtwanderungen veranstaltet. Achtung: Im August ist der Zugang ins Naturschutzgebiet nur mit Führer gestattet. *Monte Arcosu, Uta, Mobil-Tel. 3473463546, www.ilcaprifoglio.it*



7 Große Insel – ganz klein

Im ›Parco Sardegna in Miniatura‹ sind wichtige Stätten und Sehenswürdigkeiten der Insel im kleinen Maßstab nachgebaut; dazu kommen ein Planetarium, ein Astronomie-Museum und ein botanischer Lehrpfad. *Zona Su Nuraxi Barumini, Tulli, Tel. 0709/36 10 04, www.sardegna-in-miniatura.it, April–Okt. tgl. 9.30–19 Uhr, So 9–20 Uhr, Erw. 15 €, Kinder bis 11 Jahren 12 €.*

8 Nasse Abenteuerwelten

Wenn es den Kindern an den Stränden mal langweilig werden sollte, bietet Sardinien gleich vier Wasser-Vergnügungsparks: das ›Blufan‹ in Sarroch mit einem großen Kinderbereich (www.blufan.it), das ›Diverland‹ in Quartucciu mit einer Gesamt-Rutschenlänge von 1400 Metern (www.diverland.it), das ›Water Paradise‹ in Marina di Sorso mit großem Wellenbad (www.waterparadise.it) sowie das ›Aquadream‹ in Baia Sardinia mit der ›Babydream‹-Welt (www.aquadream.it).







Unterwegs

Am Golfo di Orosei werden Ferienträume wahr: Kristallklares Wasser und weißer Sandstrand an der Cala Mariolu

Cagliari und der Süden – Küstenidyll mit feinen Stränden



Als Hauptstadt Sardinien ist **Cagliari** durch Industrie und Handel geprägt, versprüht aber trotzdem urbanen Charme. In der Metropole an der Südküste pocht das kulturelle Herz der Insel, konzentrieren sich hier doch die wichtigste Universität Sardinien und bedeutende Museen. Zum Baden fahren die Cagliariern gerne an ihren Hausstrand Poetto. Dessen heller Sand setzt sich über **Villasimius** bis zur **Costa Rei** fort, an der Einheimische wie Urlauber kilometerlange Strände und kristallklares Wasser genießen. Die nicht minder schöne Küste südwestlich von Cagliari war bereits früher gut besucht. Davon zeugen

die steinernen Sarazentürme, die Pisaner im 16./17. Jh. als Kette von meernahen Ausgucken gegen maurische Überfälle errichteten. Wesentlich filigraner sind die Mosaiken, mit denen die Römer ihre Stadt **Nora** schmückten. Weiter westlich locken die Strände der wunderschönen, gut erschlossenen **Costa del Sud**. Urtümlicher ist die **Costa Verde** mit ihrem 2–3 km breiten Dünengürtel. Im Hinterland lohnen die Nuraghensiedlung **Su Nuraxi** sowie die naturgeschützte Hochebene **Giara di Gesturi** mit seltener Fauna und Flora den Besuch.

1 Cagliari

Lebhafte Hafen- und Inselhauptstadt mit bedeutenden Museen.

Etwa ein Drittel der sardischen Bevölkerung, nämlich rund 560 000 Menschen, lebt im Großraum von Cagliari. Die Inselkapitale selbst zählt 150 000 Einwohner und ist zugleich Handelszentrum und Universitätsstadt. Sie bietet hochkarätige Museen, gute Shoppingmöglichkeiten und einladende Cafés und Restaurants.

Geschichte Bereits in der Altsteinzeit, vor etwa 20 000 Jahren, lebten Menschen an der Mündung des Flusses Mannu. Damit gilt Cagliari als einer der ältesten ständig besiedelten Orte Europas. **Phönizier** aus dem nahen Afrika gründeten um 700 v. Chr. eine erste Niederlassung namens **Karali**. Ihnen folgten **Karthager**, die ab 520 v. Chr. sardisches Erz und Getreide über den Hafen verschifften. Das blühende Handelszentrum wurde immer wieder erobert, erstmals 238 v. Chr. von dem römischen Konsul Tiberius Gracchus, der

Ein imposantes Altstadtensemble und ein reger Hafen verleihen Cagliari viel Flair



Caralis zur Hauptstadt der römischen Provinz *Sardinia* machte.

Nach dem Niedergang des Römischen Reiches etablierten sich auf Sardinien vier abgeschlossene Regionen, sog. **Judikate**, eines davon mit Cagliari als Hauptstadt. Es löste sich auf, als im 11. Jh. wiederholt Sarazenen angriffen und Mitte des 12. Jh. **Pisaner** die Macht übernahmen. Sie bauten Cagliari zur Festung aus und errichteten die Zitadelle, deren Mauern die Altstadt auf dem Burghügel noch heute umgeben. Trotzdem eroberten 1324 **Katalanen** unter Pedro IV. Stadt und Insel. Die Feudalherrschaft der Spanier war wirtschaftlich und sozial ein Fiasko, Volksaufstände häuften sich, blieben jedoch stets wirkungslos. Als Kriegsbeute und durch Landtausch kam Cagliari wie ganz Sardinien im 18. Jh. erst in den Besitz von **Österreich**, dann in den des norditalienischen **Savoyen-Piemont**. Beide waren der einheimischen Bevölkerung gleichermaßen verhasst. Der Unmut hinderte die Piemonteser Könige jedoch nicht daran, ihren Thronszitz 1798/99 wegen außenpolitischer Schwierigkeiten nach Cagliari zu verlegen, wovon die Stadt wenigstens baulich profitierte.

Davon blieb freilich nicht viel, denn 1943 wurde Cagliari als wichtiger Flottenstützpunkt fast vollständig zerstört. Doch nach Ende des Zweiten Weltkriegs erhob sich die alte Hafenstadt, seit 1948 **Regierungssitz** der Autonomen Region Sardinien, wie ein Phönix aus der Asche. Heute ist sie mit ihrer guten Infrastruktur, der internationalen Verkehrsanbindung, einer Universität sowie nicht zuletzt der bedeutenden petrochemischen Industrie in ihrem Westen zu einer modernen Metropole herangewachsen, nicht unbedingt die schönste Stadt Sardiniens, doch unbestritten die erfolgreichste.

Besichtigung Cagliari ist auf zwei Ebenen erbaut: Flankiert von großen Lagunen, an denen im Frühjahr unzählige Flamingos brüten, erstreckt sich die Unterstadt am Scheitelpunkt des ausladenden *Golfo di Cagliari*, den man hier *Golfo degli Angeli*, Bucht der Engel, nennt. Aufgrund seiner Nähe zu Meer und Hafen wird dieser Teil der Stadt als **Quartiere Marina** bezeichnet.

Nördlich davon breitet sich die Oberstadt, **Casteddu**, sardisch für Burg, an den Kalkhängen des Burghügels aus. Ihre

