

ÍNDICE

Agradecimientos	13
Introducción y características de la guía	15
El carácter sardo	17
Cómo llegar	18
Detalles históricos	18
Niveles de dificultad	23
Consejos prácticos	24
Mapa general	27
1. Punta Giglio - bahía de Porto Conte	28
2. Capo Caccia	31
Grotte di Nettuno	35
3. Le Prigionette - Monte Timidone	37
Monte Doglia	40
4. El lago di Baratz	41
5. De paseo por los pinares de Porto Ferro	44
6. El sendero de la costa	47
7. Punta dell'Argentiera	51
8. Capo dell'Argentiera	54
9. Isola dell'Asinara, sentiero dell'Asino Bianco	57
El Parque Nacional de la Asinara	61
10. Trepano por el Capo Testa	63
11. Monte Pino desde el refugio del Monte Pino	66
Tempio y el Monte Limbara	69
12. Punta Gogantinu desde Punta Balistreri	71
13. Punta Balistreri desde la Madonna della Neve	74
14. Travesía de cumbres desde el Monte Limbara	77
Olbia y la Gallura	80

CERDEÑA

DE NORTE

A SUR

15. Trepando por las torres de San Pantaleo	81
Golfo Aranci y Capo Figari	85
16. Golfo Aranci - Punta Filasca - Cimitero degli Inglesi y Batteria Costiera	86
17. Golfo Aranci - cumbre del semáforo Marina Militare	89
18. Golfo Aranci - Su Canale y Monte Ruju	92
19. Paseando por Porto Cervo y Capo Ferro	95
La elegancia de la Costa Smeralda (Esmeralda)	98
20. Puerto del Ucc'Aidu - Monte Rasu	100
21. Bruncu Spina desde la estación de esquí	103
22. Punta la Marmora por el Bruncu Spina	106
23. Punta La Marmora, directa desde la estación de esquí	110
El Parque Nacional del Gennargentu y Golfo di Orosei	114
24. La Gola di Gorropu desde Genna Silana	116
25. La Gola di Gorropu desde Dorgali	120
26. De Su Porteddu a la Cala Goloritzè	124
27. Pedra Longa - Coile Duspiggius - Punta Giradilli	129
28. Capo San Marco	133
29. San Giovanni di Sinis - Torre del Sevo o Mosca	136
Su Nuraxi de Barumini, Patrimonio Mundial de la Humanidad por la Unesco	139
30. El Monte Mesa de la Giara di Gesturi	141
Los <i>cavallini</i> del Parque de la Giara	145
31. Agriturismo Arcuentu - Monte Arcuentu	146
32. Subiendo por las dunas de la Costa Verde	150
33. Capo Pecora y la Punta Guardia De Is Turcus	153
34. Capo Pecora - Punta Mumullónis	156
35. Villacidro - Monte Margiani	159
36. Nébida - Pan di Zucchero - Porto Ferro	163
37. La Punta y la Cascada Piscina Irgas	166
38. Tempio di Antas - Grotte su Mannau	169
El Tempio di Antas	172
39. Punta San Michele desde la cueva de San Giovanni ..	174

40. Punta Stazzu Aroni - Sa Rocca Lada (Monte Arcosu) ...	177
La Grotte de Is Zuddas	180
41. El bosque de Pantaleo	181
42. De paseo por Capo Rosso (Isola di San Pietro)	184
43. Capo Sperone - Linterna (Isola di Sant'Antioco)	187
44. Porto Campana - Monte Sa Guardia Manna	191
45. Torre de Chia - Capo Spartivento	194
El Selvaggio Blu	199
La gastronomía sarda, única en el mundo	202
Escalar y esquiar en Cerdeña	204
Pequeño diccionario sardo	209
Teléfonos de interés	210
Alojamientos	212