

# Sardinien – ein smaragdfarbenes Juwel der Natur

Autorin\_Claudia Schreiter



Abb. 1

**Abb. 1**\_Posada. Sardinien – die zweitgrößte Insel im Mittelmeer – ist immer noch ein Geheimtipp für Touristen: Kristallklares Wasser, weiße Sandstrände, einsame Buchten und ein wildromantisches Hinterland laden zum Träumen ein. Vor allem die Costa Smeralda, die Smaragdküste, macht ihrem Namen alle Ehre...

\_Vom Flughafen in Olbia führen wir zunächst nur wenige Kilometer nach Porto Rotondo in das Luxushotel Abi D'Oru. Dieses liegt wunderschön in der Natur eingebettet und verzaubert mit weitläufigen Gärten, die direkt zum hoteleigenen Strand an der Costa Smeralda führen. Der Großteil der Smaragdküste befindet sich in Privatbesitz eines Konsortiums rund um Karim Aga Khan. Durch dessen Einfluss konnte die Costa Smeralda bis heute von Bausünden und Massentourismus verschont bleiben – kein Gebäude darf mehr als drei Stockwerke hoch sein. Doch das ist nur ein Grund für die Beliebtheit dieser Küste: das smaragdgrüne Wasser und die feinen Strände machen die Costa Smeralda wahrlich zu einem Juwel der Natur. Hauptort an der Küste ist Porto Cervo – ein Tummelplatz der Reichen und Schönen. Hier geben sich die Besitzer der Luxusyachten das Steuerrad in die Hand

und die Geschäfte von Dior, Bulgari & Co locken mit glitzernden Angeboten zu atemberaubenden Preisen. Ende Mai war es hier allerdings noch ziemlich ruhig, sodass wir die mondäne Altstadt ohne den Trubel des internationalen Jet-Sets genießen konnten. Uns zog es dann doch eher in ein kleines verträumtes Bergdorf in die Nähe von Porto Cervo. San Pantaleo ist vor allem bekannt für sein Kunsthandwerk. Hier werden auf der Piazza auf dem Antiquitätenmarkt Keramik, Schmiedekunst und Holzarbeiten dargeboten. Typisch für dieses Dorf sind außerdem die kleinen Häuser der Altstadt, die an die sardischen Steinhäuser der Gallura-Hirten erinnern. Danach führen wir die Panoramastraße weiter Richtung Cala di Volpe. Der Ferienort besticht nicht nur durch seine exklusiven Hotels, sondern vor allem durch die romantisch zerklüfteten Küstenabschnitte, an deren kleine, einsamen Sand-



Abb. 2



Abb. 3

strände man jedoch nur mit einem Boot gelangen kann.

### \_Der Norden

Unser Ausflug in den Norden der Insel führte uns zunächst über Olbia, eine der größten Städte Sardinien. Die einzige Sehenswürdigkeit der tristen Altstadt war allerdings die Kirche San Simplicio, eine romanische Basilika aus grauem Granit aus dem 11. Jahrhundert. Deshalb fuhren wir mit unserem Mietwagen schnell weiter an den nördlichsten Punkt zur Insel La Maddalena, zu der man mit einer Fähre übersetzen kann. Doch auch hier wurden wir enttäuscht. Denn neben dem Tourismus ist der hiesige Militärstützpunkt, der die gesamte Architektur der kleinen Insel prägt, der Haupteinkommenszweig von La Maddalena. Etwas entfernt vom belebten Hafen finden sich jedoch auch hier grüne Ruhe-Oasen mit schönem Blick auf das Meer.

Rund 20 Kilometer von La Maddalena entfernt liegt die Kleinstadt Arzachena, in der sich interessante Überreste der Nuraghenzeit (ca. 1.800 v. Chr. – 238 v. Chr.) befinden. Diese prähistorischen Bauten, von der es auf Sardinien rund 7.000 gibt, hatten ihre Verwendung als Wehrtürme, Tempel und Grabbauten. Zu den bekanntesten Nuraghen im Norden gehören Albucciu, Malchittu sowie die Gigantengräber Coddu Vec-

chiu und Li Lolghi, die allerdings vor Ort gar nicht so gigantisch sind, wie es der Name versprechen mag. Dennoch sind die archäologischen Funde einen Ausflug wert.

Unser letztes Ziel in dieser Region war die Stadt Posada, die malerisch auf einem Berg gelegen ist. Die Burgruine „Castello della Fava“, das Wahrzeichen Posadas auf der Spitze dieses Berges, ist schon von Weitem zu sehen. Ein Aufstieg lohnt sich, denn von hier oben wird man mit einem fantastischen Ausblick belohnt.

### \_Der Westen

Über die Berge ging es am nächsten Tag Richtung Alghero, einer mittelalterlichen Stadt im Westen Sardinien. Unterwegs besichtigten wir die Abteikirche Santissima Trinità di Saccargia, eine der schönsten Landeskirchen der Insel, die durch ihre Fassade aus weißem Kalkstein und schwarzem Trachyt berühmt geworden ist. In Alghero umschließen dicke Mauern die Altstadt. Schmale Gassen und Steintreppen führen zu den belebten Piazze und Kirchen von Alghero, das durch die vielen Schmuckläden auch Korallenstadt genannt wird.

Unser nächster Anlaufpunkt war der Nationalpark an der Westküste Sardinien. Hier reizte uns hauptsächlich die Grotta di Nettuno, die Neptungrotte. Die

Abb. 2 und 3\_ Costa Smeralda.



Abb. 4



Abb. 5

Abb. 4\_ San Pantaleo.

Abb. 5\_ Cala di Volpe.





Abb. 6



Abb. 7



Abb. 8



Abb. 9

- Abb. 6 und 7\_ Grotta di Nettuno.
- Abb. 8\_ Santissima Trinità.
- Abb. 9\_ Elefantenfelsen.
- Abb. 10\_ Gola Gorroppu.
- Abb. 11\_ Cala Gonone.

Tropfsteinhöhle liegt am Fuße einer 110 Meter hohen steilen Felswand und sie ist nur über eine 654 Stufen zählende Treppe zu erreichen. Hat man den Eingang der Grotte erreicht, kann man sich an dem Anblick bizarrer Tropfsteingebilde und eines etwa 120 Meter langen Salzwassersees erfreuen. Danach belohnten wir uns mit einem Picknick an der einsamen Küste, bevor wir weiter nach Castelsardo fahren. Dieser bekannte Ort liegt an einem felsigen Kap und hat sich dank der vielen kleinen Treppengassen seinen typischen Charakter erhalten. Auf der Spitze des Felsen thront auch die charmante Festungsanlage „Cattedrale di Sant' Antonio Abate“ mit ihrem bunten Kacheldach. Von hier oben kann man bei guter Sicht sogar einen Blick auf die Nachbarinsel Korsika werfen. Auf der Rückfahrt zum Hotel kamen wir am Rocca dell'elefante vorbei. Dieser etwa fünf Meter hohe Felsbrocken sieht einem Elefanten ähnlich und hat deshalb seinen Namen bekommen. Der bizarre Fels war schon zu Zeiten der Nuragher eine Kultstätte und ist noch heute eine bekannte Sehenswürdigkeit Sardinien.

ist inzwischen zum reinen Ferienort geworden, kann allerdings mit den mondänen Orten an der Costa Smeralda nicht mithalten. Die Strände sind hier im Gegensatz zur Smaragdküste auch nicht besonders breit und grobsteinig. Allerdings haben sie ihren ganz eigenen Charme, denn mit etwas Glück ist man ganz alleine in so einer Bucht. Da die Strände jedoch nur mit einem Schiff zu erreichen sind, mieteten wir uns für einen halben Tag ein Motorboot und wagten uns hinaus auf hohe See – ein Abenteuer, das sich auf jeden Fall gelohnt hat.

Das letzte Ziel auf unserer Reise hieß schließlich Gola Gorroppu, eine der tiefsten Schluchten Europas, rund eine Autostunde von Cala Gonone entfernt. Die eindrucksvolle, acht Kilometer lange Schlucht wird von kolossalen Kalksteinwänden gebildet und bietet eine artenreiche Flora und Fauna. Große, runde Felsbrocken versperren oft den steilen Weg, sodass man nur mit Kletterausrüstung weiterkommt – in der Hitze wahrlich eine sportliche Herausforderung. Dennoch führen zahllose geführte Trekkingtouren in dieses beeindruckende Wunderwerk der Natur. Am nächsten Tag fahren wir über die Marmorstadt Orosei wieder nach Olbia zum Flughafen und flogen schweren Herzens nach Hause. Unser Fazit: Sardinien sollte kein Geheimtipp mehr bleiben.

### \_Der Süden

Die letzten zwei Tage verbrachten wir im Südosten Sardinien in Cala Gonone. Das ehemalige Fischerdorf

Alle Fotos: © 4solutions Media, Wolfram Schreiter

**\_Kontakt** **cosmetic**  
dentistry

**Wolfram Schreiter**  
4solutions MEDIA  
Fockestr. 6  
04275 Leipzig  
Tel.: 03 41/9 09 69 00  
Fax: 03 41/9 09 69 69  
E-Mail:  
info@4solutions-media.de  
www.4solutions-media.de





Abb. 10



Abb. 11

# DGKZ e.V.

Deutsche Gesellschaft für Kosmetische Zahnmedizin  
Die innovative Fachgesellschaft für den modernen Zahnarzt



## **Kostenlose Fachzeitschrift**

Lesen Sie kostenlos „cosmetic dentistry“ – die qualitativ außergewöhnliche Mitgliederzeitschrift informiert Sie über alle relevanten Themen der kosmetischen Zahnmedizin. Auch als ePaper mit Archivfunktion auf [www.zwp-online.info](http://www.zwp-online.info) verfügbar.

## **Ermäßigte Kongressteilnahme**

Besuchen Sie die Jahrestagungen der DGKZ e.V. und nutzen Sie die für Mitglieder ermäßigten Teilnahmegebühren. (Die 9. Jahrestagung wird am 27./28. April 2012 in Essen stattfinden.)

## **Kostenlose Mitglieder-Homepage**

Nutzen Sie Ihre eigene, individuelle Mitglieder-Homepage, die die DGKZ e.V. allen aktiven Mitgliedern kostenlos zur Verfügung stellt. Über die Patientenplattform der DGKZ e.V., die neben Informationen für Patienten auch eine Zahnarzt-Suche bietet, wird der Patient per Link mit den individuellen Mitglieder-Homepages verbunden.

## **Patientenwerbung und Öffentlichkeitsarbeit**

Profitieren Sie von einer starken Gemeinschaft, die durch Öffentlichkeitsarbeit auch Ihr Praxismarketing unterstützt.

**Nutzen Sie die Vorteile der Mitgliedschaft in der DGKZ e.V. und treten Sie jetzt dieser starken Gemeinschaft bei!**  
Die einfache bzw. passive Mitgliedschaft kostet 200,00 €, die aktive Mitgliedschaft 300,00 € jährlich.

### Weitere Infos:

Deutsche Gesellschaft für Kosmetische Zahnmedizin e.V.  
Holbeinstr. 29, 04229 Leipzig  
Tel.: 03 41/4 84 74-2 02, Fax: 03 41/4 84 74-2 90  
[info@dgkz.info](mailto:info@dgkz.info)/[www.dgkz.com](http://www.dgkz.com)



Faxantwort

**03 41/4 84 74-2 90**

oder per Post an

DGKZ e.V.  
c/o OEMUS MEDIA AG  
Holbeinstraße 29  
04229 Leipzig

Ja, ich möchte Mitglied der DGKZ e.V. werden. Bitte senden Sie mir den Mitgliedsantrag zu:

\_\_\_\_\_  
Vorname

\_\_\_\_\_  
Name

\_\_\_\_\_  
E-Mail

Praxisstempel