

Sportlerparadies

Von wegen „Dolce far niente“! 1.848 Kilometer Küste, konstante Winde und kristallklares Wasser machen die Insel zum Hot Spot der Windsurfer und zum Taucherparadies des Mittelmeeres. Reiseautorin Monika Neiheißer hat die sportliche Seite des italienischen Lebensstils entdeckt



Surferglück Auf Sardinien weht eine konstante Brise



Bunte Reihe Im Surferleih am Strand von St. Lucia findet jeder das richtige Segel

Der Mistral weht aus Nordwest mit einer Geschwindigkeit von 20 Stundenkilometern. Gerade so stark, dass ich mein Surfsegel noch unter Kontrolle habe und über das glatte Meer düsen kann. Kleine Windböen gleiche ich mit Oberschenkeln und Armen aus. Die Windsurfbedingungen am Strand von St. Lucia im Nordosten Sardinien sind ideal – und ich fühle mich frei wie ein Vogel!

IM FELSENLABYRINTH Das kristallklare Wasser glitzert so geheimnisvoll, dass ich der Sache im wahrsten Sinne des Wortes auf den Grund gehen will. Deshalb teste ich am nächsten Tag das Schnuppertauchen im Pool vom Sportclub „Le Quattro Lune“ in Orosei. Er liegt im Norden der zweitgrößten Mittelmeerinsel und bietet neben Wassersport auch geführte Wanderungen, Radtouren und einen Leihservice für Mountainbikes an. Im Poolwasser

Sardinien

Königin der Welt
Autorin Monika Neiheißer
am Zipfel der Jetset-
Küste Costa Smeralda



Durchblick
Das kristallklare
Wasser bietet
gute Sicht



Alles okay Monika
(l.) lernt bei Bruce
die Tauchgrundlagen



TEXT MONIKA NEIHEISSER FOTOS MONIKA UND MANFRED NEIHEISSER
NEOPREN DECATHLON

lernen wir von Tauchlehrer Bruce die Grundlagen: Wie fühlt sich die Schwerelosigkeit an und wie atmet man richtig durch die Nase? Nach der kurzen Einführung wird es „ernst“, wir fahren zur Cala Liberotto, einer Bucht im Osten der Insel. Bruce strahlt Ruhe und Vertrauen aus und mahnt: „Du musst unbedingt Sichtkontakt mit mir halten!“ Dann gleite ich mit meiner Sauerstoffflasche auf dem Rücken sanft ins Meer. Es dauert

nur wenige Augenblicke, bis mich eine Vielzahl bunter Fische umschwärmt. Das Felsenlabyrinth, das mich umgibt, ist voller Leben: Auf zahllosen Steinen wiegen sich Wachsrosen, eine heimische Anemonenart, wie grüne Spaghetti im leichten Wellengang. Ein weißer Tintenfisch lauert auf dem gleichfarbigen Sand perfekt getarnt auf Beute und rote Krustenschwämme überziehen andere Steine mit ihrer purpurnen Farbe. Nach einer Stunde

tauche ich wieder auf – völlig verzaubert von der Schönheit der farbenprächtigen Unterwasserwelt.

WANDERN AN DER STEILKÜSTE

Die für den Golf von Orosei typische Felsküste mit ihren kleinen Sandbuchten übt einen besonderen Reiz auf mich aus. Nach 45 Minuten Busfahrt startet unsere Gruppe in der Cala Fuili zu einer 2,5-stündigen Küstenwanderung zur Cala Luna, einer der schönsten Badebuchten Sardinien. Etwa



Über die Planke
Nach einer
Wanderung in
die Cala Luna
geht es mit dem
Boot zurück



Ziel in Sicht
Ein schmaler
Wanderpfad
führt an der
Küste entlang
zur Cala Luna



Kapitän Monika Mit Fullspeed
düse ich in einem 40-PS-Motor-
boot durch den Golf von Orsoi



Holprig Am Strand
von Osalla müssen wir
mit dem Bike die Pinien-
wurzeln überqueren

100 Meter über dem Meer schlängelt sich ein schmaler, steiniger Pfad zwischen Steineichen, Macchia-Gewächsen und schroffem Granitfels. Unser Guide Claudia lässt uns Geckos und prächtige Zitronenfalter beobachten, die mit ausgebreiteten Flügeln regungslos Sonne tanken. Nach einem steilen Abstieg ans Meer genieße ich den Sprung ins grünblaue Wasser. In tiefen Rottönen, blassem Grau und strahlendem Weiß leuchten die Granitfelsen, die die kleine weiße Sandbucht schützend umrahmen. Zurück schippern wir ganz bequem auf einem Motorboot und bestaunen die atemberaubende Felsenküste nochmals vom Wasser aus.

KÜSTE DES JETSETS

Die Costa Smeralda im Norden Sardinien gilt nicht umsonst als „Cote d’Azur Italiens“. Das smaragdgrüne Wasser gab diesem Küstenabschnitt seinen Namen. Bis in die 60er-Jahre hinein hatte der 55 Kilo-

meter lange Landstreifen keine besondere Bedeutung. Dann kaufte Prinz Karim Aga Khan, einer der reichsten Männer der Welt, das Land und baute es zum luxuriösen Feriendomizil für den Jetset aus. Während ich am Privatstrand des Hotel-Restaurants „Romazzino“ den Sundowner genieße, leuchtet die Abendsonne glutrot über dem Meer. Schade, dass ich nicht schon letztes Jahr hier war, als die deutsche Fußball-Nationalmannschaft in diesem Hotel logierte, um sich auf die EM vorzubereiten. Beim Bummel durch den Jachthafen von Porto Cervo staune ich über die teuren Hoch-



Psst! Bäuerin Maria-Paula verrät Monika ihre sardischen Küchengeheimnisse

seejachten, die im Hafen schauen – und ich fühle mich ein bisschen, als wäre ich Teil des ganzen Spektakels.

MIT SPEED ÜBER DIE WELLEN

Nicht so teuer ist der Traum, den ich

mir am nächsten Tag in Cala Ganne erfülle. Für einen Tag miete ich mir ein aufblasbares Motorboot, das den Luxusjachten höchstens als Beiboot dienen würde, und bin mein eigener Kapitän! Mit satten 40 Stundenkilometern düse ich an der Costa del Bue Marino am Golfo di Orsoi vorbei. Das Boot hebt immer wieder kurz ab, beim Aufsetzen spritzt das Wasser wie aus einer Hochdruckleitung unter dem Bug hervor – ich gebe mich völlig dem Rausch der Geschwindigkeit hin. Ein 40-PS-Boot dürfte ich in Deutschland nicht ohne Motorbootschein steuern, doch hier in Italien ticken die Uhren anders. Auf der Rückfahrt drossle ich das Tempo und versuche, einen Blick in die zahlreichen Höhlen entlang der Küste zu erhaschen – sie sind dafür bekannt, riesige Fledermausschwärme zu beherbergen. Nein – Fledermäuse sehe ich keine, ich bin wohl zu früh unterwegs und sie schlafen noch. **BIKEN MIT MEERBLICK** Weniger rasant, aber mindestens ebenso abwechslungsreich ist meine Moun-



Tauziehen
In der
Goroppu-
Schlucht
geht es
manchmal
nur mit
Seil weiter

Majestätisch
Die steilen
Felswände
der Goroppu-
Schlucht
ragen bis zu
500 Meter
in die Höhe



Abkühlung
Der Fluß Rio
d'Osalla
bietet eine
willkommene
Erfrischung

tainbiketour am nächsten Tag zum Strand von Osalla und durch den Bidderosa-Park – eine Strecke von 50 Kilometern. Unter dem Kommando unseres Guides Fabian trotz der 13-köpfigen Gruppe tapfer dem Seitenwind. So viel „Kampfgeist“ muss belohnt werden – und so schlecken wir bereits nach einer halben Stunde Fahrt ein köstliches Eis aus der „Gelateria Smeralda“ in Orosei. Nach weiteren zehn Kilometern erreichen wir den Strand Cala di Osalla und setzen uns in den Schatten unter die Dächer der Pinien, die der Mistral zu bizarren Gebilden geformt hat. Zusammen

mit dem weißen Sandstrand und dem türkisblauen Meer wirkt die Szenerie wie ein impressionistisches Gemälde. Auch unser nächstes Ziel, der 400 Hektar große Bidderosa-Park, ist geprägt von Pinienwald und einsamen Sandbuchten. Hier erwartet uns eine richtige Rad-Challenge auf unbefestigten Wegen. Wurzeln, die über den Weg wachsen, müssen wir passieren, unsere Reifen über Steine balancieren und steile Abfahrten mit Gewichtsverlagerung nach hinten und sanftem Bremsen bewältigen. Noch anspruchsvoller sind die vom Meer angewehten Sandpartien. Als wir





„Murales“ Die Wandmalereien zieren einen Souvenirladen in Orgosolo



Exklusiv Badetasche für 49€ in der Boutique „Marineria Italiana“ in Porto Rotondo an der Costa Smeralda

Inmitten der Natur Das Dorf Orgosolo liegt am Fuß des Supramonte-Gebirges

Kühe entdecken, die völlig entspannt am Strand liegen, steigen wir ab. Davon müssen wir ein Foto machen! **„BANDITENNEST“** Eine Stunde fahren wir am nächsten Morgen bis zur Gola Gorroppu. In Jahrmillionen hat sich der Riu Flumineddu tief in das Supramonte-Gebirge

eingeschnitten und eine 500 Meter tiefe Schlucht hinterlassen. Heute zählt sie zu den eindrucksvollsten Naturschönheiten Sardinien. Wir wandern durch einen Steineichenwald und blicken zwischendurch auf das Tal von Oddoene und das Bergdorf Dorgali, bis wir schließlich den Eingang der Schlucht erreichen. Hier beginnt die Kletterei. Klein wie Ameisen fühlen wir uns zwischen farbigen Felswänden, die himmelwärts streben, während wir zwischen engen Felsspalten durchkriechen. Erst als die Felsbrocken nach einer halben Stunde so groß werden, dass sie für uns nicht mehr überwindbar sind, stoppen wir an einer Stelle, an der die Felswände uns eng

Chill-out Die Kühe gönnen sich im Bidderosa-Nationalpark eine kleine Auszeit am Strand



umschließen, bevor wir umkehren. Nach fünf Stunden lehnen wir uns erschöpft und zufrieden im Bussitz zurück und lassen das Panorama des Supramonte mit seinen imposanten Steilwänden nochmals an uns vorbeiziehen. In diesem Massiv mit seinen unzähligen Grotten und Schluchten fanden einst Gesetzlose und Widerstandskämpfer, die von den Sarden „Banditen“ genannt wurden, ihre Schlupfwinkel. Einstiges Zentrum des Widerstands gegen die Übernahme Sardinien durch den italienischen Staat und die Ausbeutung durch Großgrundbesitzer war das Dorf Orgosolo. Nach südamerikanischem Vorbild bemalten Künstler in den Sechzigerjahren die Hauswände mit Figuren und politischen Parolen, „Murales“ genannt.

GASTFREUNDSCHAFT Einen Einblick in das heutige Leben der sardischen Bauern bekommen wir bei Paulino. Ein Mittagessen auf seinem Bauernhof ist das Ziel unserer letzten Wanderung. Um Platz für uns zu schaffen, räumte er extra sein Wohnzimmer aus, seine Frau Maria-Paula und Cousine Yovanna verwöhnen uns mit hausgemachtem Schinken, leckerem Lambraten und Pizzabrot. Oliven, Orangen und Mispeln kommen aus dem eigenen Garten – die unvergleichliche Gastfreundschaft jedoch aus dem Herzen. Darauf stoßen wir mit selbst gebranntem Myrthenschnaps an – Salute!



Blaue Lagune Erholung am Pool des Hotels „Quattro Lune“

Travel Tipps

- **ANREISE** Direktflüge mit Condor nach Olbia, z. B. Stuttgart-Olbia 283€, www.condor.com
- **REISEZEIT** Mai bis September
- **VERANSTALTER** Frosch-Sportreisen bietet ein abwechslungsreiches Programm: Wandern, Radfahren, Surfen, Seekajak, Canyoning und Tauchen im Norden der Insel. Außerdem gibt es ein Fitnessprogramm und hochwertige Mountainbikes zum Verleih. Standort ist das familiengeführte Hotel „Le Quattro Lune“ mit großer Poolanlage, 700 m vom Strand entfernt. Eine Woche im DZ inkl. Flug, HP und vielen Aktivitäten ab 609€ p. P., zwei Wochen ab 999€, www.frosch-sportreisen.de
- **WASSERSPORT** Tauchgang 1 Stunde inkl. Ausrüstung, 50€, Tauchkurse ab 390€, www.orseidivingcenter.com
- Windurfen am Strand St. Lucia, 1 Std. Windsurfboard-Miete ab 18€, Anfängerkurs 9 Stunden 140€, www.amfibietreks.de
- Schlauchboot mit Motor in Cala Gonone, Miete ab 60€ pro Tag, www.escurSIONICALAGONONE.IT
- **LUXUSHOTEL** Hotel „Romazzino Costa Smeralda“ im sardisch-mediterranen Stil mit Privatstrand und öffentlichem Restaurant, ab 436€ p. P./DZ, www.romazzinohotel.com
- **INFOS** Fremdenverkehrsamt Sardinien, www.sardegnaturismo.it



Zimmer mit Aussicht Geräumige Doppelzimmer mit Meerblick im Hotel „Le Quattro Lune“

FOTOS PR (1)