

Un'Isola di sentieri

An Island of paths

SARDEGNA







76 itinerari per il trekking in Sardegna

76 hiking trails in Sardinia

Su Gorroppu

Progetto finanziato dall'Unione Europea

Il POR Sardegna 2000-2006 (Mis. 4.14b) per interventi strutturali nello sviluppo turistico e rurale, si prefigge di accrescere e promuovere lo sviluppo culturale e turistico del territorio sardo con il preciso scopo di preservare le risorse naturali e gli ecosistemi e di dare impulso al livello occupazionale. In diverse zone della Sardegna sono stati creati itinerari che mettono in relazione fra loro tesori naturali e biologici come alberi monumentali, punti panoramici e elementi dei contesti culturali del Mediterraneo.

A project funded by the European Union

The Regional Operational Programme 2000-2006 (ROP Sardinia, Measure 4.14b) covering structural actions for tourist and rural development, aims at fostering the island's cultural and tourist development in order to protect natural resources and habitats and boost employment. In various areas of Sardinia, nature trails have been mapped, linking natural and biological treasures including monumental trees, panoramic viewpoints and sites belonging to the Mediterranean cultural heritage.

Foto di copertina:
Ogliastra, paesaggio dei tonneri
Front cover picture:
Ogliastra, Tonneri's landscape

Foto ultima di copertina:
Gennargentu, neve a Bruncu Spina
Back cover picture:
Gennargentu, Bruncu Spina peak covered with snow

Tutte le carte dei sentieri sono reperibili presso l'Ente Foreste della Sardegna viale Luigi Merello, 86 09123 Cagliari, tel. +39 070 27991, o scaricabili dal sito www.sardegnaforeste.it

You can collect all maps from: viale Luigi Merello, 86 09123 Cagliari, tel. +39 070 27991, it is also possible to download the maps from www.sardegnaforeste.it



REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

ENTE FORESTE DELLA SARDEGNA

viale Luigi Merello, 86 - 09123 Cagliari
Tel. +39 (0)70 27991, fax +39 (0)70 272086
info@enteforestesardegna.it - www.sardegnaforeste.it

® 2008 Regione Autonoma della Sardegna
Realizzazione a cura dell'Ente Foreste della Sardegna
Immagini: Ente Foreste della Sardegna, Cocco e Saba, Horus Film s.r.l.

L'Ente Foreste della Sardegna pubblica i dati qui elencati al solo scopo divulgativo, per cui declina ogni responsabilità da possibili errori di stampa o da involontarie omissioni.

The Sardinian Forestry Agency has published the information contained herein for information purposes only, and cannot accept liability of any kind for any printing errors or involuntary omissions..

Per scoprire una terra bisogna percorrerla passo passo

L'Ente Foreste della Sardegna presenta una nuova opera editoriale, composta da 12 mappe per un totale di 76 sentieri, con l'obiettivo di promuovere la valorizzazione ecologica e sociale del patrimonio naturale e culturale.

L'iniziativa editoriale denominata "Un'Isola di sentieri" è parte integrante del POR Sardegna 2000-2006 (mis. 4.14b) per interventi strutturali mirati allo sviluppo turistico e rurale. Il Programma si prefigge di migliorare e accrescere le potenzialità turistiche e culturali del territorio sardo, preservando le risorse naturali e gli ecosistemi, e di migliorare il livello occupazionale. Lo sviluppo della Sardegna procede infatti su due fronti che simboleggiano la dualità del territorio sardo: le zone costiere, caratterizzate da un turismo di massa, e le zone interne che sono state coinvolte in una sorta di cambiamento turistico. Un cambiamento che mira a riconoscere il valore del patrimonio antropologico e ambientale dei paesi sardi.

"Un'Isola di sentieri" nasce dall'idea che i paesi e i loro territori siano luoghi importanti per sviluppare iniziative culturali, turistiche, ecologiche e sportive e che la scarsa antropizzazione nei loro territori abbia in qualche modo preservato tutte quelle caratteristiche naturali e culturali ora considerate come peculiari.

Grazie ai 76 sentieri, l'escursionista, l'appassionato o il semplice curioso potranno constatare che il "profilo" della Sardegna, lungi dall'essere solo quello relativo alla costa e alle spiagge, assume anche i contorni delle valli, delle colline e dei piccoli paesi pieni di storia, usi e leggende. La Sardegna mostra se stessa come un continente caratterizzato non solo dalle bellissime spiagge, ma anche dalla presenza di differenti specie arboree e faunistiche come quelle appartenenti alla Macchia mediterranea, un'area dominata dalla presenza di varie tipologie di arbusti come il cisto, un piccolo arbusto della famiglia delle Cistacee, il mirto, utilizzato per produrre il famoso liquore, il corbezzolo, il leccio e il lentisco. Il territorio dà anche ospitalità a un'ampia congerie di specie animali come, solo per citarne alcuni, il muflone, la volpe, l'aquila reale e altri numerosi uccelli selvatici.

L'iniziativa dell'Ente Foreste della Sardegna si caratterizza dunque per l'obiettivo finale di recuperare i vecchi camminamenti, di migliorare la sicurezza sui tracciati, di implementare il turismo sostenibile e di realizzare nuovi cartelli, segnali e punti di ristoro per i turisti.

Le tematiche che caratterizzano i percorsi in maniera evidente sono:

Temi naturalistico-biologici

percorsi che uniscono e raccordano emergenze di carattere naturalistico e biologico, come alberi monumentali, punti di osservazione, specie protette e giardini botanici.

Temi antropologici

percorsi legati a particolari elementi dei paesaggi culturali del Mediterraneo, quali quelli degli antichi mestieri (carbonai, pastori erranti), delle architetture (chiese campestri, architetture rurali tradizionali) e dei paesaggi rurali (percepibili ad esempio dalle vedette). Ogni mappa presenta due lati, un lato con la sezione cartografica e l'altro con brevi descrizioni dei territori e le loro caratteristiche artistiche e culturali.

To discover a land you need to cross it step by step

The Sardinian Forestry Agency is pleased to publish this guide book, comprising 12 tourist maps for a total of 76 walking and hiking trails, with the aim of enhancing our Region's outstanding natural and cultural heritage.

This publication entitled "An Island of Paths" is funded by the Regional Operational Programme 2000-2006 (ROP Sardinia, Measure 4.14b) covering structural actions for tourist and rural development, and aims at fostering the island's cultural and tourist development in order to protect natural resources and habitats and boost employment. In fact, the development of Sardinia is proceeding on two fronts, mirroring the twofold nature of the Region's territory: the coastal areas, targeted by mass tourism, and the hinterland, which is developing an alternative type of tourism, focused on the cultural and environmental heritage of Sardinian villages.

"An Island of Paths" focuses on the opportunities for alternative cultural, nature discovery and outdoor activities offered by these rural areas marked by small scattered villages and unspoilt habitats, which have preserved a unique human and natural heritage.

Thanks to these 76 trails, hikers and day-trippers will discover that the gems of Sardinia are not only its coasts and beaches, but also its valleys, hills and small villages steeped in history, customs and legends. Sardinia could be likened to a small continent, which in addition to its enchanting beaches also boasts a unique heritage of plant life, in particular Mediterranean maquis and scrubland with various shrub and tree species, such as cistus salvifolius, a small shrub of the rock rose family, the myrtle, which is used to produce an aromatic liqueur, the strawberry tree, the cork oak and the pistacia lentiscus. Sardinia is also home to rich and varied wildlife including, to mention just a few, the fox, the mouflon, the hare, the marten, the Sardinian red deer and several species of endemic birds.

The objective of the Sardinian Forestry Agency is to restore the old routes, maintain the trails to ensure their safety, promote sustainable tourism and equip hiking routes with signs, indications and rest areas for walkers.

The 12 maps focus on two main themes:

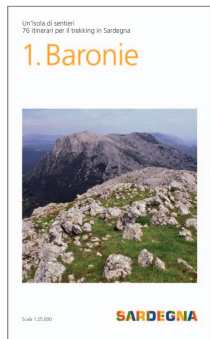
Natural heritage

Nature trails leading to the discovery of natural treasures, such as monumental trees, panoramic viewpoints, protected species and botanical gardens.

Cultural heritage

Routes for discovering the Mediterranean cultural landscape, including the traces of old crafts (charcoal burners and shepherds), the built heritage (country churches, rural buildings and sheepfolds) and rural landscapes (which can be appreciated from the lookout points. Each map has two sides, one with the maps, the other with brief descriptions of the areas and their artistic and cultural features.

1. Baronie



La cartina di questo territorio è reperibile presso:

Comune di Lula
Via dei Mille, 5
Lula (NU)
Comune di Lodè
C.so Villanova, 10
Lodè (NU)

Contatti per informazioni:

Comune di Lula
Tel. + 39 0784 416427
Comune di Lodè
Tel. + 39 0784 898018

Il territorio

Il territorio delle Baronie spazia dalla catena calcarea del Montalbo sino al massiccio del Tuttavista, in un'area caratterizzata da corsi d'acqua come l'Isalle e il Cedrino e vaste pianure alluvionali. In questo contesto il Montalbo riveste un ruolo di fondamentale importanza dal punto di vista naturalistico: infatti esso per le sue caratteristiche e per il suo stato di conservazione, ospita numerose specie di flora e fauna rare, endemiche o di interesse biogeografico; tra queste ricordiamo la *Santolina corsica*, la *Lactuca longidentata*, il geotritone del Montalbo, il gracchio corallino, l'aquila reale e il muflone. Lungo i sentieri è possibile inoltre imbattersi in piccole colonie di mufloni, osservare i segni della presenza dei carbonai e sostare presso gli antichi ovili (pinnettos).

Come arrivare

Da Nuoro si prende la SS 131 d.c.n. verso Olbia. Raggiunto il bivio di Lula, se si prosegue verso il paese, si percorre la SP 3 e si trovano gli ingressi per i sentieri dal versante di Lodè; se dal bivio si procede lungo la SP 45, si trova l'ingresso ai sentieri dal versante di Lula.



A destra:
Punta Ferulargiu
On the right:
Punta Ferulargiu



The territory

The territory of the Baronie runs from limestone chain of Monte Albo to the massif of Tuttavista, an area marked by streams and rivers such as the Isalle and the Cedrino and vast alluvial plains. The Monte Albo range in particular is an area of great natural interest: thanks to its environmental characteristics and good conservation status, it is home to numerous animal and plant species, either rare, endemic or of bio-geographical interest. Here we should mention Santolina corsica, Lactuca longidentata, the Monte Albo cave salamander, the red-billed chough, the golden eagle and the mouflon. Along the paths it is possible to come across small groups of mouflon, find old charcoal pits and make a stop at the old sheepfolds (pinnettos).

How to get there

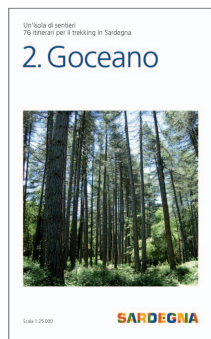
From Nuoro, take highway 131 d.c.n. in the direction of Olbia. At the turning for the town of Lula, head towards the town along SP 3 and you will find the entrance to the nature trails on the Lodè side of the mountain; alternatively, if at the turning you proceed in the other direction along SP 45, you will find the entrance to the trails from the Lula side.

*You can collect a map of this area from:
Municipality of Lula,
Via dei Mille, 5 - Lula (NU)
Municipality of Lodè, C.so
Villanova, 10 - Lodè (NU)*

*Contacts for further
information:
Municipality of Lula
Tel. +39 0784 416427
Municipality of Lodè
Tel. +39 0784 898018*

*A sinistra:
Cuile Ortorutta,
piccola area di sosta
On the left:
Cuile Ortorutta,
Small picnic area*

2. Goceano



Il territorio

Il territorio del Goceano è un'area prevalentemente montuosa ubicata fra il Monte Acuto e i territori della Barbagia e del Marghine.

È caratterizzato dal rilievo del Monte Rasu, dal fiume Tirso e dai suoi affluenti che ospitano una grande varietà di uccelli acquatici. Nell'area sono presenti le Foreste Demaniali di "Fiorentini" e "Anela", tra le più antiche foreste demaniali della Sardegna. Di grande interesse paesaggistico e naturalistico sono le località "Sa Fraigada" e "Sa Pruna", dove si trova una Tomba dei Giganti, e "Monte Unturzu", il cui toponimo ricorda la passata presenza dell'avvoltoio grifone.

La cartina di questo territorio è reperibile presso:
Ente Foreste della Sardegna via Roma, 62
Sassari
Centro di cantiere Fiorentini
Comune di Bultei via IV Novembre Bultei (SS)

Come arrivare

Da Nuoro prendere SS 131 d.c.n. in direzione Macomer-Sassari, seguire la SS 129 al bivio per Bottidda girare a destra e proseguire fino all'incrocio con la strada a scorrimento veloce. Proseguire fino a Bultei, attraversare il centro abitato, prendere la strada provinciale Bultei -Ozieri (SP 36) ed al Km 18 si arriva alla caserma forestale Fiorentini.

Contatti per informazioni:
Ente Foreste della Sardegna
Centro del Complesso Monte Pisanu
Tel. +39 079 791253
Centro di Cantiere Fiorentini
Tel. + 39 079 791122



A destra:
Monte Pisanu, sughera
On the right:
A cork oak



You can collect a map
of this area from:
Sardinian Forestry Agency
via Roma, 62 Sassari
Fiorentini Station
Municipality of Bultei via
IV Novembre Bultei (SS)

Contacts for further
information:

Monte Pisanu Station
Tel. +39 079 791253
Fiorentini Station
Tel. + 39 079 791122

A sinistra:
Tomba di Giganti
di Sas Presones
On the left:
The Giants' grave of
Sas Presones

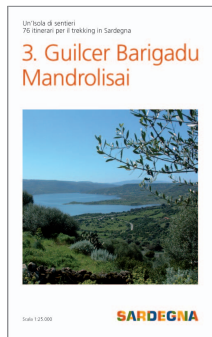
The territory

Goceano is a mostly mountainous area lying between Monte Acuto and the territories of Barbagia and Marghine. The landscape is marked by Monte Rasu and by the river Tirso and its tributaries, home to a large variety of water birds. This area also includes the "Goceano" (Fiorentini and Anela) Regional Forest, one of the oldest State forests in Sardinia. Of great landscape and natural interest are the "Sa Fraigada" and "Sa Pruna" areas, the latter with a Giants' tomb (megalithic grave), and "Monte Unturzu", whose name recalls the past presence of the griffon vulture.

How to get there

From Nuoro take SS 131 d.c.n. towards Macomer-Sassari, then follow SS 129; at the turning for Bottidda turn right and drive on until you reach the main road. Continue to Bultei, drive through the village, take the Bultei-Ozieri road (SP 36) and after 18 km you will reach the Forestry Agency Station at Fiorentini.

3. Guilcer Barigadu Mandrolisai



La cartina di questo territorio è reperibile presso:

Comune di Sedilo, Piazza
S. Giovanni 09076 Sedilo

Contatti per informazioni:

Comune di Sedilo:

Tel. +39 0785 560033

+39 0785 560035

Paleotur 95 Società

Coop. A.r.l., Località Losa
Abbasanta

Tel. + 39 0785 52302

e Cell. + 39 329 7260732

Ente Foreste

della Sardegna

Servizio Territoriale

di Oristano

Tel. +39 0783 34341

Il territorio

L'area territoriale denominata Guilcer situata in una porzione centrale dell'isola è da secoli crocevia di attività commerciali. Si tratta di un altopiano basaltico comprendente la pianura alluvionale del fiume Tirso, interessata per gran parte dall'invaso artificiale del Lago Omodeo. L'antico territorio del Barigadu è ubicato a sud del Lago Omodeo ed è caratterizzato dalla presenza delle riserve naturali di Assai e di Monte Santa Vittoria, situate fra i paesi di Neoneli e Nughedu. Il paesaggio è caratterizzato dalla macchia mediterranea. Nel Mandrolisai sono presenti ampi pascoli, sugherete, boschi di castagno e numerosi vigneti. La produzione di vini rappresenta per il territorio una delle più importanti risorse economiche.

Come arrivare

Per chi proviene da Sassari e/o da Cagliari, dalla strada statale 131, in prossimità del nuraghe Losa di Abbasanta, si deve procedere in direzione Nuoro, e raggiungere il centro abitato di Sedilo, dal quale hanno inizio i sentieri del Guilcer, Barigadu e Mandrolisai.



A destra:
Lago Omodeo,
panoramica
On the right:
Omodeo Lake,
panorama



The territory

Thanks to its central location on the island the area known as Guilcer has for centuries been a crossroads of trade. It consists of a basalt plateau and includes the alluvial plain of the river Tirso, now mostly submerged by an artificial reservoir, Lake Omodeo. The ancient territory of Barigadu lies south of Lake Omodeo and includes the nature reserves of Assai and Monte Santa Vittoria, between the towns of Neoneli and Nughedu. The landscape is rich in Mediterranean scrub. In the Mandrolisai area we find extensive pasturelands, cork tree forests, chestnut woods and many vineyards. Winemaking is one of the main activities of this area.

How to get there

For travellers coming from Sassari and/or Cagliari, on the 131 main road, take the turning for Nuoro in the vicinity of the Losa nuraghe at Abbasanta, then follow the signs for the town of Sedilo, from which the nature trails of Guilcer, Barigadu and Mandrolisai start.

You can collect a map of this area from:
Municipality of Sedilo:
Piazza S. Giovanni 09076
Sedilo

Contacts for further information:
Municipality of Sedilo:
Tel. +39 0785 560033
+39 0785 560035
Paleotur 95 Società
Coop. A.r.l., Località Losa
Abbasanta
Tel. + 39 0785 52302
e Cell. + 39 329 7260732
Sardinian Forestry Agency,
Oristano Branch
Tel. + 39 0783 34341

A sinistra:
Carbonaia in fase
di allestimento
On the left:
A charcoal pile

4. Supramonte Ogliastrino



La cartina di questo territorio è reperibile presso:
Comune di Urzulei, via
Grazia Deledda, 23 (OG)

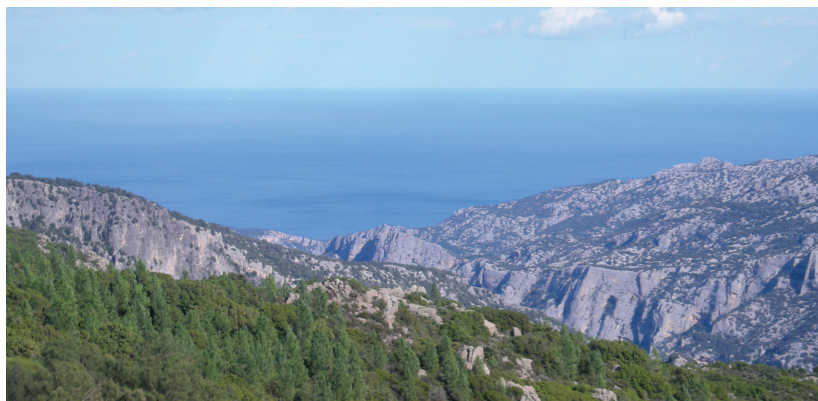
Contatti per informazioni:
Comune di Urzulei
Tel. + 39 0782 649023
Ente Foreste della
Sardegna, UGB Silana
Tel. + 39 320 4331248

Il territorio

Il Supramonte è un altopiano calcareo dall'estensione di 35.000 Ha. Gli eventi geologici e l'erosione hanno creato in milioni di anni la morfologia aspra e selvaggia del territorio, caratterizzato da crepacci, doline, grotte (Su Palu, S'edera e altre) e canyon detti codule. Qui vivono il rarissimo ghio sardo, il geotritone, l'aquila reale e il muflone. Solo qui è possibile trovare il Ramno di Sardegna, unica specie arborea esclusiva dell'Isola insieme a numerose altre piante endemiche e rare. Sparsi nel territorio vi sono i Cuiles o Barracos, strutture di pietra e legno utilizzati per secoli dai pastori come rifugi e ovili. Numerose le testimonianze di epoca nuragica tra cui le tombe dei giganti di Fennau e il nuraghe Gorroppu.

Come arrivare

Da Arbatax si arriva ad Urzulei seguendo la strada in direzione Lotzorai e svoltando al bivio per Urzulei/Talana. Da Olbia si percorre la SS 125 verso Nuoro, proseguendo per Dorgali, fino ad arrivare al bivio di "Giustizieri". Da qui dopo 1 Km si svolta a destra e dopo 5 Km si giunge a Urzulei.



A destra:
Codula de Luna,
panoramica
O the right:
Codula de Luna,
panorama



The territory

The Supramonte is a limestone tableland stretching over 35,000 hectares. Over millions of years, geological events and weathering processes have shaped this area's rugged, wild landscape, rich in crevasses, sink-holes, caves (Su Palu, S'edera and many others) and canyons known as codule. This area is home to the extremely rare Sardinian dormouse, the Sardinian cave salamander, the golden eagle and the mouflon. Only here are visitors able to find the Sardinian buckthorn (Rhammus), the only tree species exclusive to the island, as well as many other endemic and rare plants. Scattered over the territory are the Cuiles or Barracos, stone and wooden structures used for centuries by the shepherds as shelters and sheepfolds. There are many remains from Nuraghic times including a Giants' tomb at Fennau and the Gorroppu nuraghe.

How to get there

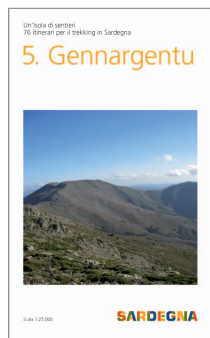
If travelling from Arbatax, take the road towards Lotzorai and turn off for Urzulei at the Urzulei/Talana turning. If you are driving from Olbia, take SS 125 towards Nuoro, then drive on towards Dorgali, until you reach the "Giustizieri" turning. After 1 km, make a turn right and after 5 km you will reach Urzulei.

*You can collect a map of this area from:
Municipality of Urzulei,
via Grazia Deledda, 23
Urzulei (OG)*

*Contacts for further information:
Municipality of Urzulei
Tel. +39 0782 649023
Sardinian Forestry Agency,
UGB Silana
Tel. +39 320 4331248*

A sinistra:
Cala Luna,
panoramica
On the left:
Cala Luna, panorama

5. Gennargentu



La cartina di questo territorio è reperibile presso:

Ente Foreste della Sardegna, Servizio Territoriale Nuoro
Via Deffenu 7/9

Contatti per informazioni:
Ente Foreste della Sardegna
Servizio Territoriale Nuoro
Tel. + 39 0784 228200

Il territorio

Il Gennargentu è un massiccio montuoso che ospita le vette più elevate dell'Isola (Punta La Marmora 1834 m e Bruncu Spina 1828 m). Da qui si gode di un panorama che spazia su tutta l'Isola. L'area è di grande pregio per la presenza di habitat e specie endemiche e rare. Qui è possibile vedere l'aquila reale o imbattersi in gruppi di mufloni. La vegetazione è costituita da prati, garighe e macchie, presenti anche fitti ontaneti e roverelle monumentali. Chi percorre i sentieri potrà dissetarsi presso le freschissime sorgenti, ammirare fioriture di rara bellezza e un sorprendente numero di insetti. Nei fondovalle si trovano gli antichi ovili a volte ancora in uso. Nei paesi è possibile visitare musei, degustare i prodotti locali e acquistare i manufatti dell'artigianato.

Come arrivare

Da Nuoro si prende la SS 389 verso Lanusei, dopo 20 km si svolta per Fonni e da qui si prende la SP 7 verso Desulo. Giunti al passo di Tascusi si trovano le indicazioni per le reti dei sentieri di Desulo e di Tonara.



A destra:
Aquila reale con preda
On the right:
Golden eagle with prey



The territory

The Gennargentu is a mountain massif which has the highest peaks on the island (Punta La Marmora 1834 m and Bruncu Spina 1828 m). From here, visitors can enjoy a view ranging over the whole island. This area has great natural value and includes various habitats with endemic and rare species. Here it is possible to spot the golden eagle or come across groups of mouflons. The plant cover consists of meadows, garigue and shrubland, but there are also thick alder stands and monumental pubescent oaks. Trekkers can stop and drink from icy cold springs, and admire flowering plants of extraordinary beauty, as well as a wide range of insect life. In the valleys below are ancient sheepfolds, some still in use. In the small towns and villages, visitors can browse through museums, taste the local food and wine products and purchase traditional handicrafts.

*You can collect a map of this area from:
Sardinian Forestry Agency,
Nuoro Branch,
Via Deffenu 7/9 - Nuoro*

*Contacts for further information:
Sardinian Forestry Agency,
Nuoro Branch
Tel. +39 0784 228200*

*A sinistra:
Panoramica
del Gennargentu
On the left:
Gennargentu,
panorama*

How to get there

From Nuoro take SS 389 in the direction of Lanusei. After 20 km take the turning for Fonni and then take SP 7 in the direction of Desulo. Once you reach the Tascusi pass, you will find directions to the trailheads of Desulo and Tonara.



Cala Luna,
veduta panoramica

View of Cala Luna



6. Gennargentu Ogliastrino



La cartina di questo territorio è reperibile presso:
Ente Foreste della Sardegna via Piscinas, 5 Lanusei.

Comune di Talana, P.zza Santa Marta, Talana (OG)
Associazione Turistica Pro Loco Talana
via Nuoro 17 - Talana (OG)

Contatti per informazioni:
Comune di Talana,
P.zza Santa Marta,
Talana (OG)
Tel. + 39 0782 646603
Associazione Turistica Pro Loco Talana
via Nuoro 17 - Talana (OG)
Tel. + 39 0782 646954
prolocotalana@tiscali.it
Ente Foreste della Sardegna
via Piscinas, 5 Lanusei
Tel. + 39 0782 490700

Il territorio

Sull'origine del nome Ogliastro esistono due teorie: secondo la prima esso deriverebbe dalla diffusa presenza dell'Olivastro; per la seconda invece deriverebbe dall'imponente guglia, "l'Agugliastro", di Pedra Longa che domina il mare a nord di Santa Maria Navarrese. Si tratta di un territorio perlopiù montuoso compreso tra la costa e le vette del Gennargentu che appare come un immenso anfiteatro volto al mare. Il sistema costiero è variegato e comprende falesie a picco sul mare e splendide spiagge come: Cala Luna, Cala Goloritzè, Orri, Cea e Sarrala. I paesaggi dell'interno sono altrettanto ricchi e spaziano dal Supramonte di Baunei ed Urzulei ai boschi e le montagne di Talana, Villagrande, Seui e Ussassai, dal Gennargentu di Arzana ai tacchi e le valli di Gairo, Jerzu, Osini e Ulassai.

Come arrivare

Da Tortolì si prende la SS 125 verso Lotzorai, dopo 5 km si svolta per la SP 56 verso Talana. Giunti al ponte sul Rio Co 'e Serra si trovano le indicazioni per il sentiero di Sorberine e per il sentiero dei carbonai.



A destra:
Vista sui monti
d'Ogliastro
On the right:
View of the Ogliastro's
mountains



You can collect a map
of this area from:
Sardinian Forestry Agency,
via Piscinas, 5 Lanusei
Municipality of Talana,
Pzza Santa Marta, Talana
(OG)
Tourist Association Pro
Loco Talana, Via Nuoro,
17 - Talana (OG)

Contacts for further
information:
Municipality of Talana,
Pzza Santa Marta,
Talana (OG)
Tel. +39 0782 646603
Tourist Association Pro
Loco Talana, Via Nuoro,
17, Talana (OG)
Tel. +39 0782 646954
prolocotalana@tiscali.it
Sardinian Forestry Agency,
Via Piscinas, 5, Lanusei
Tel. +39 0782 490700

A sinistra:
Sentiero Sorberine
On the left:
Sorberine trail

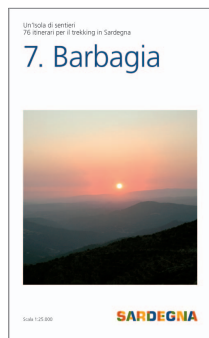
The territory

There are two theories about the origin of the name Ogliastro: the first is that it derives from the widespread presence of the wild olive or oleaster, whereas the other attributes it to the imposing spire, the "Agugliastro", of Pedra Longa which looks out over the sea to the north of Santa Maria Navarrese. Ogliastro is a mainly mountainous territory set between the coast and the peaks of the Gennargentu massif, forming a great natural amphitheatre facing towards the sea. The coast is very varied and includes cliffs dropping sheer into the sea interspersed with splendid beaches such as Cala Luna, Cala Goloritzè, Orri, Cea and Sarrala. The landscape of the interior is equally varied, ranging from the Supramonte highlands of Baunei and Urzulei to the woods and mountains of Talana, Villagrande, Seui and Ussassai, from the Gennargentu of Arzana to the "Tacchi" (limestone rock formations) and valleys of Gairo, Jerzu, Osini and Ulassai.

How to get there

From Tortolì, take SS 125 in the direction of Lotzorai. After 5 km turn on to SP 56 for Talana. Once you reach the bridge over the Rio Co 'e Serra, you will find directions for the Sorberine trail and the charcoal burners' trail.

7. Barbagia



La cartina di questo territorio è reperibile presso:
Ente Foreste della Sardegna
Servizio Territoriale di Nuoro Via Deffenu 7/9

Contatti per informazioni:
Ente Foreste della Sardegna
Servizio Territoriale di Nuoro
Tel: + 39 0784 228200

Il territorio

L'area della Barbagia-Mandrolisai è caratterizzata dalla totale assenza di zone pianeggianti e dalla forte presenza di massicci montuosi. La natura geologica delle rocce conferisce a questi rilievi caratteri di suggestiva bellezza paesaggistica, variando dalla roccia scistosa del Gennargentu ai torrioni calcarei della Barbagia di Belvì. Il territorio è noto per le tradizioni popolari e per la gastronomia che si distingue per gli ottimi arrostiti di carne, le seadas e il vino Cannonau. Nei paesi di Belvì e Aritzo si possono apprezzare le caratteristiche abitazioni rurali e osservare gli artigiani del legno. Inoltre sono presenti importanti monumenti archeologici quali domus de janas, menhir, dolmen, nuraghi, tombe dei giganti e resti di villaggi nuragici.

Come arrivare

Da Nuoro si prende la SS 389 verso Lanusei. Dopo 20 km si svolta per Fonni e da qui si prende la SP 7 verso Desulo. Giunti al passo di Tascusi si prosegue per Aritzo dove si trovano le indicazioni per le reti dei sentieri di Aritzo, Belvì e Meana Sardo.



A destra:
Tacco Texile
On the right:
Tacco Texile



The territory

The Barbagia-Mandrolisai area is predominantly mountainous, with hardly any level areas. The geological composition of the rock formations has given rise to a landscape of unique beauty, ranging from the schist rocks of the Gennargentu to the limestone towers of the Barbagia di Belvì. The territory is well known for its popular traditions and gastronomy, including excellent roasted meat, seadas (a fritter with fresh cheese filling, dressed with honey) and its excellent Cannonau red wine. In the small towns of Belvì and Aritzo, visitors can admire the characteristic village houses and watch the woodcarvers at work. The countryside is dotted with important archaeological monuments such as domus de janas, menhirs, dolmens, nuraghi, giants' tombs and the remains of Nuraghic villages.

How to get there

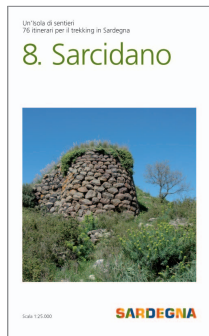
From Nuoro take SS 389 in the direction of Lanusei. After 20 km, take the turning for Fonni and then take SP 7 in the direction of Desulo. When you reach the Tascuì pass, continue on for Aritzo where you will find directions to the trailheads and trail network of Aritzo, Belvì and Meana Sardo.

*You can collect a map of this area from:
Sardinian Forestry Agency,
Nuoro Branch,
Via Deffenu, 7/9, Nuoro*

*Contacts for further information:
Sardinian Forestry Agency,
Nuoro Branch
Tel. +39 0784 228200*

*A sinistra:
Area attrezzata
di Onistri
On the left:
Onistri rest area*

8. Sarcidano



La cartina di questo territorio è reperibile presso:
Comune di Laconi, Piazza Marconi, 1 - Laconi (OR);

Per informazioni
Comune di Laconi,
Tel. + 39 0782 866200
Ente Foreste
della Sardegna, C. F.
Sarcidano
Tel. + 39 0782 869343.

Il territorio

La regione del Sarcidano si estende tra la pianura del Campidano e le montagne della Barbagia. Il centro abitato più importante è Laconi che si contraddistingue, oltre che per le emergenze naturali e paesaggistiche, per gli insediamenti preistorici. Numerosi sono infatti sul territorio i siti di interesse archeologico e nel paese è presente il Museo dei Menhir Dolmen e Nuraghi. Testimonianza del secolo scorso sono invece il Castello e il Parco di Aymerich ed il ricordo dell'umile frate Sant'Ignazio da Laconi, santificato da papa Pio XII.

Come arrivare

Partendo da Oristano, si percorre la SP 35 e si attraversano i centri abitati di Simaxis e Usellus. Quindi si giunge al quadrivio di Escovedu. Da qui si lascia la strada provinciale e ci si immette sulla SS 442 che conduce al paese di Laconi. La strada risulta abbastanza scorrevole e si percorrono i 60 km in poco meno di un'ora.



A destra:
Nuraghe
Genna 'e Corte
On the right:
Nuraghe
Genna 'e Corte



The territory

The Sarcidano district stretches between the Campidano plain and the Barbagia mountains. Its most important town is Laconi, famous not only for the beauty of its nature and landscape but also for the many prehistoric sites scattered in the area. The town has a fine Museum of sculpted Menhirs. Just outside the town are the 19th-century Castle and Park of the Aymerich family. Laconi was also the hometown of the Capuchin friar Ignatius of Laconi, who was canonized by Pope Pius XII.

*You can collect a map of this area from:
Municipality of Laconi,
Piazza Marconi, 1 - Laconi
(OR)*

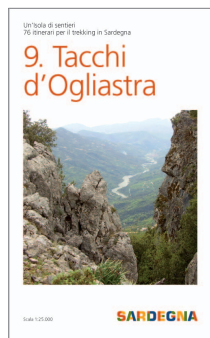
*Contacts for further
information:
Municipality of Laconi
Tel. +39 0782 866200
Sardinian Forestry Agency,
C. F. Sarcidano
Tel. +39 0782 869343*

How to get there

From Oristano, take SP 35 and drive through the villages of Simaxis and Usellus. This will bring you to the Escovedu crossroads. From here, leave the provincial road and take SS 442 as far as Laconi. This is a reasonably easy drive and you should cover the 60 km in slightly less than one hour.

A sinistra:
Parco Aymerich,
castello
On the left:
Aymerich park,
the castle

9. Tacchi d'Ogliastra



La cartina di questo territorio è reperibile presso:

Ente Foreste della Sardegna, Servizio Territoriale di Lanusei, Via Piscinas n.5 Lanusei (OG)
Comune di Ulassai, Via Garibaldi, 41 Ulassai (OG)
Comune di Osini, Via S. Lucia, 1 Osini (OG)

Contatti per informazioni:

Ente Foreste della Sardegna, Servizio Territoriale di Lanusei, Via Piscinas n.5 Lanusei (OG)
Tel. + 39 0782 490700

Il territorio

I Tacchi d'Ogliastra sono monti calcareo-dolomitici dalla tipica conformazione che caratterizzano una porzione importante del territorio ogliastrino. Fra i "Tacchi" è possibile menzionare Perda Liana (Gairo) poiché uno dei più noti. È possibile ricordare anche il Tacco di Monte Tisiddu, il Tacco Arba di Ussassai, il Monte Lumburau, il Monte Arqueri, il Taccu Anguil'e Ferru, Punta Corongiu, il passo di San Giorgio e le grotte di Su Marmuri. Sui Tacchi si possono visitare luoghi selvaggi ed habitat unici, caratterizzati dalla presenza di specie animali e vegetali di particolare interesse. Numerosi gli insediamenti nuragici, tra cui quelli di: Serbissi, Sanu, Urceni, Mela, Is Coccorronis, Pranu e Su Samuccu.

Nel territorio si conservano le antiche attività agropastorali come l'allevamento, la viticoltura e l'artigianato.

Come arrivare

Da Lanusei si prende la SS 198 verso Gairo-Seui. Dopo 12 km si incontra Gairo, lo si attraversa e si prosegue sulla SS 198 per altri 5 Km fino al bivio che porta ai paesi di Osini e Ulassai.



A destra:
Sentiero Genna Filigi,
Anello di Perda Liana
On the right:
Path of Genna Filigi,
Anello di Perda Liana



You can collect a map
of this area from:
Sardinian Forestry Agency,
Lanusei Branch,
Via Piscinas, 5 - Lanusei
(OG)
Municipality of Ulassai,
Via Garibaldi, 41 - Ulassai
(OG) Municipality of Osini,
Via S. Lucia, 1 - Osini (OG)

Contacts for further
information:
Sardinian Forestry Agency,
Lanusei Branch,
Via Piscinas, 5 - Lanusei
(OG) Tel. +39 0782
490700

A sinistra:
Seui, la vecchia sta-
zione
"Anulù - Montarbu"
On the left:
Seui, the old
"Anulù -Montarbu"
railway station

The territory

The Tacchi of Ogliastro, imposing dolomitic-limestone outcrops, characterise the landscape of much of the territory of Ogliastro. One of the best known is Perda Liana (Gairo), but we should also mention the Tacco of Monte Tisiddu, Tacco Arba of Ussassai, Monte Lumburau, Monte Arqueri, Taccu Anguil'e Ferru, Punta Corongiu, the pass of San Giorgio and the caves of Su Marmuri. The Tacchi preserve unspoilt nature providing unique habitats to a for a rich variety of wildlife and flora. The area has a number of Nuraghic sites, such as Serbissi, Sanu, Urceni, Mela, Is Cocorronis, Pranu and Su Samuccu. The area's traditional agro-pastoral economy is still thriving, the main activities being free-range stock raising, grape growing and handicraft production.

How to get there

From Lanusei take SS 198 in the direction of Gairo-Seui. After 12 km you will reach Gairo, drive through it and continue along SS 198 for another 5 km, until the turnoff leading until the turning for the villages of Osini and Ulassai.

10. Barbagia di Seulo



La cartina di questo territorio è reperibile presso:

Ente Foreste della Sardegna via Santa Croce, 20 Sadali.
Ente Foreste della Sardegna Complesso Forestale di Montarbu

Contatti per informazioni:

Ente Foreste della Sardegna Sadali:
Tel. +39 0782 59359.
Ente Foreste della Sardegna Complesso Forestale di Montarbu
Tel. +39 0782 55855

Il territorio

La Barbagia di Seulo è un territorio ricco di risorse naturali che merita di essere conosciuto ed esplorato. Il territorio è prevalentemente montuoso e collinare ed è quasi disabitato nelle aree più impervie. Numerosi sono i fenomeni carsici: grotte, inghiottitoi, cunicoli. Tra le più note la Grutta de is janas di Sadali, considerata tra le più belle grotte della Sardegna. L'area riveste un'importanza naturalistica elevatissima. Ne è un esempio la splendida Foresta demaniale di Montarbu un'incontaminata oasi ambientale di quasi 3000 ha in cui si possono ammirare molte specie endemiche della flora e della fauna sarda nonché ampi tratti di boschi secolari e alberi monumentali che si ergono nelle vallate o tra i dirupi rocciosi. Luogo ideale per gli appassionati di escursionismo.

Come arrivare

Da Cagliari percorrendo la SS 131 sino al bivio di con la SS 128 direzione Senorbì. Si percorre la SS 128 fino al bivio con la SS 198 direzione Sadali-Seui. Dopo 32 km si raggiunge Sadali. Proseguendo per 9 km si arriva a Seui; superato il paese dopo circa 4 km si svolta a sinistra e seguendo i cartelli indicatori si giunge alla sede del Complesso Forestale di Montarbu.



A destra:
Seulo, cascata di Su
stampu e su Turrunu
On the right:
Seulo, water fall
of Su stampu e su
Turrunu



*You can collect a map
of this area from:*
Sardinian Forestry Agency,
via Santa Croce, 20
Sadali (CA)
Ente Foreste della
Sardegna C. F. Montarbu

*Contacts for further
information:*
Sardinian Forestry
Agency - Sadali
Tel. +39 070 59359
Ente Foreste della
Sardegna C. F. Montarbu
Tel. +39 0782 55855

The territory

The Barbagia of Seulo is a territory with a rich natural heritage to explore and discover. It is mainly mountainous and hilly and its most rugged areas are almost uninhabited. There are numerous karst formations: caves, sinkholes, underground passages. Amongst the best known is the Grutta de is janas at Sadali, considered one of the most beautiful caves in Sardinia. This area is of outstanding natural value, since its geographical isolation led to the development of a large number of species exclusive to Sardinia. Its plant life includes endemic and rare species, as well as large stretches of secular woodland and monumental trees to be found in the valleys and ravines. Thanks to its varied habitats, the area is home to a rich cross section of the island's wildlife.

How to get there

A sinistra:
Foresta Cannas,
sentiero
On the left:
Cannas forest, a trail

From Cagliari take SS 131 as far as the turning for SS 128 in the direction of Senorbì. Continue along SS 128 as far as the intersection with SS 198 and follow the directions for Sadali-Seui. After 32 km you will reach Sadali. Estimated time: 1 hr 37 min.

11. Iglesiente



Le informazioni e le cartine di questo territorio sono reperibili presso:

Cantiere forestale
"Portixeddu"
loc. Portixeddu, SP 83
Buggerru (CI)
Tel. + 39 0781 54934;
Complesso Forestale
"Marganai" Iglesias
Tel. + 39 0781 20068;
Comune di Buggerru
Via Roma, 59 (CI)
Tel. + 39 0781 54104;
"Buggerru Ospitalità" via
Marina, 37
"Locali ex Centrale"
Tel. + 39 0781 350103

Il territorio

La zona dell'Iglesiente è dotata di un notevole patrimonio naturalistico che unisce il mare al paesaggio costiero. L'intera area è particolarmente ricca di una rete di sentieri e di un tessuto viario rurale, testimonianza sia dell'attività mineraria che di quella dei boscaioli toscani nell'800. I sei sentieri proposti costituiscono una rete escursionistica che consente di visitare il territorio di Buggerru offrendo scorci culturali e di paesaggio che vanno dagli insediamenti paleolitici al periodo punico e alla colonizzazione pisana, fino ai giorni nostri. In modo particolare le miniere ma anche le numerose aree naturalistiche e geologiche presenti, come ad esempio i boschi di Pino domestico e di Quercia spinosa, i canyon di Gutturu Cardaxius e le conformazioni rocciose a strapiombo che caratterizzano la costa.

Come arrivare

Da Cagliari si percorre la SS 130 direzione Iglesias. Si prosegue sulla SS 126 fino all'intersezione con la SP 83; si prosegue su quest'ultima fino a Buggerru. Tempo previsto 1 ora e 41 minuti.



A destra:
Panoramica sulla costa
On the right:
View of Coast



You can collect a map
of this area and further
information from:

Portixeddu Forestry
Station, locality
Portixeddu, SP 83 -
Buggerru (CI)
Tel. +39 0781 54934
Marganai Forestry Station
- Iglesias
Tel. +39 0781 20068
Municipality of Buggerru,
Via Roma, 59
Buggerru (CI)
Tel. +39 0781 54104
"Buggerru Ospitalità"
via Marina, 37 "Locali ex
Centrale" - Buggerru
Tel. +39 0781 350103

A sinistra:
Buggerru, costa
On the left:
Buggerru, coast

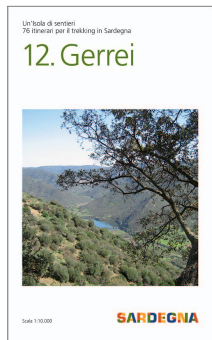
The territory

The Iglesiente area boasts a remarkable natural heritage both in the hinterland and along the coast. The area is rich in a network of trails and country roads, linked to the old mining sites and the activity of the Tuscan loggers and woodcutters who lived and worked here in the 19th century. The six trails we suggest form a network across the territory of Buggerru enabling you to discover heritage and scenic sites ranging from Palaeolithic settlements to the Punic period, to the period of Pisan colonisation, up to the present time. In addition to the sites linked to the long mining history of this district, there are also many areas of natural and geological interest, including woods of umbrella pine and scarlet oak, the canyons of Gutturu Cardaxius and the sheer rocky cliffs along the coasts.

How to get there

From Cagliari take SS 130 in the direction of Iglesias. Then take SS 126 as far as the intersection with SP 83; continue as far as Buggerru. Estimated time: 1 hr 41 min.

12. Gerrei



La cartina di questo territorio è reperibile presso:

Comune di Villasalto:
Corso Repubblica, 57
Villasalto (CA)

Contatti per informazioni:

Comune di Villasalto:
Tel. +39 070 95690202
Ente Foreste della
Sardegna: Centro di
cantiere Cea Romana:
Tel. +39 070 956545

Il territorio

L'area del Gerrei, e in particolare l'altopiano di Villasalto, ha rappresentato per secoli un importante crocevia di raccordo fra le aree montane più interne e le zone a valle del Flumendosa, nel quale avveniva il transito del bestiame nel corso dei trasferimenti stagionali. L'attività agropastorale in tempi moderni, si è intersecata con l'attività mineraria che a metà del ventesimo secolo ha determinato un forte incremento della popolazione e lo sviluppo dell'insediamento urbano. I quattro sentieri proposti offrono una suggestiva visione di quella che un tempo era la vita degli abitanti di Villasalto caratterizzata da attività agro-pastorali e fortemente segnata dall'apertura e poi chiusura negli anni ottanta della miniera di Su Suergiu. Tutto questo incastonato in uno splendido contesto naturalistico in cui non mancano sorgenti d'acqua pura, aree boscate, bastioni calcarei e grotte carsiche famose per la presenza del Geotritone.

Come arrivare

Da Cagliari si arriva a Villasalto percorrendo la SS 387 e attraversando il centro abitato di Sant'Andrea Frius. Giunti a San Nicolò Gerrei si lascia la strada statale e si imbocca la strada provinciale che conduce a Villasalto e Armungia. Nonostante i tornanti la strada risulta mediamente scorrevole e si percorrono i 64 chilometri in poco meno di un'ora.



A destra:
Panorama della valle
del Flumendosa
On the right:
Flumendosa, panorama



You can collect a map of
this area from:
Municipality of Villasalto,
Corso Repubblica, 57
Villasalto (CA)

Contacts for further
information:
Municipality of Villasalto
Tel. +39 070 95690202
Sardinian Forestry Agency,
Cea Romana Station
Tel. +39 070 956545

A sinistra:
Vedetta
di Monte Genis
On the left:
*Lookout point
of Mount Genis*

The territory

The Gerrei area, and in particular the Villasalto plateau, has for centuries been an important crossroads between the interior mountain areas and the Flumendosa valley, for the seasonal transhumance of flocks and herds. Traditional farming and pastoral activity were flanked in modern times by mining activity, which in the 1950s led to a significant increase in population and the development of urban centres. The four suggested trails provide a fascinating insight into the traditional life of the people of Villasalto, marked by farming and pastoral activity and later by the opening of the Su Suergiu mine, which was closed down in the 1980s. All landmarks and heritage sites are set in a splendid natural environment, with abundance of pure springs, wooded areas and karst caves famous for the presence of a rare salamander, the Speleomantes Dubois.

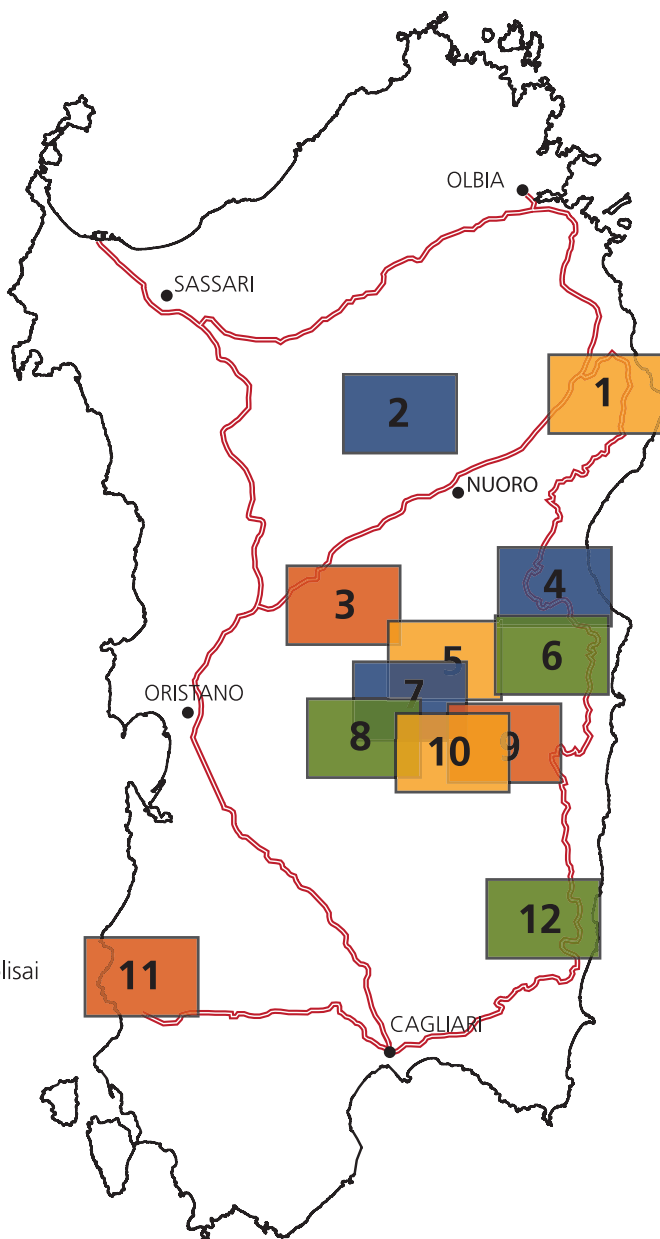
How to get there

From Cagliari make for Villasalto along S.S. 387, driving through Sant'Andrea Frius. Once you reach San Nicolò Gerrei leave the state road and take the provincial road to Villasalto and Armungia. In spite of the bends, this is a relatively easy road and you should manage the 64 km drive in slightly less than one hour.



Nuraghe Ardasai a Seui

Quadro di insieme delle carte escursionistiche dell'Ente Foreste della Sardegna



- 1.** Baronia
- 2.** Goceano
- 3.** Guilcer-Barigadu-Mandrolisai
- 4.** Supramonte Ogliastrino
- 5.** Gennargentu
- 6.** Gennargentu Ogliastrino
- 7.** Barbagia
- 8.** Sarcidano
- 9.** Tacchi d'Ogliastra
- 10.** Barbagia di Seulo
- 11.** Iglesiente
- 12.** Gerrei



UNIONE EUROPEA



REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

ENTE FORESTE DELLA SARDEGNA

www.sardegnaforeste.it

Progetto finanziato dall'Unione Europea
POR Sardegna 2000/2006, Misura 4.14b

