

# Guida delle spiagge

della provincia dell'Ogliastra



## *Guide of the beaches*

*of the province of Ogliastra*



Provincia dell'Ogliastra  
Assessorato al Turismo



Sistema Turistico Locale  
OGLIASTRA

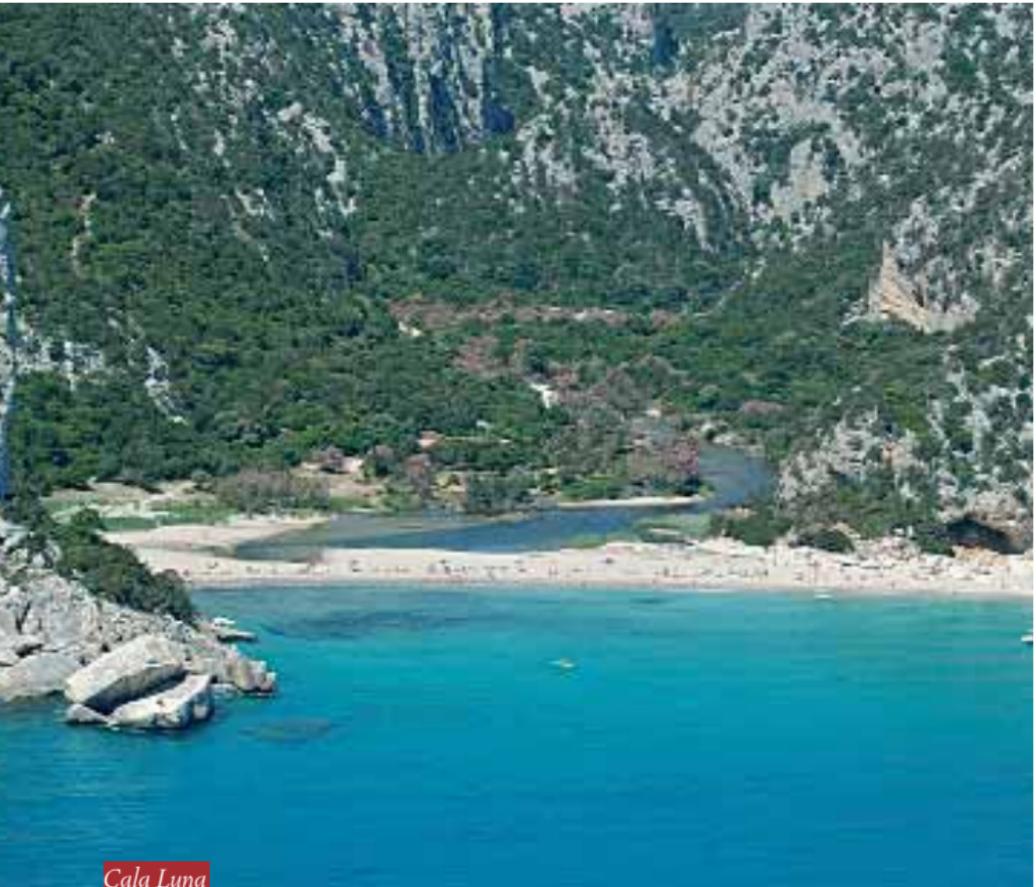
# **Guida delle spiagge**

della provincia dell'Ogliastra

---

*Guide of the beaches*

*of the province of Ogliastra*



*Cala Luna*



*Cala Sisine*



## Baunei

### Cala Luna

È quasi certamente la spiaggia più celebre della Sardegna. Il bianchissimo arenile, affacciato su acque blu cobalto, è caratterizzato dalla presenza di ampie grotte naturali e da un boschetto di oleandri rosa.

Si raggiunge via mare, con mezzi propri o tramite escursioni in motobarca con partenza da Santa Maria Navarrese ed Arbatax, oppure via terra, con un trekking a piedi di 4 ore: si parte da Teletottes (venendo da Baunei sulla SS 125, si devia a destra dopo circa 17 km, prima del bivio per Urzulei) e si segue il greto del torrente, la codula di Luna, fino al mare.

**Servizi:** ristorante, bar, noleggio natanti, noleggio ombrelloni e sdraio.

*It is almost certainly the most renowned beach in Sardinia. The dazzling white beach set against cobalt blue waters is characterized by the presence of wide natural caves and a thick growth of pink oleander shrubs.*

*It can be reached by sea, with private boats or through organized boat tours leaving from Santa Maria Navarrese and Arbatax; or by land, with a 4 hour hike: the starting point is Teletottes (coming from Baunei on SS125, turn right after about 17 km, before the turnoff for Urzulei); from there you can follow the stream bed, the codula di Luna, to the sea.*

**Services:** restaurant, café, boat rental, beach chair and umbrella rental.

### Cala Sisine

Adagiata tra due costoni scoscesi, ricoperti di macchia mediterranea dai toni verde scuro, è un'incantevole caletta di sabbia candida che degrada in acque turchine, dai riflessi cangianti.

Dal mare è accessibile con mezzi propri o tramite escursioni in motobarca da Santa Maria Navarrese ed Arbatax. Da terra si può raggiungere a piedi, in 2-3 ore, oppure in auto, lungo il medesimo percorso: si parte dall'altopiano del Golgo, a 8 km da Baunei, e si costeggia il greto del torrente Sisine. L'ultima area di parcheggio è a 5 km dalla spiaggia.

**Servizi:** ristorante, bar.

*Nestled between two sheer rock faces, covered in dark green Mediterranean scrub, it is an enchanting pristine white sand cove which recedes into shimmering turquoise waters.*

*It can be accessed via sea with private boats or through organized boat tours leaving from Santa Maria Navarrese or Arbatax.*

*By land it can be accessed on foot, in 2-3 hours, or by car, along the same route: you start at the Golgo plateau, 8 km from Baunei, and follow the bed of the Sisine stream. The last parking area is 5 km away from the beach.*

**Services:** restaurant, café.

## Cala Biriola

Sovrastata da uno strapiombo roccioso e da un fitto bosco di lecci, è una lingua di sabbia finissima di calcare bianco, impreziosita da un piccolo arco di roccia naturale a pelo d'acqua. La grande varietà dei fondali la rende particolarmente interessante per gli amanti delle immersioni.

Si raggiunge via mare, con mezzi privati o tramite escursioni in motobarca da Santa Maria Navarrese e Arbatax. Da terra è accessibile soltanto a piedi, lungo un percorso di trekking molto impegnativo che parte dall'altopiano del Golgo, a 8 km da Baunei.

**Servizi: assenti.**

*Dominated by a rocky cliff and a thick helm oak forest, it is a strip of extremely fine white limestone sand, enriched by a small natural rock arch that skims the sea's surface. The great diversity of the sea bottom makes it particularly noteworthy for those who love scuba diving.*

*It can be accessed via sea with private boats or through organized boat tours leaving from Santa Maria Navarrese or Arbatax.*

*By land, it can only be reached on foot via a very challenging hike with its starting point on the Golgo plateau, 8 km from Baunei.*

**Services: none.**



**Cala Mariolu**

## Cala Mariolu

Affacciata su un mare color smeraldo, con ricchi e variopinti fondali ideali per le immersioni, è chiamata anche "Ispuligideniè", in sardo pulci di neve, per la forma dei minuscoli sassolini, lisci e bianchi, che compongono la spiaggia. Dall'acqua spuntano alcune rocce calcaree a formare piccoli isolotti.

Si raggiunge via mare, con mezzi propri o tramite escursioni in motobarca da Santa Maria Navarrese e Arbatax, oppure via terra, con un trekking che parte dall'altopiano del Golgo, a 8 km da Baunei; il percorso, di circa 3 ore, è di elevata difficoltà escursionistica.

**Servizi: chiosco-bar aperti in periodo estivo.**



**Cala Biriola**

*Looking out onto an emerald sea with rich and colourful underwater scenery ideal for scuba diving, it is also known as “Ispuligidene” (meaning “snow fleas” in Sardinian) because of the tiny, smooth white pebbles that make up the beach itself. Several limestone rocks emerge from the water, forming little islands.*

*It can be accessed via sea with private boats or through organized boat tours leaving from Santa Maria Navarrese or Arbatax; or by land, through a highly challenging 3 hour hike with a starting point on the Golgo plateau, 8 km from Baunei.*

**Services:** kiosk-cafes open for summer season.

## **Spiaggia dei Gabbiani**

La piccola caletta di sassolini bianchi è circondata dalle alte scogliere di Punta Ispuligi e da pareti calcaree punteggiate di verde della macchia mediterranea, che creano un effetto di grande impatto scenografico. Il mare, celeste e incontaminato, è caratterizzato da bassi fondali da cui emergono scogli bianchi.

Si raggiunge via mare, con mezzi propri o tramite escursioni in motobarca da Santa Maria Navarrese e Arbatax, oppure via terra, percorrendo per il primo tratto il trekking per Cala Mariolu ma, giunti in prossimità del mare, proseguendo verso destra.

**Servizi:** assenti.

*This small white pebble cove is surrounded by the high cliffs of Punta Ispuligi and by limestone rock faces dotted by green Mediterranean scrub, creating a striking, picturesque landscape. The sea, clear blue and unspoiled, is characterized by shallow waters from which white rocks emerge. It can be accessed via sea with private boats or through organized boat tours leaving from Santa Maria Navarrese or Arbatax; or by land, following the hike towards Cala Mariolu in the first stretch and turning right once you approach the sea.*

**Services:** none.

## **Cala Goloritzé**

La bellezza di questa caletta incontaminata, unica nel suo genere per colori e atmosfere, è valsa la nomina di “Monumento Nazionale Italiano”. Delimitata a sud da un arco naturale, la spiaggia è formata da sassolini bianchi che contrastano con il turchese dei fondali da cui sgorgano alcune sorgenti sottomarine.

Si raggiunge via mare, con mezzi



propri o tramite escursioni in motobarca da Santa Maria Navarrese e Arbatax, oppure via terra, con un trekking che parte dall'altopiano del Golgo, a 8 km da Baunei; il percorso dura circa un'ora ed è facilmente praticabile da chi è abituato a camminare, il sito di Cala Goloritzè è sottoposto a vincoli di tutela integrale in quanto individuato come monumento naturale della Sardegna e sito di interesse mondiale da parte dell' Unesco.

**Servizi: assenti.**

*The beauty of this unspoiled cove, truly unique for its colours and ambience, has earned it the title of "Italian National Monument". Bordered by a natural archway to the south, the beach is made up of white pebbles that sharply contrast with the turquoise waters from which several underwater springs surge.*

*It can be accessed via sea with private boats or through organized boat tours leaving from Santa Maria Navarrese or Arbatax; or by land, through a hike with a starting point on the Golgo Plateau, 8 km from Baunei- the trail can be easily followed by those accustomed to walking. The Goloritzè cove site is under total protection because it has both natural monument and Unesco World Heritage site status.*

**Services: none.**

## **Forrola**

A ridosso della roccia calcarea di Pedra Longa, la spiaggetta di Forrola si presenta con ciottoli di diverse dimensioni, levigati dal mare. Poco frequentata, si distingue per le sue acque trasparenti e cristalline che custodiscono magnifici fondali, ambiti dagli amanti della pesca subacquea e dello snorkeling.

Si raggiunge via mare, con mezzi propri o tramite escursioni in motobarca da Santa Maria Navarrese e Arbatax, oppure via terra, tramite un sentiero di circa mezz'ora che parte da Pedra Longa.

**Servizi: assenti.**

*Sheltered by of the limestone Pedra Longa rock, the small Forrola beach is made up of stones of various sizes worn smooth by the sea.*

*Seldom crowded, it stands out because of its crystal clear waters, which harbour magnificent underwater scenery, sought out by scuba diving and snorkelling enthusiasts.*

*It can be accessed via sea with private boats or through organized boat tours leaving from Santa Maria Navarrese or Arbatax; or by land, hiking a half-hour trail with a starting point in Pedra Longa.*

**Services: none.**

## Santa Maria Navarrese

Situata nell'omonimo centro abitato, è un'ampia spiaggia di sabbia a grana media alternata a scogli, orlata dalla vegetazione e ben riparata dai venti. Dominata da una torre costiera spagnola, è chiusa a sud da una scogliera e a nord dal porto turistico, da cui partono le escursioni nelle calette del Golfo di Orosei.

Da Baunei si raggiunge prendendo la SS 125 in direzione sud, dopo 5,5 km svoltare a sinistra sulla SP 63 e percorrerla per 3 km fino a incontrare il paese di Santa Maria Navarrese.

*Servizi: accessibile ai diversamente abili, parcheggio, campeggio, hotel, bar, ristoranti, noleggio ombrelloni e sdraio, noleggio natanti, nuovo porto turistico della Marina di Baunei con i principali servizi per i diportisti.*

*Situated in the homonymous town, it is an expansive beach with alternating patches of medium-grained sand and rocks, fringed by vegetation and shielded from the wind. Dominated by a Spanish coastal tower, it is enclosed by rock formations to the south and a tourist port that serves as a starting point for boat excursions to the Golfo di Orosei's coves to the north.*

*From Baunei, it can be reached by taking SS 125 south, turning left onto SP 63 after 5.5 km, and following that road for 3 km until the edge of the town Santa Maria Navarrese.*

*Services: disabled beach access, parking, camping, hotel, cafes, restaurants, beach chair and umbrella rental, boat rental, new tourist port in the Baunei Marina with standard facilities for visitors.*



## Lotzorai

### Tancau

Caratterizzata dal colore dorato della sabbia, di media grammatura, è un'ampia spiaggia attrezzata che si estende per un lungo tratto di costa. Contornata da un'ombrosa pineta e da bassi fondali, ideali per i giochi dei bambini, si presta a piacevoli e rilassanti passeggiate.

Da Lotzorai si raggiunge prendendo la SS 125 in direzione nord, dopo 600 m svoltare a destra imboccando la SP 63, percorrerla per 2,4 km, quindi svoltare a destra seguendo le indicazioni per Tancau.

*Servizi: accessibile ai diversamente abili, parcheggio, campeggio, hotel, bar, ristorante, noleggio ombrelloni e sdraio.*

*Characterized by the golden colour of the medium-grained sand, it is a large well-equipped beach that extends along a long stretch of coastline. Bordered by a shady pine forest and featuring shallow waters ideally suited for young children to play in, it is perfect for pleasant and relaxing walks. From Lotzorai*



*Lido delle Rose*

*it can be reached by taking SS 125 north, turning right onto SP63 after 600 m, following that road for 2.4 km, and finally turning right, looking out for signs to Tancau.*

**Services:** disabled beach access, parking, camping, hotel, café, restaurant, beach chair and umbrella rental.

## **Pollu**

È la continuazione naturale della spiaggia di Tancau, di cui mantiene il colore dorato della sabbia e i vasti spazi. Le acque antistanti, limpide e cristalline, sono molto pescose. È l'ideale per chi ama la tranquillità.

Per raggiungerla, uscire dal centro abitato di Lotzorai, al bivio di Donigala andare a sinistra e seguire le indicazioni per la spiaggia.

**Servizi:** accessibile ai diversamente abili, parcheggio, campeggio, bar, ristorante, noleggio ombrelloni e sdraio, noleggio natanti.

*It is the natural continuation of Tancau beach, with which it shares the golden colour of the sand and the wide open spaces. The surrounding waters, crystal clear and clean, are excellent fishing grounds. It is ideal for those who love peace and quiet. You can reach it by exiting the town Lotzorai, turning left at the Donigala crossroads and following directions to the beach.*

**Services:** disabled beach access, parking, camping, bar, restaurant, beach chair and umbrella rental, boat rental.

## **Lido delle Rose**

Orlata da una fitta pineta, ombra riposante nelle ore più calde, è un'ampia spiaggia di sabbia chiara che si stende davanti a un mare cristallino e pescoso, con fondo sabbioso, dal quale emerge il pittoresco scoglio di porfido rosso, l'isolotto d'Ogliastra. I bassi fondali si prestano a piacevoli passeggiate a mezz'acqua e a lunghe nuotate.

Per raggiungerla, uscire dal centro abitato di Lotzorai, al bivio di Donigala andare a sinistra, quindi subito a destra seguendo le indicazioni per la spiaggia.

**Servizi:** accessibile ai diversamente abili, parcheggio, campeggio, bar, ristorante, noleggio ombrelloni e sdraio, noleggio natanti.

*Bordered by a thick pine forest, offering relaxing shade during the hottest hours of the day, it is a large light-coloured sandy beach extending before crystal clear waters excellent for fishing. A picturesque red porfid rock (Ogliastra's little island) emerges from the sandy seabed. The shallow waters are perfect for wading or long swims.*

*To reach it, exit the town Lotzorai, turn left at the Donigala crossroads, and then take an immediate right, following signs to the beach.*

**Services:** disabled beach access, parking, camping, café, restaurant, beach chair and umbrella rental, boat rental.

## **Iscrixedda**

È la continuazione a sud della lunga spiaggia dorata del Lido delle Rose, e termina in prossimità della foce del Rio Girasole. Rinfrescata da una bella pineta alle spalle, che ospita il campeggio omonimo, è il luogo ideale per trascorrere rilassanti giornate al mare.

Per raggiungerla, uscire dal centro abitato da Lotzorai, al bivio di Donigala andare a sinistra, quindi subito a destra e seguire le indicazioni per il campeggio Iscrixedda.

*Servizi: accessibile ai diversamente abili, parcheggio, campeggio, bar, ristorante, noleggio ombrelloni e sdraio, noleggio natanti.*

*It is the natural continuation of the long golden beach Lido delle Rose and it ends towards the mouth of the Rio Girasole. Shaded by a beautiful pine forest in the back which is home to the homonymous campground, it is an ideal place to spend relaxing days by the sea.*

*To reach it, leave the town Lotzorai, turn left at the Donigala crossroads, then take an immediate right and follow signs to Iscrixedda campground.*

*Services: disabled beach access, parking, camping, café, restaurant, beach chair and umbrella rental, boat rental.*

## **Isola Manna**

L'arenile di sabbia dorata, molto grossa e mista a ghiaia, occupa il territorio costiero più a sud di Lotzorai, affacciato su un tratto di mare incantevole. Il contrasto cromatico tra il verde della pineta alle spalle e l'azzurro cangiante dell'acqua, fa della spiaggia un'oasi particolarmente gradevole e rilassante.

Da Lotzorai, si raggiunge prendendo la SS 125 in direzione sud e seguendo le indicazioni per lo stagno di Tortoli, a ridosso del quale si trova la spiaggia.

*Servizi: parcheggio, bar, noleggio ombrelloni e sdraio, noleggio natanti.*

*This golden beach, made up of large-grained sand mixed with pebbles, occupies the coastal area south of Lotzorai and faces an enchanting stretch of sea. The colour contrast between the green of the pine forest in the back and the shimmering blue hues of the water makes this beach a remarkably pleasant and relaxing oasis.*

*From Lotzorai, it can be reached by taking SS 125 south and following signs to Tortoli Pond (Stagno di Tortoli), which is contiguous to the beach.*

*Services: parking, café, beach chair and umbrella rental, boat rental.*

## Tortoli

### Spiaggia Riva di Ponente

Conosciuta anche con il nome di “La Capannina”, è delimitata a nord dal porto di Arbatax e dallo stagno di Tortoli. È una spiaggia molto ampia, di sabbia bianca e fine, dove è piacevolissimo stare anche per godere della vista meravigliosa, che arriva ad abbracciare le cime del Supramonte.

Da Tortoli si raggiunge percorrendo la SS 125dir fino alla località di Arbatax; la spiaggia si trova esattamente alle spalle del porto.

**Servizi:** parcheggio, bar.

*Also known as “La Capannina”, it is bordered by the Arbatax seaport to the north and by the Tortoli pond. It is a very large white sand beach. It is wonderful to enjoy the beautiful view there, which includes the peaks of the Supramonte mountains.*

*From Tortoli it can be reached by taking SS125dir to Arbatax; the beach is precisely in the back of the seaport area.*

**Services:** parking, café.

### Baia di Calamosesca

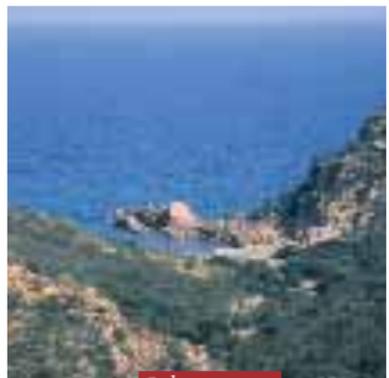
La suggestiva caletta è incastonata tra imponenti rocce e scogli dalle sfumature rossastre tipiche di questo tratto di costa, che si riflettono nelle acque cristalline creando luci e contrasti di rara bellezza. È particolarmente apprezzata dagli amanti di pesca subacquea per via degli splendidi fondali, ricchi di vegetazione sottomarina.

Da Tortoli si raggiunge percorrendo la SS 125dir fino alla località di Arbatax; in prossimità del porto, seguire le indicazioni per Cala Moresca, a cui si accede tramite una scalinata in cemento.

**Servizi:** parcheggio, hotel, bar, ristorante, noleggio ombrelloni e sdraio, noleggio natanti.

*This picturesque cove is nestled between imposing reddish rocks typical of this stretch of coastline.*

*Their reflection in the crystal clear waters creates*



Calamosesca

Porto Frailis

*contrast and tricks of light of rare beauty. It is particularly appreciated by deep-sea fishing enthusiasts because of the amazing underwater scenery, rife with marine vegetation.*

*From Tortoli it can be reached by following SS125dir until Arbatax and looking out for directions to Calamosca near the port. You access the beach by climbing down a concrete staircase.*

**Services: parking, hotel, café, restaurant, beach chair and umbrella rental, boat rental.**

## **Baia di Porto Frailis**

Riparata dai venti e delimitata da scogli piatti sia a nord che a sud, è una piccola insenatura di sabbia argentea che si apre tra i graniti della costa, a sud di Capo Bellavista. Riservata e ben protetta dai venti, offre tranquillità e relax, ma anche divertimento agli amanti degli sport acquatici.

Da Tortoli si raggiunge percorrendo la SS 125dir fino alla località di Arbatax; in prossimità del porto, seguire le indicazioni per Porto Frailis.

**Servizi: parcheggio, campeggio, hotel, bar, ristorante, noleggio ombrelloni e sdraio, noleggio natanti.**

*Shielded from the wind and bordered by flat rocks to both north and south, it is a small inlet of silvery sand stretching out between the granite formations along the coast, south of Capo Bellavista. Secluded and well protected from the wind, it offers peace and quiet as well as fun for water sports enthusiasts.*

*From Tortoli it can be reached by following SS125dir to Arbatax and looking for signs to Porto Frailis around the seaport.*

**Services: parking, camping, hotel, café, restaurant, beach chair and umbrella rental, boat rental.**

## **Golfo di San Gemiliano**

La splendida baia di sabbia dorata si estende per più di 2 km

intorno al Golfo di San Gemiliano, dominato dalla torre omonima e impreziosito da una ricca vegetazione a macchia mediterranea. Esposta ai venti, è un vero paradiso per i windsurfisti.

Da Tortoli seguire la SS 125dir, quindi, prima di entrare nell'abitato di Arbatax, svoltare a destra in via San Gemiliano, una strada in leggera salita che



**San Gemiliano**

porta alla torre; tutte le traverse a destra conducono al golfo, al centro del quale si trova la spiaggia.

**Servizi:** *accessibile ai diversamente abili, parcheggio, hotel, bar, ristorante, noleggio ombrelloni e sdraio, noleggio natanti.*

*This magnificent golden sand beach extends for over 2 km around the Gulf of San Gemilano, its beauty enhanced by the homonymous tower that rises up above it and the lush Mediterranean vegetation. Exposed to the wind, it is a real windsurfer's paradise.*

*From Tortoli, follow SS125dir; then, before entering the town Arbatax, turn right onto Via San Gemiliano, a slightly uphill road leading to the tower; all the cross-streets to the right lead to the gulf at the centre of which the beach is located.*

**Services:** *disabled beach access, parking, hotel, café, restaurant, beach chair and umbrella rental, boat rental.*

### **Spiaggia di Sos Flores**

È la spiaggia più meridionale del Golfo di San Gemiliano. Si presenta con sabbia a grani medi e uniformi dalle sfumature dorate, ridossata da una ricca vegetazione di macchia mediterranea e affacciata su un mare cristallino, con fondali bassi e sabbiosi. Ha una vita notturna molto animata.

Da Tortoli, seguire la SS 125dir, quindi svoltare a destra verso l'aeroporto e seguire le indicazioni per il campeggio Sos Flores.

**Servizi:** *accessibile ai diversamente abili, parcheggio, campeggio, hotel, bar, ristoranti, noleggio ombrelloni e sdraio, noleggio natanti.*

*It is San Gemiliano Gulf's southernmost beach. It is made up of golden, evenly sized medium-grained sand. Set against a backdrop of flourishing Mediterranean scrub, it looks out onto a crystal clear sea with a shallow and sandy bottom. It features a very lively nightlife. From Tortoli, follow SS125dir, turn right towards the airport and follow signs to Sos Flores campground.*

**Services:** *disabled beach access, parking, camping, hotel, café', restaurant, beach chair and umbrella rental, boat rental.*

### **Prima Spiaggia di Orri**

Con la sua sabbia fine dai riflessi argentei che degrada lentamente in un mare dagli innumerevoli cromatismi, è il tratto più a nord del Lido di Orri. La spiaggia è molto vasta ed è alternata a scogli di granito grigio levigati dal mare.

Per raggiungerla, uscire dal centro abitato di Tortoli lungo via Garibaldi, dopo 500 m svoltare a sinistra e continuare per circa 3,5 km, fino a raggiungere il mare: sulla sinistra si incontra la prima spiaggia di Orri.

**Servizi:** *parcheggio, bar, noleggio ombrelloni e sdraio, noleggio natanti.*



*Located in the northernmost section of the Lido di Orri, this fine-grained silvery beach seems to melt into the sea's kaleidoscope of colours. It is very large and contains sectors of grey granite rocks worn smooth by the sea.*

*To reach it, leave the town Tortolì on via Garibaldi, turn left after 500 m and follow that road for about 3,5 km until you see the sea: to your left you will see the first Orri beach.*

**Services:** parking, café, beach chair and umbrella rental, boat rental.

## Lido di Orri

Gioiello della costa ogliastrina, è una spiaggia di sabbia bianca, finissima, lunga una quindicina di chilometri e intervallata da alcuni scogli che creano deliziose insenature e calette. Considerata una delle spiagge più pulite e belle della Sardegna, è caratterizzata da bassi fondali e da acque color celeste chiarissimo.

Per raggiungerla, uscire dal centro abitato di Tortolì lungo via Garibaldi, dopo 500 m svoltare a sinistra e continuare per circa 3,5 km, fino a raggiungere la spiaggia.

**Servizi:** parcheggio, campeggio, bar, ristoranti, noleggio ombrelloni e sdraio, noleggio natanti.

*A jewel of the Ogliastra coast, it is a white fine-grained beach, about fifteen kilometres long, broken up by rock formations that form delightful little inlets and coves. It is considered one of Sardinia's cleanest and most beautiful beaches, and it is characterized by shallow waters and a crystal clear, very light blue sea.*

*To reach it, leave Tortolì town on via Garibaldi, turn left after 500 m and follow that road for about 3,5 km, until you reach the beach.*

**Services:** parking, camping, café, restaurant, beach chair and umbrella rental, boat rental.

## Foxilioni

Continuazione naturale del Lido di Orri, il lungo arenile di sabbia bianca e fine è protetto da dune punteggiate qua e là dal verde della macchia mediterranea. I bassi fondali e le acque trasparenti ne fanno una meta particolarmente apprezzata dagli amanti dello snorkeling.

Per raggiungerla, uscire dal centro abitato di Tortolì lungo via Garibaldi, dopo 500 m svoltare a sinistra, continuare per circa 3,5 km, superare le spiagge del Lido di Orri, quindi seguire le indicazioni per Foxilioni.

**Servizi:** accessibile ai diversamente abili, parcheggio, bar, ristorante, noleggio ombrelloni e sdraio, noleggio natanti.



Foxilioni

*The natural continuation of the Lido di Orri, this long stretch of white sandy beach is protected by dunes and dotted with the green hues of the Mediterranean vegetation. Its shallow, clear waters make it a favourite destination of snorkelling enthusiasts.*

*To reach it, leave Tortoli town on via Garibaldi, turn left after 500 m and follow that road for about 3,5 km, pass the Lido di Orri beaches, and then follow signs to Foxilioni.*

**Services:** disabled beach access, parking, café, restaurant, beach chair and umbrella rental, boat rental.

## **Il Golfetto**

L'acqua trasparente, la sabbia candida e finissima, il verde intenso della vegetazione a ridosso, fanno di questa spiaggia il fiore all'occhiello del Lido di Orri. Incantevole e incontaminata, si affaccia su acque dai colori cangianti, con fondali ricchi di vita sottomarina da esplorare con maschera e pinne.

Per raggiungerla, uscire dal centro abitato di Tortoli lungo via Garibaldi, dopo 500 m svoltare a sinistra, continuare per circa 3,5 km, superare le spiagge di Orri fino a incontrare un rettilineo dove si nota una roccia con la scritta "Il Golfetto" sulla sinistra.

**Servizi:** parcheggio, bar, noleggio ombrelloni e sdraio.

*The clear water, the super-fine pure white sand and the intense green colour of the surrounding vegetation make this beach the most prized spot in the Lido di Orri. It is enchanting and unspoiled, and stretches out towards brightly shimmering water rich in sea life ready to be explored with snorkelling gear.*

*To reach it, leave Tortoli town on via Garibaldi, turn left after 500 m and follow that road for about 3,5 km, past the Orri beaches and to a straight stretch of road along which you will see a rock bearing the sign "Il Golfetto" to your left.*

**Services:** parking, café, beach chair and umbrella rental.



## **Tortoli-Barisardo**

### **Spiaggia di Cea**

Particolarmente amata dai tuffatori per la presenza, a pochi metri della riva, dei due faraglioni di porfido rosso - is scoglius arrubius - la lunga striscia di sabbia fine e bianca si estende per oltre 1 km. Intervallata da scogli piatti, è orlata alle spalle da una fresca vegetazione, in un insieme cromatico di rara bellezza.

Da Tortoli, prendere la SS 125 verso sud e dopo circa 6 km svoltare a sinistra; percorrere altri 3 km fino a raggiungere l'abitato di Cea e quindi la spiaggia, ben segnalata.

Da Barisardo, prendere la SS 125 verso nord e dopo circa 3 km, svoltare a destra; percorrere altri 3 km fino a raggiungere l'abitato di Cea e quindi la spiaggia, ben segnalata.

**Servizi:** parcheggio, bar, noleggio ombrelloni e sdraio, noleggio natanti.

*Particularly appreciated by diving enthusiasts because of two red porfid cliffs near the shore - "is scoglius arrubius" - it is a long strip of fine white sand extending for over 1 km. Broken up by flat rocks, it is bordered by shady vegetation, creating a colourful effect of rare beauty.*

*From Tortoli, take SS 125 south and turn left after about 6 km; keep going for another 3 km until you reach the town Cea and then the beach, which is clearly marked by signs.*

*From Barisardo, take SS 125 north and after about 3 km turn right; keep going for about 3 km until you reach the town Cea and then the beach, which is clearly marked by signs.*

**Services:** parking, café, beach chair and umbrella rental, boat rental.

## Barisardo

### Punta Niedda

La spettacolare lingua di scogli di Punta Niedda è la conclusione naturale della spiaggia di Cea, al cui candore si sovrappone il nero delle rocce basaltiche di origine vulcanica. Le acque in cui specchia la scogliera sono ricchissime di flora e fauna, ideali per chi ama le immersioni e lo snorkeling. Dal centro abitato di Barisardo, andare verso la località Torre di Bari; dopo circa 3 km svoltare a sinistra verso Cea, lungo la strada che attraversa l'altopiano basaltico di Teccu; giunti all'incrocio, svoltare a sinistra; pochi metri prima della deviazione per Cea girare a destra in una strada sterrata che conduce a Punta Niedda.

**Servizi:** parcheggio.

*This spectacular strip of rocks at Punta Niedda is Cea beach's endpoint. Its whiteness contrasts sharply against the black volcanic basalt rocks. The surrounding waters are flourishing with flora and fauna, making them ideal for diving and snorkelling enthusiasts.*

*From Barisardo town, go towards Torre di Bari; after about 3 km turn left towards Cea, along the road that stretches across the basalt Teccu plateau; once you arrive at the crossroads, turn left; a few meters before the turnoff to Cea turn right onto a dirt road that leads to Punta Niedda.*

**Services:** parking.

### Punta Su Mastixi

Selvaggia e solitaria, la scogliera di Punta Su Mastixi si estende tra



Punta Niedda e la caletta di S'Abba e S'Ulimu. Le falesie scure, alte alcune decine di metri, si ergono davanti a un mare dai colori unici, con riflessi che mutano dall'azzurro chiarissimo al blu cobalto. La vista, impagabile, spazia da Capo Sferracavallo a Capo Monte Santo. Dal centro abitato di Barisardo, andare verso la località Torre di Bari; dopo circa 3 km svoltare a sinistra verso Cea, lungo la strada che attraversa l'altopiano basaltico di Teccu; giunti all'incrocio, proseguire dritto fino a Punta Su Mastixi.

**Servizi:** parcheggio.

*Wild and secluded, this rocky section of coast at Su Mastixi Point stretches from Punta Niedda to the coves S'Abba e S'Ulimu. Le dark cliffs, several tens of meters high, jut up before of a uniquely coloured sea that shines with shades that go from the lightest of blues to deep cobalt. The priceless view stretches from Sferracacallo Cape to Monte Santo Cape.*

*From Barisardo town, go towards Torre di Bari; after about 3 km turn left towards Cea, along the road that stretches across the basalt plateau of Teccu; once you arrive at the crossroads, keep going straight until you reach Su Mastixi point.*

**Services:** parking.

## S'Abba e S'Ulimu

È una cala molto suggestiva, delimitata da pareti basaltiche che si tuffano nel mare creando un gioco spettacolare di luci e colori. Alle spalle si sviluppa l'altopiano di Teccu, ricoperto da una fitta vegetazione che scende quasi fino al mare. La scogliera a nord presenta stupende piscine naturali.

Dal centro abitato di Barisardo, andare verso la località Torre di Bari; dopo circa 3 km svoltare a sinistra verso Cea, lungo la strada che attraversa l'altopiano basaltico di Teccu; giunti all'incrocio, svoltare a sinistra e pochi metri prima della deviazione per Cea girare a



Spiagge di Bari



Torre di Bari

destra in una strada sterrata che conduce a Punta Niedda: la cala si trova a ridosso di quest'ultima.

**Servizi:** parcheggio.

*It is a very striking cove enclosed by basalt rock faces that plummet into the sea, creating a spectacular colour and light show. To the back, the Teccu plateau rises up covered in thick vegetation that nearly reaches the sea. The rocky shores to the north create amazing natural pools.*

*From Barisardo town, go towards Torre di Bari; after about 3 km turn left towards Cea, along the road that stretches across the basalt Teccu plateau; once you arrive at the crossroads, turn left and, a few meters before the turnoff to Cea, turn right onto a dirt road that leads to Niedda Point; the cove is next to the aforementioned Point.*

**Services:** parking.

## Torre di Bari

Lunga circa 8 km e larga un centinaio di metri, è divisa in due dal promontorio con la torre spagnola che domina il lungo tratto di mare. La parte a nord è di sabbia grossa di colore ocra, quella a sud di sassolini grigi e sabbia fine. Soleggiata fino al tramonto, è lambita da acque azzurre con fondali ricchi e colorati.

Dal centro abitato di Barisardo, si raggiunge seguendo le indicazioni per la località Torre di Bari, da cui dista circa 4 km.

**Servizi:** accessibile ai diversamente abili, parcheggio, campeggi, hotel, bar, ristoranti, noleggio ombrelloni e sdraio, noleggio natanti.

*About 8 km long and one hundred meters wide, it is divided in two by the promontory with the Spanish tower that looks out over this stretch of sea. The northern area has large-grained ochre-coloured sand, while the southern section is made up of grey pebbles and fine sand. It stays sunny until sunset and is lapped by azure waters with a lively and colourful sea floor.*

*From Barisardo town, you can reach it by following signs to Torre di Bari, which is about 4 km away.*



Sa Marina

Services: disabled beach access, parking, camping, hotel, café, restaurant, beach chair and umbrella rental, boat rental.

## Sa Marina

Delimitata a sud dal promontorio granitico che la separa dalla spiaggia di Torre di Bari, è caratterizzata da sabbia chiara mista a ciottoli, affacciata su acque cristalline con tonalità azzurre particolarmente intense. Ben esposta ai venti, è molto apprezzata dai surfisti e dai kites.

Dal centro abitato di Barisardo, si raggiunge seguendo le indicazioni per la località Torre di Bari, a circa 4 km; da qui seguire le indicazioni per Sa Marina.

*Services: accessibile ai diversamente abili, parcheggio, campeggi, hotel, bar, ristoranti, noleggio ombrelloni e sdraio, noleggio natanti.*

*Bordered to the south by the granite promontory that divides it from the Torre di Bari beach, it is characterized by light-coloured sand mixed with shingles as well as by its crystal clear, intensely azure waters. Exposed to the wind, it is truly appreciated by surfers and kites.*

*From Barisardo town, you can reach it by following directions to Torre di Bari, about 4 km away; from here, follow signs to Sa Marina.*

Services: disabled beach access, parking, camping, hotel, café, restaurant, beach chair and umbrella rental, boat rental.

## Foxi

Prende il nome dalla foce - foxi in sardo - di un torrente che sfocia in questo tratto di mare, caratterizzando la spiaggia con la presenza della tipica vegetazione palustre e di molte specie faunistiche come folaghe, germani reali, aironi. La sabbia, bianca e fine, degrada dolcemente nelle acque verdi e trasparenti.

Dal centro abitato di Barisardo si raggiunge seguendo le indicazioni per Torre di Bari, a circa 4 km; imboccare la strada che conduce alle spiagge fino a trovare l'ingresso per la spiaggia di Foxi.

*Services: parcheggio, campeggi, bar, ristoranti, noleggio ombrelloni e sdraio, noleggio natanti.*

*This beach gets its name from the "mouth"- foxi in Sardinian- of a stream that flows into this stretch of sea, a feature that explains its characteristic wetland vegetation and varied fauna, including coots, mallards and herons.*

*The sand, white and fine-grained, seems to gently melt into the clear green waters.*

*From Barisardo town, you can reach it by following directions to Torre di Bari, about 4 km away; from there, take the road that leads to the beaches until you see the entrance to Foxi beach.*

Services: parking, camping, café, restaurant, beach chair and umbrella rental, boat rental.

## Pranargia

Orlata da una fresca pineta, l'ampia spiaggia di Pranargia è costituita da sabbia chiara mista a ciottoli e si estende per alcuni chilometri. Poco affollata, è apprezzata dagli amanti della pesca subacquea e dello snorkeling, grazie alla varietà di pesci che popolano i suoi fondali.

Dal centro abitato di Barisardo, si raggiunge seguendo le indicazioni per Torre di Bari, a circa 4 km; imboccare la strada per le spiagge e, dopo aver oltrepassato Sa Marina e Foxi, si incontrano i diversi ingressi alla spiaggia di Pranargia.

**Servizi:** parcheggio, campeggi, bar.

*Bordered by a cool pine forest and extending for several kilometres, the expansive Pranargia beach is formed by light-coloured sand mixed with shingles. It is not very crowded and is a favourite for deep sea fishing and snorkelling enthusiasts thanks to the large variety of fish that populate its waters.*

*From Barisardo town, you can reach it by following directions to Torre di Bari, about 4 km away; from there, take the road that leads to the beaches, go past Sa Marina and Foxi, and take one of several entrances to Pranargia beach.*

**Services:** parking, camping, café.

## Barisardo-Cardedu

### Foddini

È una bella spiaggia di sabbia bianca, abbastanza fine, caratterizzata da un fondale che degrada rapidamente. Esposta ai venti, in particolare allo scirocco, è frequentata dagli appassionati di windsurf e kitesurf, che possono esibirsi nelle acrobazie più spericolate.

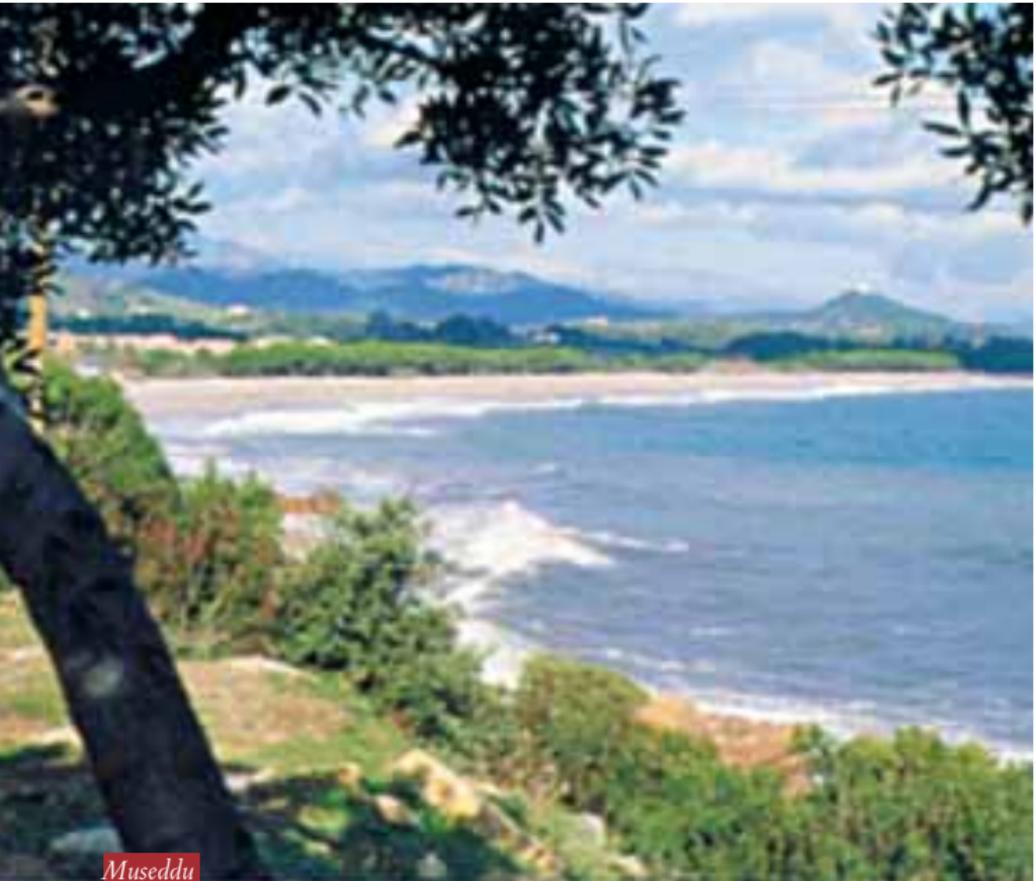
Da Barisardo, prendere la SS 125 in direzione sud e, in prossimità di Cardedu, girare a sinistra verso la località di Buon Cammino, quindi seguire le indicazioni per i campeggi di Pranargia, dopo i quali si trova Foddini.

Dal centro abitato di Cardedu dirigersi verso la località di Buon Cammino, quindi seguire le indicazioni per i campeggi di Pranargia, dopo i quali si trova Foddini.

**Servizi:** parcheggio, campeggi.

*It is a beautiful white, rather fine-grained sandy beach, characterized by its waters, which quickly deepen close to the shore. Exposed to the wind, particularly from the south-east (sirocco), it is frequented by windsurfing and kite surfing enthusiasts, who can show off their most daring and spectacular*





*Museddu*



*Su Sirboni*

*moves here. From Barisardo, take SS 125 south and turn left near Cardedu, towards Buon Cammino; then follow signs for Pranargia campgrounds, after which Foddini is located.*

**Services:** parking, camping.

## Cardedu



### Museddu

Conosciuta anche con il nome di Sa Perda 'e Pera, è una spiaggia di sabbia chiara mista a ghiaia che degrada rapidamente nell'azzurro cangiante del mare su cui si affaccia. Orlata da un bosco di eucalpti, è ideale per passeggiate a piedi o a cavallo ma è frequentata anche dai surfisti e dagli amanti di sport acquatici.

Dal centro abitato di Cardedu, dirigersi verso la località di Buon Cammino e, superato un ponte, seguire le indicazioni per le spiagge di Marina di Cardedu; Museddu è ben segnalata.

**Servizi:** *accessibile ai diversamente abili, parcheggio, campeggio, hotel, bar, ristorante, noleggio ombrelloni e sdraio, noleggio natanti.*

*Also known by the name Sa Perda 'e Pera, it is a light-coloured sand and pebble beach that recedes into bright blue waters. Bordered by a eucalyptus forest, it is perfectly suited for walks on foot or horseback rides and is also a favourite of surfers and water sport enthusiasts. From Cardedu town, go towards Buon Cammino; once you pass the bridge, follow signs to Marina di Cardedu; there are clear signs marking Museddu beach.*

**Services:** disabled beach access, parking, camping, hotel, café, restaurant, beach chair and umbrella rental, boat rental.

### La Spiaggetta

Si trova all'estremità meridionale del tratto di costa rocciosa di Cardedu, caratterizzata da forme frastagliate e dal peculiare colore rossastro delle rocce. La spiaggia è formata da ciottoli piuttosto grossi levigati dal mare e dal vento, ed è orlata da una bassa macchia mediterranea.

Dal centro abitato di Cardedu, dirigersi verso la località di Buon Cammino e, superato un ponte, seguire le indicazioni per le spiagge di Marina di Cardedu; la Spiaggetta si trova dopo la spiaggia di Museddu.

**Servizi:** *noleggio natanti.*

*It is located at the southern tip of Cardedu's rocky coast, and is characterized by jagged shapes and the unmistakable reddish colour of the rocks. The beach is made up of rather large rocks eroded by the sea and wind, and it is fringed by low-growing Mediterranean scrub.*

*From Cardedu town, go towards Buon Cammino; once you pass the bridge, follow signs to Marina di Cardedu; the Spiaggetta can be found after Museddu beach.*

**Services:** boat rental.



## **Gairo**

### **Baccu e Praidas**

Il litorale di Baccu e Praidas si presenta selvaggio e suggestivo, caratterizzato dalla presenza dei porfidi di colore rossastro tipici della zona. Si specchia in acque trasparenti e cristalline, che lasciano intravedere in profondità i coloratissimi fondali popolati da numerosi pesci. Uscire dalla SS 125 in prossimità di Cardedu, svoltando verso Buon Cammino e dopo 3 km girare a destra; percorrere altri 6 km seguendo le indicazioni per il mare: Baccu e Praidas si trova vicino alla Baia di Gairo.

**Servizi:** parcheggio.

*The coastline along Baccu e Praidas is striking and wild, characterized by the red porfid rocks that are typical of this area. It stretches along crystal clear waters; you can see through to the colourful sea bottom, which is teeming with life. Exit SS125 near Cardedu, turning towards Buon Cammino; after 3 km, turn right; keep on that road for another 6 km following signs to the sea: Baccu e Praidas is located near Gairo Bay (Baia di Gairo).*

**Services:** parking.

### **Spiaggia di Su Sirboni**

Davanti ad acque limpide e turchesi, è una caletta di sabbia bianca che pare incastonata tra gli scogli rossi e la folta vegetazione a ridosso, dove un tempo circolavano indisturbati i cinghiali, su sirboni. È frequentata dagli appassionati di pesca subacquea e di snorkeling.

Uscire dalla SS 125 in prossimità di Cardedu svoltando verso Buon Cammino e dopo 3 km girare a destra; percorrere altri 6 km, seguire le indicazioni per il mare tenendosi sempre a destra fino a incontrare una strada in leggera salita. Percorrerla fino alla spiaggia, a cui si accede tramite un sentiero di circa 300 m.

**Servizi:** parcheggio.

*Facing clean turquoise waters, it is a little white sand cove that seems to be wedged between red rocks and thick vegetation, in which boars (su sirboni) used to roam undisturbed.*

*It is frequented by deep sea fishing and snorkelling enthusiasts.*

*Exit SS125 near Cardedu, turning towards Buon Cammino; after 3 km, turn*



Coccorocci

*right; keep on that road for another 6 km following signs to the sea taking care to bear right until you reach a slightly uphill road. Take it all the way to the beach, which can be accessed via a trail that is around 300 m long.*

**Services:** parking.

## **Cala e Luas**

La piccola falce di sabbia bianchissima si apre lungo la scogliera frastagliata e aspra, chiusa da un promontorio di porfido rossastro, in un paesaggio del tutto incontaminato. Alle spalle un piccolo canyon, punteggiato di rosmarini e elicriso, si inoltra a valle, creando un contrasto con il chiarore delle acque sottostanti davvero unico. Uscire dalla SS 125 in prossimità di Cardedu svoltando verso Buon Cammino e dopo 3 km girare a destra; percorrere altri 6 km, seguire le indicazioni per il mare tenendosi sempre a destra fino a incontrare una strada in leggera salita: Cala e Luas si trova poco dopo la spiaggia di Su Sirboni.

**Servizi:** parcheggio.

*It is a crescent-shaped pure-white beach that opens before the jagged, rugged rocks and is cut off by a reddish porfid rock promontory in a truly unspoiled landscape. To the back there is a small canyon that winds towards the valley. Dotted with rosemary and helichrysum plants, it creates a truly exceptional contrast with the bright colours of the sea. Exit SS 125 near Cardedu turning towards Buon Cammino and turn right after 3 km; follow that road for another 6 km, follow signs to the sea taking care to bear right until you reach a slightly uphill road: Cala e Luas is located not far from Su Sirboni beach.*

**Services:** parking.

## **Coccorrocci**

È una bella insenatura orlata dai ginepri, costituita da grossi ciottoli levigati dal mare, dai colori che sfumano dal grigio-verde al rosa. Racchiusa in modo spettacolare dai monti, che quasi a picco incombono sulla spiaggia, grazie alla posizione esposta al vento è meta ideale per i surfisti, ma anche degli amanti della pesca subacquea.

Uscire dalla SS 125 in prossimità di Cardedu svoltando verso Buon Cammino e dopo 3 km girare a destra; percorrere altri 6 km, seguire le indicazioni per il mare tenendosi sempre a destra fino a incontrare una strada in leggera salita, al termine della quale si trova la spiaggia.

**Servizi:** parcheggio, campeggio, bar.

*It is a beautiful inlet bordered by juniper trees. The beach is characterized by large stones worn smooth by the sea that feature shades of colour that go from grey-green to pink. It is nestled spectacularly between mountains that form cliffs that nearly hang over the beach. Because it is quite windswept, it is*

*perfect for windsurfers, but it also a favourite of deep sea fishing enthusiasts. Exit SS 125 near Cardedu turning towards Buon Cammino and turn right after 3 km; follow that road for another 6 km, follow signs for the sea taking care to bear right until you reach a slightly uphill road, at the end of which you will find the beach.*

**Services: parking, camping, café.**

## **Tertenia**

### **Spiaggia di Foxi Manna**

Lunga quasi un chilometro, è una striscia di sabbia chiara abbastanza fine, orlata da una rigogliosa vegetazione. Il mare è caratterizzato da bassi fondali, particolarmente adatti per i bambini ma anche per piacevoli nuotate con maschera e pinne. Da Tertenia, prendere la strada che porta al litorale della Marina di Tertenia; dopo una decina di chilometri, a un bivio, svoltare a sinistra: la spiaggia si trova a circa 1 km.

**Servizi: ampio parcheggio, campeggio, hotel, bar, ristoranti, noleggio ombrelloni e sdraio, noleggio natanti.**

*Nearly a kilometre long, it is a strip of fine, light-coloured sand surrounded by lush vegetation. The waters are shallow, making them particularly suited for*



**Foxi Manna**



*young children but also delightful for anyone who enjoys snorkelling.*

*From Tertenia, take to road that leads to the Marina di Tertenia coast; after around ten kilometres, at the turnoff, turn left: the beach is about 1 km away.*

**Services:** plentiful parking, camping, hotel, café, restaurant, beach chair and umbrella rental, boat rental.

### **Spiaggia di Foxi Murdegu o Melisenda**

È una spiaggia molto naturale e incontaminata, con ampi spazi, costituita da un fondo di sabbia chiara fine mista a ciottoli. Grazie alla buona esposizione ai venti, è meta ideale per i surfisti.

Da Tertenia, prendere la strada che porta al litorale della Marina di Tertenia; dopo una decina di chilometri svoltare a destra, seguendo le indicazioni per la località Foxi Murdegu.

**Servizi:** ampio parcheggio, campeggio, hotel, bar, ristoranti, noleggio ombrelloni e sdraio.

*It is a very natural and unspoiled beach, with wide open spaces and light-coloured fine sand mixed with stones. Thanks to its exposure to the wind, it is perfect for surfers.*

*From Tertenia, take to road that leads to the Marina di Tertenia coast; after around ten kilometres turn right, following signs for Foxi Murdegu.*

**Services:** plentiful parking, camping, hotel, café, restaurant, beach chair and umbrella rental.

© Copyright 2008 by Carlo Delfino editore  
Via Caniga, 29/b - 07100 Sassari  
Tel. +39 079 262661 - Fax +39 079 261926  
[www.carlodelfinoeditore.it](http://www.carlodelfinoeditore.it) - [info@carlodelfinoeditore.it](mailto:info@carlodelfinoeditore.it)  
**[www.madebysardinia.it](http://www.madebysardinia.it)**

La riproduzione anche parziale deve essere autorizzata dall'Editore  
*No part of this brochure can be reproduced without the prior permission of the editor*

Coordinamento editoriale/*Publishing coordination*: Giovanna De Murtas  
Progetto grafico e testi/*Graphic project and texts*: essegierre srl, Cagliari  
Traduzioni/*Translations*: Genziana Lay  
Impaginazione/*Make-up*: Giovanna Bucalossi  
Segreteria di redazione/*Secretary of the editorial office*: Lavinia Foddai  
Le foto di pag. 4, 6 e 7 sono state gentilmente concesse dalla Provincia dell'Ogliastra.  
Le foto di pag. 10, 13, 14, 16, 17, 20 in alto a destra, 21, 27 sono di Egidio Trainito.



**Provincia dell'Ogliastra**  
Assessorato al Turismo

Via Pietro Pistis  
08045 Lanusei  
Tel. 0782-42108 Fax 0782-41053



Sistema Turistico Locale  
**OGLIASTRA**

Via Cedrino 24  
08048 Tortolì  
Tel. e Fax 0782-660000

**Ufficio Turismo, Promozione del Territorio**

Via Cedrino 24 - 08048 Tortolì  
Tel. e Fax 0782-660000  
E-mail: [turismo@provincia.ogliastra.it](mailto:turismo@provincia.ogliastra.it)  
[www.provincia.ogliastra.it](http://www.provincia.ogliastra.it)