

Suggerimenti turistici

Tourist hints

SGOIORNI BALNEARI / Beach Holidays

ARBUS - La Costa Verde

La Costa del Medio Campidano si estende per circa 47 Km tutti inscritti nel Comune di Arbus. La caratterizzano lunghe spiagge di sabbia dorata soprattutto al Sud (Sicu e Piscinas) e complesse dune che si inoltrano per 3 km all'interno dando al paesaggio un aspetto quasi desertico. Spettacolari sono le dune di Piscinas, considerate le più alte d'Europa. Al centro della Costa Verde è prevalentemente rocciosa con piccole falda che racchiudono spigolose e isolate assolte suggestive. A nord un'altra lunga spiaggia e retrostanti dune: Is Arenas di Pistis. Il mare è ovunque limpido ed è sconosciuta qualsiasi forma di inquinamento.

Sono praticabili tutti gli sport acquatici dalla pesca al windsurfing e kitesurfing. Per gli amanti della natura si può praticare il CAI e i LIFE Natural trails, attraverso i sentieri del CAI e del LIFE Natura tra le dune e la costa complesse in Piscinas there are over 1500 specimens.

Nel mese di ottobre si può partecipare al censimento dei cervi contattando la Protezione Civile Provinciale e le associazioni di volontariato.

Strutture ricettive / Accommodation facilities

Sono presenti alberghi a tre o quattro stelle, case private, B&B, agriturismo e campeggi. (Vedi box dedicato).

The Costa offers a variety of 3- and 4-star hotel, Private houses, B&Bs, Farm Holidays and campsites (See box)

Spiagge / Beaches

Sicu, Piscinas, Porto Maga, Gutturu Flumini, Funtanazza, Tunnaria, S'Enna e S'Arca, Torre dei Corsari, Pistis.

Si possono percorrere diversi itinerari trekking, come descritto nella cartina accanto.

Servizi da Spiaggia / Beach services

> ACQUACITÀ SCIPIU: parcheggio a pagamento, docce e servizi. 1 chiosco in spiaggia, noleggio ombrelloni e sdraio. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' PISCINAS: parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' PORTO MAGA: Salvamento a mare / Sea rescue

> LOCALITA' GUTTURU E FLUMINI: Salvamento a mare / Sea rescue

> LOCALITA' TORRI DEI CORSARI: Parcheggio a pagamento. 3 chioschi con servizio docce, noleggio ombrelloni, sdraio, canone, campi da calcetto, volley e area bimbi. Salvamento a mare. / Paying car park, 3 kiosks with showers, deck chair and umbrella, canoe, five-a-side football & volleyball court hiring service. - Sea rescue.

> LOCALITA' PISTIS: Parcheggio a pagamento, 2 chioschi con il proprio lido, nei chioschi servizi docce, noleggio ombrelloni sdraio, canoe e piccoli natanti, campi da calcetto, volley e area bimbi. Salvamento a mare. / Paying car park, 2 kiosks on the beach with shower, deck chair & umbrella, canoe, five-a-side football & volleyball court hiring service. Sea rescue.

SGOIORNI TERMALI / Spa stays

SARDARA: Loc. Santa Maria de I Acquas

A due Km da Sardara, il Centro Termale di Santa Maria Acqua (Santa Maria delle Acque), offre da 2000 anni, ospitalità e chiarezza di curare, artrosi, reumatismi, malattie respiratorie e dell'orecchio, attraverso trattamenti termali di fango, bagni di tappeti di ranuncolo bianco profumato.

In un esteso bosco di eucalipti sono attivi 2 alberghi dotati di ogni confort e idronee strutture termali che offrono: fango-drenaggio, massaggi ayurvedici e thai, shiatsu, idromassaggi, trattamenti anti-età, ect.

Poiché le terme sono al centro del territorio provinciale, le brevi distanze consentono escursioni anche di poche ore in tutte le località della Provincia e percorrere gli itinerari segnalati.

> Periodo consigliato: i mesi invernali, primaverili ed autunnali / Recommended Period: autumn, winter and spring months

The Medio Campidano coast stretches about 47 km. all embedded in the Arbus municipality. It is characterized by long beaches with golden sand, in particular in the South (with Sicu e Piscinas) and by a dune complex, which advances inland for some kilometers, giving to the landscape a desert aspect. The Piscinas dunes are amazing and regarded as the tallest in Europe. In the middle, the coast is predominantly rocky with small escarpments, while tall and extremely striking isolated beaches. In the north, another long beach with dunes to the rear: Is Arenas di Pistis. Everywhere, the sea is clear and unpolluted.

You can do all types of water sports: from fishing to windsurfing and kite surfing. For the nature lovers, it is possible to go trekking, following the CAI and LIFE Nature trails, through woods and disused mines, where you can see the Sardinian deer. In the area of Mount Linas and the complex in Piscinas there are over 1500 specimens.

Nel mese di ottobre si può partecipare al censimento dei cervi contattando la Protezione Civile Provinciale e le associazioni di volontariato.

Strutture ricettive / Accommodation facilities

Sono presenti alberghi a tre o quattro stelle, case private, B&B, agriturismo e campeggi. (Vedi box dedicato).

The Costa offers a variety of 3- and 4-star hotel, Private houses, B&Bs, Farm Holidays and campsites (See box)

Spiagge / Beaches

Sicu, Piscinas, Porto Maga, Gutturu Flumini, Funtanazza, Tunnaria, S'Enna e S'Arca, Torre dei Corsari, Pistis.

Si possono percorrere diversi itinerari trekking, come descritto nella cartina accanto.

Servizi da Spiaggia / Beach services

> ACQUACITÀ SCIPIU: parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' PISCINAS: parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio ombrelloni e sdraio. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' PORTO MAGA: Salvamento a mare / Sea rescue

> LOCALITA' GUTTURU E FLUMINI: Salvamento a mare / Sea rescue

> LOCALITA' TORRI DEI CORSARI: Parcheggio a pagamento. 3 chioschi con servizio docce, noleggio ombrelloni, sdraio, canone, campi da calcetto, volley e area bimbi. Salvamento a mare. / Paying car park, 3 kiosks with showers, deck chair and umbrella, canoe, five-a-side football & volleyball court hiring service. - Sea rescue.

> LOCALITA' PISTIS: Parcheggio a pagamento, 2 chioschi con il proprio lido, nei chioschi servizi docce, noleggio ombrelloni sdraio, canoe e piccoli natanti, campi da calcetto, volley e area bimbi. Salvamento a mare. / Paying car park, 2 kiosks on the beach with shower, deck chair & umbrella, canoe, five-a-side football & volleyball court hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' TUNNARIA: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' S'ENNA E S'ARCA: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' TORRE DEI CORSARI: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' GUTTURU: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' PISTIS: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' TUNNARIA: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' S'ENNA E S'ARCA: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' TORRE DEI CORSARI: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' GUTTURU: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' PISTIS: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' TUNNARIA: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' S'ENNA E S'ARCA: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' TORRE DEI CORSARI: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' GUTTURU: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' PISTIS: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' TUNNARIA: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' S'ENNA E S'ARCA: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' TORRE DEI CORSARI: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' GUTTURU: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' PISTIS: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' TUNNARIA: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' S'ENNA E S'ARCA: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' TORRE DEI CORSARI: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' GUTTURU: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' PISTIS: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' TUNNARIA: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' S'ENNA E S'ARCA: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' TORRE DEI CORSARI: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' GUTTURU: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' PISTIS: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' TUNNARIA: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' S'ENNA E S'ARCA: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' TORRE DEI CORSARI: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' GUTTURU: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' PISTIS: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' TUNNARIA: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' S'ENNA E S'ARCA: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

> LOCALITA' TORRE DEI CORSARI: Parcheggio a pagamento, sulla spiaggia 2 chioschi, noleggio sdraio e ombrelloni. Salvamento a mare. / Paying car park, showers and toilets, a kiosk on the beach, deck chair and umbrella hiring service. Sea rescue.

