

# Sommario

5	Introduzione
6	Il borgo delle ventidue chiese
12	Banditi, canti, telai e case di granito
18	L'intreccio di mare e culture
22	Tra la foresta dei Cavalli e il castello dei Giudici
26	Tutti i colori della città regia
32	Il passaggio tra il lago Omodeo e l'altopiano
36	Medioevo e cavalli nel Montiferru
40	L'arte e la tradizione del tappeto
44	Il mistero dei menhir nel borgo di sant'Ignazio
48	Le chiese di pietra nella terra dei minerali
52	Quattromila anni di storia sullo stagno
56	Il borgo medievale e le spiagge da sogno
60	Il nido d'aquila tra Tepplora e Montalbo
64	Il canto dei tenores e i templi di Romanzesu
68	Il borgo dei portali aragonesi e di Radio Sardegna
72	I costumi più amati dai pittori del Novecento
76	Il mulino, la gualchiera e il retablo del maestro
80	Il luogo delle storie sospeso sul lago
84	La processione di <i>mamuthones</i> e <i>issahadores</i>
90	La capitale del muralismo
94	Lo spirito della Barbagia e le bellezze della natura
98	Tra le pagine di Grazia Deledda
104	Il canyon più profondo d'Italia nella terra dei centenari
108	Dove il Supramonte incontra i Caralbi
114	La capitale montana d'Ogliastra (e delle ciliegie)
118	Tutte le forme dell'acqua
122	Il grande nuraghe rosso e i misteri di san Nicola
126	La grande fortezza dei nuragici patrimonio UNESCO
130	Il luogo dell'acqua sacra
136	Il maestoso castello giudicale del Campidano
140	Il mondo segreto delle miniere
144	Il tempio di Antas e le meraviglie naturali del Sulcis
148	Murales e pietre sonore, la firma di Pinuccio Scioia
152	Tutte le storie dell'antica città di Sulki
156	L'isola dei tabarchini (e del tonno)
Carloforte	
Sant'Antioco	
San Sperate	
Fluminimaggiore	
Guspini	
Sanluri	
Sardara	
Barumini	
Orroli	
Sadali	
Lanusei	
Baunei	
Urzulei	
Gatellii	
Oliena	
Orgosolo	
Mamoiada	
Gavoi	
Otzai	
Atzara	
Bortigali	
Bitto	
Lodè	
Posada	
Cabras	
Masullas	
Laconi	
Samugheo	
Santu Lussurgiu	
Aidomaggiore	
Bosa	
Burgos	
Castelsardo	
Aggius	
Luogosanto	