100 Spiaggia Li Iunchi
Lungai circa 7 chilometri nei pressi della foce del fiume Coghinas. Sabbia dorata chiara.

COSTA PARADISO – ISOLA ROSSA

101 Rinaggiu
Situata subito a sud del centro turistico, accanto al porto. Si accede, con una rampa, dal borgo turistico di Isola Rossa.

102 La Marinedda
Il bivio per raggiungerla è mal segnalato: è chiusa dalle scogliere di punta Li Canneddi.

103 Tinnari
Formata da ciottoli di trachite rossa e grigia, contornata da rocce rosse e da una folta vegetazione.

104 Li Cossi
È considerata una delle più belle dell'Isola: è l'unica della Costa Paradiso.

105 Cala Serraina
La si raggiunge attraversando il Canale di La Lizza; piccole dimensioni; sabbia rosata scura, grossolana.

106 Cala Faa
Tra Trinità d'Agultu e Aglientu, accessibile dalla barca, oppure a piedi lungo la costa, da cala Serraina verso nord (sentiero difficile), o da Portobello verso sud (meno difficile ma comunque impegnativo).

106/B San Silverio
Prende il nome dall'omonima chiesona che si affaccia sul mare, raggiungibile da una mulattiera che termina in un parcheggio

107 L'Agnata
I vari arenili si raggiungono percorrendo uno sterrato ombreggiato da ginepri; sabbia rosata scura, grossolana, con ciottoli.

108 Cala dell'Amore
Raggiungibile dalla spiaggia L'Agnata; di piccole dimensioni; mai affollata, a causa delle difficoltà d'accesso.

109 Vignola
Di grandi dimensioni e per questo mai affollata.

110 Naracu Nieddu
Detta anche cala Stazzareddu, di eccezionale bellezza grazie alla sua sabbia bianco-dorata e alla natura intatta.

111 Lu Littaroni
Meta da non perdere, spiaggia di grandi dimensioni con sabbia dorata e fine.

SANTA TERESA

113 Cala Pischina
Di medie dimensioni; sabbia dorata scura; mare verde, profondo.

114 Rena Maiori
Grazie alla pineta è piacevole da raggiungere a piedi o in mountain-bike. Di grandi dimensioni; sabbia dorata chiara.

115 Baecca
Conosciuta anche come La Nicculina, non è accessibile in auto, ma con una mezz'ora di cammino o in barca.

116 La Colba
Nei pressi del villaggio di Baia Santa Reparata; sabbia dorata chiara.

117 Rena di Ponente
Detta anche spiaggia della Taltana, poco balneabile durante le mareggiate di maestrale.

118 Cala Grande
Di piccole dimensioni con sabbia dorata scura immersa in una natura solitaria e selvaggia.

119 Cala Spinosa
Molto piccola, con sabbia dorata, fine con ciottoli.

120 Rena Bianca
È accessibile in auto, ma si raggiunge anche a piedi da piazza S. Vittorio, la principale di Santa Teresa.

121 La Marmorata
Mare verde-azzurro, poco profondo; spiaggia di medie dimensioni affollata in alta stagione; pulita. Da non perdere.

122 Cala Balcaccia
Si raggiunge (chiedendo il permesso al proprietario) grazie a una strada privata che inizia dalla ss133bis, poco oltre il bivio di Marazzino.

123 Cala Macchia Mala
Si raggiunge a piedi ma è più semplice optare per la barca; di piccole dimensioni; sabbia dorata chiara e fine, con ciottoli.

ARCIPELAGO DELLA MADDALENA - PALAU

124 Liscia
Di grandi dimensioni; sabbia dorata, fine; mare verde-azzurro, poco profondo; poco affollata in alta stagione.

125 Porto Puddu
Di grandi dimensioni; sabbia dorata, fine, con dune a est.

126 Mezzo Schifo
Schifo significa "scafo": è molto bella, con sabbia dorata, fine e grossolana, e ciottoli.

127 Golfo Saline
Si raggiunge facilmente da Arzachena. Di medie dimensioni; sabbia dorata, grossolana; mare verde, poco profondo.

128 Cala Corsara
Si trova a Spargi; formata da quattro spiagge, nell'area protetta dal Parco Nazionale dell'Arcipelago.

129 Spiaggia Rosa
Si trova a Budelli, è una delle più famose grazie al colore del mare e della sabbia (rocce granitiche rosa e gusci di crostacei, finemente sminuzzati).

130 Cala S. Maria
Si raggiunge in barca e l'accesso è regolamentato, nell'ambito dell'area protetta del Parco Nazionale dell'Arcipelago.

131 Bassa Trinita
Si pronuncia proprio senza l'accento sulla "a". Sabbia bianca, fine; affollata in alta stagione.

132 Cala Spalmatore
Protetta dai venti, grazie alle rocce di granito rosa; costituita da tre spiaggette di sabbia dorata.

133 Cala Coticcio
Nella costa orientale di Caprera, è una delle spiagge più suggestive dell'arcipelago.

134 Cala Portese
Nella costa sud-orientale di Caprera; sabbia finissima e candida; affollata in alta stagione, con banchi di posidonie spiaggiate.

135 Spiaggia del Relitto
Nella costa orientale del promontorio di Punta Rossa, prende il nome da un relitto semisepolto su un lato dell'arenile.

COSTA SMERALDA – BAIA SARDINIA – CANNIGIONE

136 Mannena
Conosciuta come Spiaggia Barca Bruciata (in realtà il termine indica le calette sabbiose più a sud). Sabbia bianca, fine, con ciottoli.

137 Cala Battistoni
È la spiaggia di baia Sardinia. Sabbia bianca, fine; mare verde-azzurro, poco profondo; affollata in alta stagione.

138 Cala Granu
Insenatura bella e riparata, circondata dalla vegetazione; sabbia bianca, fine; mare verde-azzurro, poco profondo.

139 Pevero
Sabbia bianca e fine, acqua cristallina, piccole dune e ginepri alle spalle.

140 Portu Li Coggi
Lasciata la macchina, superato un cancelletto, si raggiunge l'arenile (sabbia bianca, fine) con una camminata di dieci minuti.

141 Capriccioli
I Capriccioli sono le "caprette", in dialetto gallurese. Le spiaggette di cui è composta sono tutte a pagamento nel periodo estivo.

142 Liscia Ruia
La più importante e celebre della Costa Smeralda; di grandi dimensioni ma sempre molto affollata.

143 Petra Ruia
La si raggiunge a piedi percorrendo la mulattiera a partire dall'estremità sud di Liscia Ruia. L'arenile è stretto, lungo circa 250 metri, interrotto qua e là da rocce rossastre.

144 Cala Razza di Giunco
Formata da quattro spiagge solitarie di medie dimensioni; sabbia dorata, fine, con ciottoli; mare verde, poco profondo.

145 Cala Arena Bianca
Sorge nei pressi del porticciolo turistico del villaggio Portisco. Il mare è trasparente, la sabbia finissima e candida.

PORTO ROTONDO – OLBIA – GOLFO ARANCI – PORTO SAN PAOLO

146 Ira
Si dovrebbe chiamare "di Punta Nuraghe", ma il nome deriva dalla presenza di una villa frequentata, in passato, da una nota attrice.

147 Marinella
Ci si arriva da Porto Rotondo; di grandi dimensioni; sabbia bianca, fine.

148 Marana
Accanto ai villaggi turistici di Marana e di Vela Blu, splendido arenile, con rocce granitiche scolpite dall'erosione.

149 Cala Moresca
Formata da due spiaggette e fronteggiata dall'isolotto calcareo di Figarolo. Sabbia dorata, fine; mare verde, profondo; affollata in alta stagione.

150 Terza Spiaggia
Il parcheggio migliore si trova a sud, presso il piccolo stabilimento balneare; altrimenti, sull'estremità nord, si può lasciare l'auto presso l'hotel Gabbiano Azzurro.