

## Opis szlaku kajakowego rz. Regi

*Przy średnim stanie wody spływy kajakowe Regą najlepiej jest zacząć w Świdwinie przy mostku na skrzyżowaniu ulicy Żeromskiego i Łokietka lub kilka kilometrów w dół rzeki na moście koło wioski Póchlleb. Jeśli natomiast stan wody będzie bardzo niski najbezpieczniej będzie zacząć spływ w Prusinowie. Poniżej kilometraż rzeki Rega wraz z ważniejszymi punktami na szlaku:*

132km

Świdwin – Most koło zamku Joannitów (droga nr 152, ul. Niedziałkowskiego). 500 m w lewo BIEDRONKA (Woj. Polskiego 29), NETTO (Woj. Polskiego 4A).

125,3km

Most do Póchlebia (droga 151). 100m przed mostem po lewej przydrożny parking z wiatą (miejsce wodowania kajaków). 100 m poniżej mostu na lewym brzegu jest łąka, na której w kryzysowej sytuacji można spróbować rozbić namiot za zgodą właściciela terenu.

121km

Dopływ Starej Regi z lewej.

115km

Prusinowo. Elektrownia wodna - przenoska z lewej 60m.

114,5km

Po prawej pole namiotowe i agroturystyka „Anielkowo”. Tel.: 576861267 Pani Bożenka lub tel.: 667762410.

107,1km

Łobez – jaz i przenoska z lewej 70m. Za jazem po prawej przy samym brzegu pizzeria „Roma” (Boczna 17, tel. 606441135), a 100m dalej POLOMARKET (Browarna 6). Przy moście (droga 148) NETTO (Pocztowa 22a). Liczne sklepy oraz Bar „Pasztecik” (400m) z fast foodami (Niepodległości 1; tel.: 91/397-45-46). Szczególnie godna polecenia jest pierogarnia na rogu ul. Niepodległości i Ogrodowej.

106,1km

Pole namiotowe „Wilcza Przystań” (Toi Toi, kawałek wiaty bez wygod; blisko TESCO).

103,7km

Mostek drewniany „Cygańska kładka”, a przy nim po prawej urokliwe pole biwakowe nadleśnictwa (ławeczka z zadaszeniem, miejsce na ognisko, las, dawne grodzisko).

101km

Mostek drewniany, a przy nim po prawej pole biwakowe (ławeczka z zadaszeniem).

98,3km

Dopływ z jez. Strzemiele z lewej. Przed dopływem po prawej pole biwakowe.

91,3km

Mostek, a z nim po lewej dogodne miejsce odpoczynku. Dalej rozpoczyna się bardzo trudny technicznie etap Regi prawie do Łagiewnik z uwagi na licznie zwalone w korycie rzeki drzewa. Jest on do spłynięcia kajakami dwuosobowymi z bagażem lecz wymaga sporego wysiłku fizycznego i dużej odporności na uciążliwości trasy.

84km

Łagiewniki – most. OK. 300m przed mostem na skarpie po lewej łąka z ruinami starej deszczowni, polecana jako ładne miejsce biwakowe. Bezpośrednio przed samym mostem po prawej znajduje się kolejne zalesione miejsce biwakowe (ławki z zadaszeniem, bliskość drogi, utrudnione wyjście z wody).

75km

Resko – most betonowy, a za nim jaz elektrowni wodnej - przenoska prawą stroną 200m (uliczką między Hotelem Rega a kamienicą) Z tego miejsca do przystani kajakowej mamy już tylko ok 300m. Na prawo od mostu sklepy ok. 150m (ul. Jedności Narodowej) oraz szczególnie polecana restauracja Mozaika ul. Bohaterów Monte Cassino 14. Na terenie przystani pomnik upamiętniający spływ Regą przez Karola Wojtyłę.

74,5km

Metalowa kładka dla pieszych, a przed nią po prawej pole namiotowe firmy Kajnet kom. 502600131 Rafał i nasza baza kajakowa szkolakajakowa.pl, kom. 692322674 Adam.

67,8km

Żerzyno – elektrownia wodna. Około 300m przed elektrownią, po lewej, dziki biwak z wiatą i miejscem na ognisko. Przenoska prawą stroną ok. 100m, a obok dziki biwak bez wiaty.

65,2km

Po lewej punkt widokowy z możliwością biwakowania. Początek zbiornika lisowskiego.

63,8km

Ujście Uklei po lewej. W prawo wpływ na Jezioro Lisowskie. Po lewej przy starym zwałonym dębie dziki biwak.

60,8km

Lisowo – zapora z elektrownią. Około 500m wcześniej po lewej przy dzikim kąpielisku oraz na skarpie po prawej, na wysokości starych pomostów dziki biwak. Przenoska 100m prawą stroną (miejsce na ognisko).

57km

Płoty – jaz i zapora z elektrownią. Przenoska ok. 50m prawą stroną (leśną ścieżką). Po lewej przed mostem drogowym stary zamek, a za mostem nowy z przystanią kajakową i polem namiotowym (pole płatne, WC, prysznic, ławki). Około 700m od przystani DINO (Słoneczna 4), wcześniej Biedronka oraz po drodze (Jedności Narodowej) liczne mniejsze sklepy. Obok stacji Orlen (ul. I Armii W.P.), ok. 400m od przystani - pizza, kebab, domowe obiady.

54km

Ujście Rekowy po prawej. Wpływ na Jezioro Rejowickie.

48,1km

Wyspa na jeziorze Rejowickim, kameralne miejsce na postój (maks. 1 namiot).

47,9km

Ujście Gardominki po lewej. Przy ujściu po lewej możliwość krótkiego biwaku przy parkingu.

45,6km

Smolecin – zapora z elektrownią. Przenoska 250 m lewą stroną, ścieżką wzdłuż ogrodzenia! Nie iść główną drogą bo nie zaprowadzi do rzeki. Możliwość krótkiego dzikiego biwaku.

40km

Gryfice – przystań z polem namiotowym (WC, prysznic, ławki). BIEDRONKA 600m (Sportowa 12), LIDL 600m (J. Dąbskiego 2), pizzeria „Lucyfer” 700m (Bankowa 6, tel. 91/3845969), pizzeria „Macroni” 800m (Akacyjowa 4, tel. 502934441), tawerna „Dragon” 900m (Śniadeckich 11, tel. 697096801).

39,7km

Most, a pod nim jaz. Przenoska 100m prawą stroną.

39,3km

Most na drodze 105. Przed nim po prawej Ogród Japoński za Lidlem

35,5km

Ujście Lubieszowej po prawej. Przy ujściu na cyplu możliwość krótkiego biwaku.

32,9km

Mostek dla pieszych trasa Skalin–Dziadowo, a przed nim po lewej miejsce na biwak.

28,6km

Most betonowy Borzęcin, a przed nim po lewej miejsce na dziki biwak.

21,9km

Kłodkowo - agroturystyka.

18,1km

Gąbin - po prawej kąpielisko i miejsce na dziki biwak.

15,6km

Trzebiatów – jaz. Jeżeli nie planujemy noclegu w stanicji kajakowej w Trzebiatowie, to kajaki przenosimy prawą stroną przy jezje 50m. Jeżeli chcemy przenocować to płyniemy lewą odnogą rzeki, do stanicji kajakowej przy kanale Młynówka.

14,1km

Na kanale Młynówka – stanicja kajakowa z polem namiotowym (pełen węzeł sanitarny, ławki). GROSZEK 500m (II Pułku Ułanów 2), LEWIATAN 700m (II Pułku Ułanów 16), Jadłodajnia ok 450m (Plac Lipowy 25, tel. 601742296), pizzeria „Makaroni” 500m (II Pułku Ułanów 2A, tel. 574227540).

13,7km

Most nad Młynówką. Płynąc ze stanicji czeka nas przenoska 150m prawą stroną z powrotem na Regę. Alternatywą jest powrót do jazu (na 15,6 km) i przenoska 50 m prawą stroną.

13km

Most nad Regą. NETTO oraz INTERMARCHE 100m w prawo (Podmiejska i Nowa 8),  
BIEDRONKA 500m w prawo (Torowa 20B – można wcześniej wpłynąć w Staw św. Jerzego),  
Pizza & Pub „Hattrick” 450m (Dworcowa 13, tel. 516002236).

12,7km

Most nad Regą (droga nr 109). BIEDRONKA po lewej za mostem (Parkowa 4).

7,9km

Ujście Włodarki po lewej. Możliwość krótkiego biwaku na dziko.

1,4km

Odpyw Starej Regi na prawo.

0,5km

Mrzeżyno – most, a przed nim po prawej w zatoczce stacja kajakowa z przyległym polem namiotowym (pełen węzeł sanitarny, bar, świetlica).

0km

Ujście Regi do morza. Przed wpłynięciem do Bałtyku zalecane jest jednak sprawdzić wcześniej warunki pogodowe gdyż przy samym ujściu Regi mogą być silne prądy i duże fale.