

GRABIA – to prawy dopływ Widawki, jedna z najczystszych rzek w kraju. Płyynie naturalnym korytem, początkowo słabo zarysowana dolina, wśród lesistych wydm rozszerza się. Silnie meandruje, mija starorzecza i oczka wodne, łęgowe lasy, piaszczyste skarpy porośnięte sosnowym lasem, płaskie brzegi z podmokłymi łąkami. Piaszczyste plaże zapraszają do kąpieli i plażowania. W wodzie żyje wiele rzadkich i zagrożonych gatunków zwierząt, w rzece około 30 gatunków ryb. To malowniczy szlak kajakowy, łatwy ale urozmaicony, miejscami wymagający i uciążliwy. Są odcinki łąkowe o słabym zarastającym nurcie, leśne oraz fragmenty o szybkim nurcie gdzie płynięcie utrudniają przenoski przez powalone drzewa, progi, jazy, elektrownie wodne i stare młyny.

Wyptywamy w **KUŹNICY** przy jazie lub moście. Rzeką ma słaby, zarastający nurt, zdarzają się zwalone drzewa. Przenoski wymagają jazy w **Jamborku** i **Ldzaniu**, gdzie wodujemy na młynówce i płyniemy nią do rzeki i miejsca na biwak przy młynie. Dalej Grabia płynie wśród lasów, skarp i łąk. Przeptywamy pod mostem drogi S8. W **Baryczy** przeptywamy zalew zakończony jazem z przenoską. W dzielnicy **Łasku – Kolumna**, za mostem jest miejsce na odpoczynek, niżej spływalny próg i przenoska przez jaz. Kończymy dzień w **ŁASKU** nad zalewem na plaży z biwakiem. *W mieście warto zobaczyć kościoły – późnogotycki i drewniany z XVII wieku oraz muzeum.*

Wyruszamy z **ŁASKU**, rzeka zwęża się, pogłębia i przyspiesza, meandruje wśród trzcin i zarośli, zdarzają się zwalone drzewa. We wsi **Okup Mały** przenoskę wymuszają resztki stalowego mostku, a w **Zielęcicach** próg dawnego młyna. W **Bilewie** mijamy próg, most na drodze S8 i kończymy dzień w **MARZENINIE**.

Z **MARZENINA** płyniemy do **Wólki Marzeńskiej** z przenoską przez tartak. Za wsią **Kustrzyce** na rozwidleniu płyniemy w lewo do jazu, a w **Lichawie** w krętą lewą odnogę o szybkim nurcie, pełną powalonych drzew wymagających ciągnięcia kajaka. Za mostem biwakujemy na plaży. We wsi **Grabia** przed jazem odchodzi stare koryto Grabi, można nim płynąć, nurt jest szybki, wiele jest powalonych drzew. Tak omijamy młyn z przenoską we wsi **Brzeski**. Odpoczywamy przed przenoską z uwagi na młyn w **Nowych Kozubach**. Dalej rzeka meandruje przez las. Przed **GRABNEM** rozwidla się, płyniemy w lewo w kierunku ujścia Grabi do Widawki. Tu kończymy spływ w stacji kajakowej (polebiwakowe) lub kontynuujemy spływ Widawką.