

**Mroga**, prawy dopływ Bzury (67 km), wypływa w okolicy Brzezin. Rzeka jest mało uczęszczana, dzięki czemu pozwala na kontakt z dziką przyrodą, obserwację ptaków i odpoczynek na łonie natury. Szlak kajakowy, ze względu na charakter rzeki, dzielimy na dwa odmienne etapy. W górnym biegu Mroga od źródeł, wijąc się, spływa stromo w dół przez Park Krajobrazowy Wzniesień Łódzkich, gdzie współtworzy krajobraz strefy krawędziowej z dużymi deniwelacjami terenu. Ma wyraźny spadek i płynie głęboko wciętym korytem. To odcinek dla wytrawnych kajakarzy wymagający przygotowania fizycznego i siły woli do pokonania meandrów, progów, zarośli, bagien oraz powalonych drzew tarasujących koryto, a także bobrowych tam. W okolicach Główna rzeka dopływa do stóp strefy krawędziowej, gdzie pagórkowate i faliste tereny zmieniają się w niemal płaskie. Tu zaczyna się jej dolny bieg przez Równinę Łowicko-Błońską, aż do ujścia do Bzury w okolicy wsi Sobota. Rzeka zwalnia i meandruje szerokim, zabagnionym dnem doliny. Ten odcinek jest idealny dla początkujących kajakarzy – ma słaby prąd i łagodnie wiję się przez malownicze tereny wśród pól, łąk i lasów, ale jest na nim wiele przenosek. To dobry szlak na weekend.

Zaczynamy **trudny odcinek spływu** przy moście, za progiem młyna w **KOŁACINKU**. *We wsi – znajdują się drewniany kościół i Park Jurajski DinoPark.* Płyniemy w dół zakolami, przepływamy pod kolejnymi mostkami i kładkami aż do mostu w ciągu autostrady A2. Możemy zatrzymać się za mostem w **Dmosinie** i odpocząć. Na końcu wsi napotykamy jaz i młyn, wymuszający **przenoskę**. Płyniemy do **zalewu Osiny**, na końcu którego znajduje się przenoska przez jaz. Wpływamy do **GŁOWNNA**, przepływamy pod mostem DK14 na **zalew Mroźyczka**, na którego końcu – za jazem z **przenoską** – kończymy spływ.

W **GŁOWNNIE** zaczynamy drugi, **łatwy odcinek spływu**. Przepływamy pod mostem, kładką i mostem kolejowym (uwaga na bystrze!), pokonujemy prosty odcinek rzeki z progiem pod mostem, by na wysokości wsi **Ziewanice** wpłynąć w meandry leniwej rzeki. Mijamy kilka kładek i młynów z **przenoskami** we wsiach **Sopa**, **Boczki** oraz w okolicy wsi **Psary**. *W Psarach znajduje się neorenesansowy dwór z XVII w.* Przepływamy obok stawów rybnych; za **Waliszewem** koryto rzeki przegradza kilkanaście niskich mostków, wymuszających **przenoski**. Ten odcinek (ok. 3 km) kończy **przenoska** przy jazie elektrowni we wsi **Brzozów**. Dopływamy do **Bielawy**, przepływamy pod mostem DW703, kilkoma mostkami i kierujemy się do **Walewic**. *Tu warto obejrzeć zespół pałacowy z XVIII w.* Docieramy do rozwidlenia rzeki; płyniemy w lewo **Kanałem Mrogi**. Tu znowu napotykamy kładki i próg z **przenoską**, a przy ujściu do Bzury przedzieramy się przez trzciny do mostu prowadzącego do wsi **SOBOTA**, gdzie kończymy spływ.