

## ✳ Här startar ni



I närområdet finns flera fina platser. Paddlar man ut mot havet (öster) kan man göra en kortare dagstur/halvdagstur till Bönskäret (6km tur och retur). Detta är även en mycket vacker övernattningsö. Både på Lungön och Hemsön finns stränder där man kan stanna och bada och fylla på energiförråd.

Vill man uppleva en riktigt fin solnedgång rekommenderas en kortare paddling till Lungöns nordvästra hörn, i närheten av Köpmanhällan.



En längre dagstur kan vara runt Lungön är ca 16km. Du paddlar 3-4km/h i lugnt tempo vilket innebär minst 4 timmar effektiv paddling. Men du ska ju fika också! Eftersom utsidan av Lungön möter Bottenhavet bör du börja tidigt på morgonen när vattnet är lugnt.

Du ska vara bekant med kamraträddning innan du gör denna tur.

På Lungön finns en häftigt sjungande sten, Ljummastenen.



Att paddla runt Hemsön tar 2-3 dagar (33km). Längs turen möter du bl.a. långa stränder, imponerande klipparterier, en gammal fiskeby och kanske någon säl. Våra kajaker är väl anpassade för att få med all packning ni behöver för en övernattning. Utsidan av Hemsön är exponerad mot havet och därför är denna tur beroende av lugna vindar.

Vi har fler tips på turer både på kort och långt håll.

Kommer ni med 2 bilar kan man göra en 2-3 dagarstur från Sollefteå till Hemsön eller en längre tur upp mot Skuleskogen/norra Höga Kusten.