

Středa 9. 8. 2023 - vlakem do Křižan + kolo pramen Ploučnice - Hamr na Jezeře (25.7 km/703 m/2:29 hod.)

Počasí: Oblačno, +22 až 19°C, vítr do 14 km/h

- 1) **LIT** >>> **UL** ~ **UL** >>> **DC** ~ **DC** >>> **Křižany**
10:41 >>> **11:29** ~ **11:58** >>> **12:24** ~ **12:45** >>> **14:24**
- 2) [Trasa Křižany - pramen Ploučnice \(9 km/466 m/1:20 hod. jízdy, 22 min. zastávky\)](#)
- 3) [Trasa z pramene Ploučnice do Hamru na Jezeře, kemp Caramba \(16.7 km/237 m/1:09 hod. jízdy, 26 min. zastávky\)](#)
- 4) [Nocleh kemp Caramba](#) **Mobil: 777 133 056**

Čtvrtek 10. 8. 2023 - Hamr - Mimoň - Apartmán Hradčany (31.4 km/329 m/3:48 hod.)

Počasí: Skorojasno, +18 až 21°C, vítr do 18 km/h

- 1) [Trasa Hamr - zámek Stráž pod Ralskem \(5.8 km/68 m převýšení/0:35 hod. jízdy, 9 min. zastávek\)](#)
- 2) [Trasa zámek Stráž pod Ralskem - průrva Ploučnice \(5.7 km/65 m převýšení/0:37 hod. jízdy, 42 min. zastávek\)](#)
- 3) [Trasa průrva Ploučnice - Mimoň \(10.6 km/143 m převýšení/1:18 hod. jízdy, 2:05 hod. zastávek\)](#)
- 4) [Trasa Mimoň - Hradčany \(9.3 km/53 m převýšení/0:41 hod. jízdy, 15 min. zastávek\)](#)
- 5) [Trasa výklusu Hradčany \(9.3 km/210 m převýšení/1:12 hod. běhu, 5 min. focení\)](#)
- 6) [Nocleh Apartmán Ralsko - Hradčany 1581 Kč](#) **Mobil: 728 246 318**

Pátek 11. 8. 2023 - Hradčany - Benešov nad Ploučnicí (42.5 km/306 m/2:49 hod.)

Počasí: Skorojasno, +16 až 21°C, vítr do 4 km/h

- 1) [Trasa Hradčany - Stružnice - Horní Police \(32.4 km/248 m převýšení/2:24 hod. jízdy, 1:56 hod. zastávek\)](#)
- 2) [H. Police - Ostrý - Benešov n. Ploučnicí \(10.3 km/141 m přev./50 min. jízdy, 10 min. zastávek, 1:57 hod. procházky\)](#)
- 3) [Nocleh Penzion Růže 1550 Kč](#) **Mobil: 736 767 349**

Sobota 12. 8. 2023 - Benešov nad Ploučnicí - Děčínský Sněžník (22 km/655 m/2:49 hod.)

Počasí: Skorojasno, +20 až 24°C, vítr do 11 km/h

- 1) [Trasa Benešov nad Ploučnicí - Děčínský Sněžník \(22 km/655 m převýšení/2:40 hod. jízdy a tlačení, 2:09 hod. zastávek\)](#)
- 2) [Trasa výklusu Sněžník \(6.5 km/194 m převýšení/50:21 min. běhu\)](#)
- 3) [Nocleh Hraniční bouda 1785 Kč](#) **Mobil: 736 674 841**

Neděle 13. 8. 2023 - Děčínský Sněžník - Litvínov (58.6 km/951 m/4:33 hod.)

Počasí: **Jasno, +16 až 22°C, vítr do 7 km/h**

- 1) [Trasa Děčínský Sněžník - Grizzlochův Mlýn \(16.3 km/306 m převýšení/1:29 hod. jízdy, 1:48 hod. zastávky a exkurze\)](#)
- 2) [Trasa Grizzlochův Mlýn - Cínovec \(17.3 km/402 m převýšení/1:31 hod. jízdy, 1:28 hod. zastávky a oběd\)](#)
- 3) [Trasa Cínovec - Litvínov \(25 km/243 m převýšení/1:33 hod. jízdy, 0:55 hod. zastávky\)](#)
- 4) [Nocleh home](#)

[Souhrn tras Ploučnice 2023 na mapy.cz](#)