



**Cyfoeth
Naturiol
Cymru
Natural
Resources
Wales**

De Cymru



Gwarchodfeydd Natur Cenedlaethol a Choetiroedd

// Cerdded / beicio / beicio mynydd
a llawer mwy yn Ne Cymru



www.cyfoethnaturiol.cymru
www.naturalresources.wales



**Cymru
Wales**



NATU098 03/21

CAU LLWYBRAU A DARGYFEIRIO

Roedd yr wybodaeth am ymweld â'n coetiroedd a'n gwarchodfeydd yn gywir pan gafodd y daflen hon ei chyhoeddi. Os ydych chi'n cynllunio i ymweld a dilyn llwybr penodol, edrychwch ar ein gwefan am y manylion diweddaraf.

Noder:

- Weithiau bydd angen i ni gau neu ddargyfeirio llwybrau i'ch cadw'n ddiogel wrth i ni ymgymryd â gwaith cynnal a chadw neu weithgareddau eraill.
- Yn achlysurol, mae'n bosib y bydd angen i ni gau safle mewn tywydd eithafol, fel gwyntoedd cryfion neu eira a rhew, oherwydd y perygl o anaf i ymwelwyr neu staff.
- A fyddech cystal â dilyn unrhyw gyfarwyddiadau ar y safle bob amser, a sicrhau eich bod yn dilyn unrhyw arwyddion dargyfeirio dros dro a welwch.

Y gwasanaeth trafniadaeth gyhoeddus i Gymru

Cliciwch neu ffoniwch i gynllunio eich taith a chael yr wybodaeth ddiweddaraf am amserlenni

www.traveline.cymru

CADWCH MEWN CYSYLLTIAD

TravelineCymru

Ap am ddim!

Rhadffôn

0800 464 0000

Trên nesaf
13:24

Bysiau nesaf
11:06
12:16
12:47
13:19

DYSGU MWY

www.cyfoethnaturiol.cymru
ymholiadau@cyfoethnaturiolcymru.gov.uk
0300 065 3000 (Llun-Gwener 9am-5pm)

Os hoffech gael y wybodaeth hon mewn fformat arall, cysylltwch â ni.

Clawr blaen: Parc Coedwig Afan



CROESO

Bydd y daflen hon yn eich helpu i gynllunio ymweliad â llawer o'r coetiroedd a'r Gwarchodfeydd Natur Cenedlaethol rydym yn gofalu amdanynt yn Ne Cymru.

Mewn Gwarchodfeydd Natur Cenedlaethol ceir yr enghreifftiau gorau o gynefinoedd bywyd gwyllt a nodweddion daearegol. Mae'r daflen hon yn cynnwys nifer o'r rhai gorau i ymweld â nhw yn Ne Cymru, o'r gwlyptiroedd helaeth yng Nghasnewydd i fawredd ysgithrog Craig Cerrig Gleisiad ym Mharc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog.

Mae ein llwybrau cerdded sydd wedi eu harwyddo yn amrywio o droeon hamddenol ar lannau afonydd i deithiau mwy

egniol ac mae yma sawl llwybr hygyrch. I brofi antur ar ddwy olwyn ewch i Barc Coedwig Afan neu Goedwig Cwm Carn sy'n cynnig rhai o lwybrau beicio mynydd gorau Prydain.

Mae rhai o'n coetiroedd yn Ne Cymru yn rhan o Goedwig Genedlaethol i Gymru. Bydd y Goedwig Genedlaethol yn creu ardaloedd o goetir newydd, yn gwella coetiroedd presennol ac yn adfer coetiroedd hynafol unigryw Cymru.

Mwynhewch eich ymweliad â'r awyr agored anhygoel!

CYNLLUNIO EICH YMWELIAD

Ar **dudalennau rhestru'r** coetiroedd a'r Gwarchodfeydd Natur Cenedlaethol ceir cod lliw er mwyn dangos lleoliad pob un.

- Ardal Dyffryn Gwy
- Ardal Casnewydd
- Ardal Bannau Brycheiniog
- Ardal Bae Abertawe
- Ardal Sir Gaerfyrddin
- Ardal Sir Benfro

Yn yr **adran sy'n plygu allan** cewch allwedd i'r symbolau a ddefnyddir ar y tudalennau rhestru ynghyd â chanllaw yn nodi sut rydym yn graddio ein

llwybrau i'ch helpu i ddewis un sy'n addas i chi.

Mae'r **map yn y tudalennau canol** yn dangos lleoliad pob coetir a gwarchodfa sydd yn y daflen hon ac yn cynnwys rhestr gyflawn ynghyd â chrynodeb o'r cyfleusterau ym mhob un.

Gweler yr **wybodaeth hygyrchedd** ar y tudalennau rhestru am lwybrau sy'n addas i bobl â chadeiriau olwyn a chadeiriau gwthio, a chyfleusterau hygyrch eraill.



Noddir gan
Lywodraeth Cymru
Sponsored by
Welsh Government



1 **Coed Wyndcliff**
Cerddwch trwy goetir hynafol
i olygfan enwog Nyth yr Eryr



Mae Coed Wyndcliff yn gartref i un o'r golygfeydd gorau yn Nyffryn Gwy. Mae golygfan Nyth yr Eryr yn edrych allan dros Afon Gwy, Castell Cas-gwent ac Aber Afon Hafren. Adeiladwyd yr olygfan a'r llwybr tuag ato, a elwir y 365 Cam, ym 1828 ar gyfer Dug Beaufort. Mae'r llwybr cerdded cylchol o faes parcio Wyndcliff Isaf i'r olygfan yn cynnwys rhan serth iawn i fyny (neu i lawr) y grisiau hanesyddol cyn arwain ymlaen trwy'r coetir gyda'i goed ffawydd ac ywen hynafol.

Llwybr cerdded
Llwybr Nyth yr Eryr
(1¼ milltir/1.9 km, anodd)

Dilynwch y llwybr yn glocwedd trwy'r coetir i'r olygfan ac yna dychwelwch i lawr sawl rhes hir o risiau serth. Dilynwch y llwybr yn wrthglocwedd os yw'n well gennych yn hytrach fynd i fyny'r grisiau serth. Ceir rhai dringfeydd serth ar hyd y llwybr ac mae disgyfeydd serth wrth ymyl y grisiau.

Llwybrau eraill
Gallwch gerdded yn uniongyrchol i olygfan Nyth yr Eryr o'r faes parcio bychan yn

Wyndcliff Uchaf (y cyfeirnod grid AO yw ST 524 972). Gellir cyrraedd y faes parcio hwn ar hyd ffordd fach gul.

Mae **Llwybr Picturesque Piercefield** yn rhedeg trwy Goed Wyndcliff. Roedd y daith gerdded hanesyddol hon yn boblogaidd gydag ymwelwyr yn y ddeunawfed ganrif ac mae llawer o'i nodweddion yn dal yno.

Mae **Llwybr Dyffryn Gwy** yn rhedeg trwy Goed Wyndcliff. Gallwch ymuno â'r llwybr pellter hir hwn o faes parcio Wyndcliff Isaf - cadwch lygad am y panel gwybodaeth.

Sut i gyrraedd

Mae faes parcio Wyndcliff Isaf 3½ milltir i'r gogledd o Gas-gwent. Dilynwch yr A466 o Gas-gwent tuag at Dyndyrn. Mae'r faes parcio ar y dde ar ôl mynd trwy bentref St Arvans.
Cyfeirnod grid AO: ST 526 971 / Rhif map AO: OL 14
Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



2 **Whitestone**
Golygfeydd hanesyddol yn edrych
dros geunant ac afon Gwy



Mae'r ddau lwybr cerdded yn mynd trwy'r coetir ac yn arwain at dair golygfan dros geunant ac afon ddramatig Gwy. Mae mainc ym mhob golygfan i fwynhau'r golygfeydd. Mae'r ardal chwarae wrth ymyl y faes parcio uchaf.

Llwybrau cerdded
Rhyfeddodau Whitestone
(1¼ milltir/2 km, hawdd)

Mae'r llwybr hwn yn dilyn llwybr caregog llydan heibio'r tair golygfan. Dychwelwch yr un ffordd neu dilynwch y llwybr cylchol ar hyd llwybr cul gydag adran serth trwy'r coetir.

Llwybr Golygfan Duchess Ride
(3 milltir/5 km yno ac yn ôl, hawdd)

Os hoffech daith gerdded bellach, mae'r llwybr hwn yn ymweld â thair golygfan Rhyfeddodau Whitestone. Mae'n parhau ar hyd rhan o Lwybr Dyffryn Gwy trwy

goedlan o binwydd enfawr yr Alban i'r olygfan â mainc. Mae'n dychwelyd ar hyd yr un llwybr.

Llwybr arall
Mae **Llwybr Dyffryn Gwy** yn arwain trwy Whitestone - cadwch lygad am yr arwyddion llwybr.



Sut i gyrraedd

Mae Whitestone 10 milltir i'r gogledd o Gas-gwent. Dilynwch yr arwyddion am Catbrook ar y cyffordd ger Gwesty'r Wye Valley, Tyndyrn. Ar ôl 2½ milltir, byddwch yn cyrraedd cyffordd ac mae'r faes parcio isaf gyferbyn. Mae'r faes parcio uchaf mwyaf trwy'r atalfa ac ar hyd ffordd y goedwig.
Cyfeirnod grid AO: SO 525 029 / Rhif map AO: OL 14
Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau

Ardal Dyffryn Gwy



3 Golygfa Ban

Teithiau cerdded trwy rostir a choetir heddychlon



Golygfa Ban yw'r man cychwyn ar gyfer dwy daith gerdded trwy goetir heddychlon Beacon Hill. Mae'r ddwy yn arwain trwy ardaloedd o rostir lle cliriwyd coed pinwydd er mwyn i'r grug ddychwelyd. Mae meinciau a sawl giât ar bob llwybr.

Llwybrau cerdded

Llwybr Ban
(1½ milltir/2.3 km, hawdd)

Mae'r daith gylchol hon yn dilyn llwybrau gwastad trwy goetir a rhostir agored.

Taith Grwydr Duchess Ride
(3 milltir/4.8 km, hawdd)

Mwynhewch goetir a rhostir ar y daith gerdded gylchol hon sy'n wastad gan mwyaf. Mae rhodfa o goed pinwydd anferth yr Alban yn rhedeg ar hyd rhan o Lwybr Dyffryn Gwy i olygfan â mainc.

Llwybrau eraill

Dilynwch Daith Grwydr Duchess Ride i ymuno â **Llwybr Dyffryn Gwy** sy'n mynd trwy ymyl y coetir.

Sut i gyrraedd

Mae Golygfa Ban 6 milltir i'r de o Drefynwy. Dilynwch yr arwyddion am Catbrook ar y cyffordd ger Gwesty'r Wye Valley, Tyndyrn. Ar ôl 2½ milltir, trowch i'r chwith ar y Cyffordd T gyferbyn â maes parcio Whitestone. Cymerwch y trydydd tro ar y dde, gyferbyn â Beacon Lodge, ac mae maes parcio Golygfa Ban ar y dde ar ôl ¼ milltir.

Cyfeirnod grid AO: SO 510 053 / Rhif map AO: OL 14
Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau

Ardal Casnewydd



4 Coed Gwent

Yr ardal fwyaf o goetir hynafol yng Nghymru



Ar un adeg roedd Coed Gwent yn warchodfa hela ar gyfer Castell Cas-gwent gerllaw ond y dyddiau hyn mae'n lle heddychlon i ddarganfod a mwynhau natur. Mae'r goedwig yn ymestyn dros 1000 hectar ac mae'n frith o nodweddion archeolegol, o draciau hynafol i weddillion hen felin. Cwmpwyd y rhan fwyaf o'r coed brodorol gwreiddiol yn yr ugeinfed ganrif er mwyn gwneud lle i gonwydd ond mae Coed Gwent bellach yn cael ei adfer i goetir llydanddail brodorol. Yn y gwanwyn amgylchynir y llwybrau gan garpedi o glychau'r gog.

Ymweld â Choed Gwent

Gallwch ddarganfod Coed Gwent ar droed, ar feic neu ar gefn ceffyl. Yn y maes parcio mae panel croeso â map a gwybodaeth am yr hyn sydd i'w weld. Mae arwyddbyst hefyd i'ch helpu chi i'ch tywys ar hyd y llwybrau trwy'r goedwig.

Coedwig Genedlaethol i Gymru

Mae Coed Gwent yn rhan o Goedwig Genedlaethol i Gymru. Bydd y Goedwig Genedlaethol yn creu

ardaloedd o goetir newydd, yn gwella coetiroedd presennol ac yn adfer coetiroedd hynafol unigryw Cymru. Ymhen amser bydd yn ffurfio rhwydwaith ecolegol cysylltiedig sy'n rhedeg drwy Gymru gyfan, gan ddwyn buddion cymdeithasol, economaidd ac amgylcheddol.

Mae **Coed Wyndcliff, Whitestone, Beacon Hill** a **Pharc Coedwig Afan** hefyd yn rhan o'r Goedwig Genedlaethol - gweler tudalennau 4-6 a 20 i gael manylion am ymweld â'r lleoedd hyn.

Sut i gyrraedd

Mae Coed Gwent 13 milltir i'r gogledd-ddwyrain o Gasnewydd. O Gasnewydd, cymerwch yr A48 tuag at Gaerwent. Ar ôl 6½ milltir, trowch i'r chwith ar y ffordd i Frynbuga, sydd â'r arwydd i Lanfair Disgoed (Llanvair Disgoed). Ar ôl tua 3 milltir ewch heibio Cronfa Wentwood, ac mae maes parcio Foresters' Oaks ar y chwith. Ewch ymlaen am ¾ milltir arall, ac mae maes parcio Cadira Beeches ar y dde.

Cyfeirnod grid AO: ST 422 948 / Rhif map AO: OL 14 and 152
Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



© Grafic House

5 **Gwarchodfa Natur
Genedlaethol Gwlyptir
Casnewydd**

**Profiad gwych o wyllo adar
o guddfannau a llwyfannau**



Mae Gwarchodfa Natur Genedlaethol Gwlyptir Casnewydd ar yr arfordir rhwng Aber Afon Hafren ac Afon Wysg, ychydig filltiroedd i'r de o ganol dinas Casnewydd. Mae'r hafan bywyd gwyllt hon o welyau cors, morfeydd heli a morlynnoedd halwynog yn un o'r lleoedd gorau yng Nghymru i weld a chlywed adar gwyllt, pa bynnag adeg o'r flwyddyn y byddwch yn ymweld.

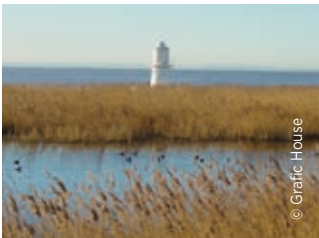
Bydd ymwelwyr iau yn mwynhau sylwi ar hwyaid bach a chywion yn y gwanwyn pan fydd y gwelyau cors yn fyw o gân. Yn yr haf, efallai y gwelwch gambig yn y morlynnoedd halwynog tra bod yr hydref yn amser gwych i gadw llygad am adar gwyllt mudol ac adar hirgoes. Yn y gaeaf bydd heidiau o ddrudwennod yn rhoi arddangosfa syfrdanol yn y cyfnos cyn clwydo yn y gwelyau cors.

Cyfleusterau i ymwelwyr

Cyfoeth Naturiol Cymru sy'n berchen ar ac yn rheoli'r warchodfa, gan weithio mewn partneriaeth ag RSPB Cymru a Chyngor Dinas Casnewydd. Mae'r ganolfan ymwelwyr, caffi, maes parcio a chyfleusterau eraill i ymwelwyr yn cael eu rhedeg gan yr RSPB - edrychwch ar eu gwefan am fanylion ac amseroedd agor. Sylwch mai dim ond ar y Lonydd Gwyrdd a Thaith Gerdded yr Arfordir y caniateir cŵn, lle mae'n rhaid eu cadw ar dennyn byr.

Llwybrau eraill

Mae **Llwybr Arfordir Cymru** yn mynd heibio ymyl y warchodfa. Mae gan **Lwybr 4 Rhwydwaith Beicio Cenedlaethol Sustrans** gangen i Wlyptir Casnewydd ar hyd llwybrau beicio a ffyrdd tawel ac mae stand beiciau dan do wrth fynedfa'r ganolfan ymwelwyr.



© Grafic House

Llwybrau cerdded

Ewch ar grwydr ar y rhwydwaith o llwybrau neu dilynwch un o'n pum llwybr cerdded sydd wedi'u harwyddo; mae'r rhan fwyaf ohonynt yn hygyrch. Dilynwch y llwybrau o amgylch y gwelyau cors ac ewch i graffu ar y pyllau o ben un o'r llwyfannau gwylio adar neu o'r guddfan uchel. Cerddwch ar hyd y bont gychod arnofiol ar draws y gwelyau cors i Oleudy Dwyrain Wysg gyda golygfeydd dros Aber Afon Hafren.

**Llwybr y Tegeirianau
(1 milltir/1.6 km, hygyrch)**
Cewch weld tegeirianau ar ddiwedd y gwanwyn a dechrau'r haf.

**Llwybr Cerfluniau
(1 milltir/1.7 km, hygyrch)**
Cadwch llygad am y cerfluniau ar y llwybr hwn trwy welyau cors, dros y bont arnofiol a heibio'r goleudy.

**Llwybr y Goedlan a'r Aber
(1½ milltir/2.3 km, hygyrch)**
Ewch trwy gorslwyni, coetir, heibio dŵr agored a'r aber.



© Grafic House

**Profiad o'r Gwlyptir
(2½ milltir/4 km, hygyrch)**
Mae'r llwybr hwn yn cyfuno Llwybr y Tegeirianau, Llwybr y Goedlan a'r Aber a'r rhan o Lwybr Arfordir Cymru.

**Llwybr Lonydd Gwyrdd ac Arfordir
(3¾ milltir/5.9 km, hawdd)**
Ymhlith yr uchafbwyntiau mae Goleudy Dwyrain Wysg, lonydd gwyrdd a golygfeydd dros Aber Afon Hafren cyn belled ag Exmoor. Dyma'r unig llwybr lle caniateir cŵn.



Gwybodaeth hygyrchedd

Mae'r llwybrau o amgylch gwelyau cors Aber-wysg yn hygyrch i gadeiriau olwyn ac mae meinciau bob 200m ar Lwybr y Tegeirianau, y Llwybr Cerfluniau, Llwybr y Goedlan a'r Aber, a Llwybr Profiad o'r Gwlyptir. Mae'r llwybrau'n wastad gyda rhai llethrau esmwyth a ramp igam-ogam i'r gwelyau cors uchel. Mae lle i gadeiriau olwyn yn y sgriniau gwylio a'r guddfan adar. Mae'r ganolfan ymwelwyr, y caffi a'r toiledau yn hygyrch ac mae lle parcio i ddeiliaid Bathodyn Glas. Am fanylion pellach ac i logi sgwter symudedd neu gadair olwyn, cysylltwch â chanolfan ymwelwyr yr RSPB (ffôn: 01633 636363).

Sut i gyrraedd

Mae Gwarchodfa Natur Genedlaethol Gwlyptir Casnewydd 5 milltir i'r de o ganol dinas Casnewydd. Dilynwch yr A48 (Ffordd Ddosbarthu Ddeheuol) o ganol y ddinas tuag at yr M4 a dilynwch arwyddion brown a gwyn i warchodfa'r gwlyptir. Mae'r maes parcio ar Ffordd West Nash.
Cod post ar gyfer sat nav: NP18 2BZ
Cyfeirnod grid AO: ST 334 834 / Rhif map AO: 152
Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



© Andy Lloyd

6 Coedwig Cwm Carn Rhodfa goedwig sy'n ystyriol o deuluoedd a llwybrau beicio mynydd i feicwyr profiadol



Mae Coedwig Cwm Carn yn gyrchfan boblogaidd i feicwyr mynydd ac mae'n gartref i un o'r llwybrau disgynol cyntaf yn y DU. Mae yna ddewis o lwybrau cerdded hefyd ac mae disgwyl i'r rhodfa boblogaidd ailagor yn y goedwig yn 2021.

Dechreuodd y Comisiwn Coedwigaeth blannu Coedwig Cwm Carn yn y 1920au ond, dros yr ychydig flynyddoedd diwethaf, bu'n rhaid torri llawer o goed i lawr gan eu bod wedi'u heintio. Ers hynny, mae rhannau o'r goedwig wedi'u hailblannu ac mae'r rhodfa wedi cael arwyneb newydd.

Cyfleusterau i ymwelwyr

Mae canolfan ymwelwyr Coedwig Cwmcarn yn cael ei rhedeg gan Gyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili. Gallwch gael gwybodaeth am lwybrau cerdded, archebu llain gwersylla neu gaban neu fynd i'r siop a'r caffi gydag ardal eistedd awyr agored. Edrychwch ar ei gwefan am amseroedd agor.

Rhodfa Coedwig Cwm Carn

Disgwylir i rodfa'r goedwig ailagor yn 2021 yn dilyn ailddatblygu helaeth. Mae'r rhodfa hir saith milltir hon trwy'r goedwig yn cynnig diwrnod allan gwyh i'r teulu. Gallwch aros yn unrhyw un o'r mannau parcio ar hyd y llwybr i fwynhau'r ystod o gyfleusterau i ymwelwyr. Mae siglenni basged, fframiau dringo, twneli a sleidiau ym mannau chwarae'r plant ynghyd ag ardal adrodd straeon. Mae llawer o safleoedd picnic gyda golygfeydd panoramig o'r trefi a'r cefn gwlad o'ch amgylch. Mwynhewch daith gerdded esmwyth neu ewch am heic anoddach i fyny at fryngaer Oes Haearn Twmbarlwm. Gweler ein gwefan neu cysylltwch â'r ganolfan ymwelwyr am yr wybodaeth ddiweddaraf a'r tâl mynediad.



Cerdded

Mae yna lwybrau ar hyd y nant a heibio'r llyn, yn ddelfrydol ar gyfer taith fer, a theithiau cerdded hirach trwy'r goedwig ac i fyny bryngaer Twmbarlwm. Gweler gwefan canolfan ymwelwyr Coedwig Cwmcarn i gael gwybodaeth.

Llwybrau beicio mynydd

Mae ein llwybrau beicio mynydd sydd wedi'u harwyddo yn cychwyn o'r maes parcio - edrychwch am yr arwyddion a darllenwch yr wybodaeth ar y safle i sicrhau eich bod yn dewis llwybr sy'n addas i chi. Mae gwybodaeth am raddio llwybrau hefyd ar ein gwefan ynghyd â diweddariad ar unrhyw ddargyfeiriadau neu lwybrau sydd wedi'u cau.

Llwybr Twrch

(13.1 km, gradd goch)

Agored a llyfn i dynn a thechnegol, yn bennaf ar drac sengl pwrpasol trwy goetir a chopau'n crib agored gyda golygfeydd. Disgwylir i ddwy adran newydd agor yn 2021.

Llwybr Cafall

(14.5 km, gradd goch)

Mae i'r llwybr hwn, sy'n dringo i fyny trwy ardaloedd mwy anghysbell Cwm Carn, adrannau trac sengl a disgynfeydd technegol a adeiladwyd â llaw.

Gwaered y Pedalhounds

(1.4 km, gradd oren/eithafol)

Mae'r cwrs hwn am i lawr yn cychwyn gydag adran



wreiddiog a wnaed â llaw ac yna'n llifo i mewn ac allan o goed gyda disgynfeydd a neidiau. Ymunwch â hwn o Lwybr Cafall neu defnyddiwch y gwasanaeth codi.

Gwaered y Mynydd

(2.7 km, gradd oren/eithafol)

Mae'r llwybr beicio mynydd disgynol hwn, i'w gyrraedd drwy gyfrwng y gwasanaeth codi, yn llawn nodweddion gwyh.

Cyfleusterau beicio mynydd eraill

Cwmdown yw darparwr y gwasanaeth codi ar gyfer y llwybrau disgynol ac mae'n cynnig dewis o docynnau codi.

Mae **PS Cycles** wedi ei leoli yn y maes parcio ac yn cynnig beiciau i'w llogi, gwasanaethu beiciau, diwrnodau sgiliau, a beiciau ac ategolion ar werth.

I gael mwy o wybodaeth am Feicio Mynydd yng Nghymru, ewch i www.mbwales.com.

Gwybodaeth hygyrchedd

Mae'r ganolfan ymwelwyr, y caffi a'r toiledau yn hygyrch ac mae lle parcio ar gyfer deiliaid Bathodyn Glas.

Sut i gyrraedd

Mae Coedwig Cwm Carn 8 milltir o gyffordd 28 yr M4.

Gadewch yr M4 ar gyffordd 28 a dilynwch yr arwyddion brown a gwyn i'r maes parcio sy'n cael ei redeg gan Gyngor Bwrdeistref Sirol Caerffili.

Cod post ar gyfer sat nav: NP11 7FA

Cyfeirnod grid AO: ST 229 935 / Rhif map AO: 152

Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



7 **Gwarchodfa Natur Genedlaethol Coed y Cerrig**

Coetir bychan gyda llwybr pren hygyrch



Mae Gwarchodfa Natur Genedlaethol Coed y Cerrig yn rhan ddeheuol y Mynydd Du ym Mharc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog. Mae coetir gwern, gwlyb yn gorchuddio llawr llai y dyffryn – arferid eu prysgoedio er mwyn gwneud siarcol a gwadnau ar gyfer clocsiai. Mae coetir cymysg, sy'n llawn arogl persawrus clychau'r gog yn y gwanwyn, yn glynu wrth lethrau serth y dyffryn a gwelir coetir derw a ffawydd yn tyfu yn y priddoedd dyfnach ar frig y warchodfa.

Llwybrau cerdded
Llwybr Pren y Gwern
(½ milltir/0.6 km, hygyrch)

Croeswch y ffordd yn ofalus a chychwyn ar hyd y llwybr pren i archwilio'r coetir gwern yng ngwaelod gwlyb y dyffryn. Dychwelwch naill ai ar hyd y llwybr pren neu ewch am dro

cylchol ar hyd y llwybr trwy'r coed.
Dringfa'r Coetir
(¼ milltir/0.5 km, anodd)
Mae'r llwybr cylchol byr hwn yn dringo'n serth i fyny cyfres o risiau cerrig garw, ymlaen trwy'r coetir ac yna'n disgyn ar hyd llethr i'r maes parcio.

Gwybodaeth hygyrchedd

Mae'r llwybr pren llydan a gwastad yn addas ar gyfer cadeiriau olwyn. Mae'n cychwyn ychydig dros y ffordd o'r maes parcio ac mae iddo fannau pasio a meinciau pren.

Sut i gyrraedd

Mae Gwarchodfa Natur Genedlaethol Coed y Cerrig 4 milltir i'r gogledd o'r Fenni. Dilynwch yr A465 o'r Fenni tuag at Henffordd. Ar ôl 4 milltir, trowch i'r chwith i bentref Llanfihangel Crucornau. Ar ôl ½ milltir, trowch i'r chwith ar isffordd i Landdewi Nant Hodni. Ar ôl 1¼ milltir cymerwch y ffordd chwith, a dilynwch arwyddion brown a gwyn y warchodfa natur. Mae'r maes parcio ar y dde ar ôl 1¼ milltir.
Cyfeirnod grid AO: SO 293 211 / Rhif map AO: OL 13
Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



8 **Coedwig Taf Fechan (Owl's Grove)**

Llwybr cerdded byr ar lan yr afon



Mae Coedwig Taf Fechan ym Mharc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog, taith fer yn unig o Ferthyr Tudful a chymoedd De Cymru. Cewch ddarganfod y goedwig heddychlon hon ar ein llwybr cerdded sydd wedi'i arwyddo o faes parcio Owl's Grove. Mae mainc bicnic wrth ymyl y maes parcio.

Llwybr cerdded
Llwybr Taf Fechan
(1¼ milltir/1.9 km, cymedrol)

Mae'r llwybr cylchol hwn yn arwain trwy goed conwydd tal wrth ochr yr afon fyrlymus gan ddychwelyd ar hyd llwybr trwy'r coetir. Mae yna rai rhannau anwastad ac mae'n wlyb a mwdlyd iawn ar ôl tywydd gwael.

Llwybrau eraill
Mae llwybr 8 Rhwydwaith Beicio Cenedlaethol Sustrans yn mynd trwy Goedwig Taf Fechan.
Gallwch gerdded i raeadr Blaen y Glyn o ddau o'n

meysydd parcio cyfagos. Mae'r llwybr o faes parcio **Blaen y Glyn Isaf** yn fyrrach ac mae iddo lai o ddringfa na'r llwybr o faes parcio **Blaen y Glyn Uchaf**. I gyrraedd y meysydd parcio hyn, dilynwch y ffordd o Owl's Grove tuag at Gronfa Tal-y-bont a chadwch lygad am arwyddion i'r maes parcio.



Sut i gyrraedd

Mae Coedwig Taf Fechan 9 milltir i'r gogledd o Ferthyr Tudful. O Ferthyr Tudful, dilynwch yr arwyddion brown a gwyn tuag at Reilffordd Mynydd Aberhonddu. Ewch ymlaen heibio'r orsaf reilffordd ac yna, ar ôl 1½ milltir, trowch i'r dde ar y cyffordd T i gyfeiriad Tal-y-bont ar Wysg. Dilynwch yr arwyddion am Dal-y-bont ar Wysg ac mae'r maes parcio ar y dde.
Cyfeirnod grid AO: SO 048 162 / Rhif map AO: OL 12
Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



9 Garwnant

Coedwig sy'n addas i deuluoedd ar gyron Bannau Brycheiniog



Garwnant yw'r porth deheuol i Barc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog ac mae'n hawdd ei ganfod, rhyw ychydig oddi ar yr A470 i'r gogledd o Ferthyr Tudful. Mae yma gaffi gydag ardal eistedd y tu allan ac ystod o weithgareddau i deuluoedd eu mwynhau. Mae ardal bicnic fawr o amgylch y maes parcio a meinciau picnic ar hyd y llwybrau cerdded.

Llwybrau cerdded

Mae sawl llwybr cerdded yn y goedwig. Mae un yn hygyrch i gadeiriau gwrthio ac i gadeiriau olwyn.

Mae rhan o **Daith Taf**, sy'n addas i gerddwyr, yn mynd trwy Garwnant.

Gweithgareddau i blant

Mae dau llwybr beicio mynydd byr ar gyfer beicwyr iau a pharc sgiliau gyda rhwystrau sy'n addas i blant. Mae yma ardal chwarae awyr agored a llwybr pos anifeiliaid.

Gwybodaeth hygyrchedd

Ymhlith y cyfleusterau mae llwybr hygyrch, parcio i ddeiliaid Bathodyn Glas, mynediad i gadair olwyn i'r caffi a thoiled Changing Places sydd â mwy o gyfarpar na thoiled anabl safonol (mae angen allwedd RADAR).

Sut i gyrraedd

Mae Garwnant 5 milltir i'r gogledd o Ferthyr Tudful. Dilynwch yr A470 o Ferthyr Tudful tuag at Aberhonddu a dilynwch yr arwyddion brown a gwyn i'r maes parcio.
Cyfeirnod grid AO: SO 002 131 / Rhif map AO: OL 12
Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



10 Gwarchodfa Natur Genedlaethol Craig Cerrig Gleisiad a Fan Frynych

Tirwedd greigiog gyda dewis o deithiau mynydd



Darganfyddwch yr amffitheatr atmosfferig a grëwyd gan glogwyni uchel Craig Cerrig Gleisiad, ychydig gannoedd o fetrau'n unig o ffordd brysus yr A470 drwy Barc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog. Rhowch gynnig ar ein teithiau cerdded sydd wedi'u harwyddo i gael blas ar y warchodfa neu, os oes gennych fap ac awydd taith hirach, mae yma ddewis o llwybrau troed. Mae gwartheg, defaid a merlod mynydd yn pori'r warchodfa - cadwch gŵn dan reolaeth agos, os gwelwch yn dda. Mae'r safle picnic bychan wrth ymyl y man parcio.

Llwybrau cerdded

Llwybr dan y Clogwyn (1 milltir/1.8 km yno ac yn ôl, cymedrol)
Profwch fawredd y dirwedd ar y daith hon ar hyd yr afon i waelod y llethrau creigiog.

Llwybr y Cerrig Gleisiad (2 milltir/3.4 km, anodd)
Mae'r llwybr cylchol hwn yn cychwyn wrth ochr yr afon ac yn dringo trwy rug a llus i ben carnedd. Mae'n dychwelyd i

lawr llethr glaswelltlog, serth gyda golygfeydd dramatig i gyfeiriad Pen y Fan.

Llwybrau eraill

Mae **Ffordd y Bannau** yn dilyn llwybr troed o'r gilfan wrth fynedfa'r warchodfa. Mae llwybrau troed trwy'r warchodfa i rostiroedd Fan Frynych a'r clogwyni yng Nghraig Cwm Du - bydd angen map arnoch i ddilyn y llwybrau hyn.

Sut i gyrraedd

Mae Gwarchodfa Natur Genedlaethol Craig Cerrig Gleisiad a Fan Frynych 7 milltir i'r de o Aberhonddu. Y man cychwyn gorau yw'r gilfan fawr ar yr A470 - cadwch lygad am y panel gwybodaeth ychydig y tu hwnt i'r giât. Dilynwch yr A470 o Aberhonddu tuag at Ferthyr Tudful. Ar ôl 5½ milltir, ewch heibio hostel ieuencid ac yna trowch i mewn i'r ail gilfan ar y dde.
Cyfeirnod grid AO: SN 971 222 / Rhif map AO: OL 12
Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau

11

Gwarchodfa Natur Genedlaethol Ogof Ffynnon Ddu

Golygfeydd ysbennnydd a hanes diwydiannol

P

Mae Gwarchodfa Natur Genedlaethol Ogof Ffynnon Ddu yn ardal enfawr o rostir â golygfeydd godidog, yng nghanol Parc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog. Mae'r mathau amrywiol o greigiau yn y warchodfa yn cynhyrchu gwahanol briddoedd gydag ystod o blanhigion yn tyfu arnynt ac yn eu plith ceir grug, llus, mwsoglau a chen. Mae'n anodd dychmygu'r pentref ffyniannus oedd yma ar un adeg - gyda'i orsaf reilffordd, ei swyddfa bost a'i dafarn ei hun. Roedd y pentref yn gartref i weithwyr yn y chwarel galchfaen, y gwaith brics silica a'r odynau calch niferus - gallwch weld olion y rhain ar ein llwybr cerdded.

Llwybr cerdded
Llwybr Tram a Thrên
(2 milltir/3.2 km, cymedrol)

Dilynwch y daith gerdded hon sydd wedi'i harwyddo o amgylch y warchodfa er mwyn mwynhau'r golygfeydd a darganfod rhai olion diwydiannol.

Llwybr arall
Mae **Ffordd y Bannau** yn arwain trwy'r warchodfa ar ei thaith 95 milltir trwy

Sut i gyrraedd
Mae Gwarchodfa Natur Genedlaethol Ogof Ffynnon Ddu 20 milltir i'r de-orllewin o Aberhonddu. Dilynwch yr A40 o Aberhonddu i gyfeiriad Llanymddyfri. Ar ôl 7 milltir, trowch i'r chwith i'r A4067, yr arwydd am Ystradgynlais. Ewch trwy Lyntawe a throwch i'r chwith i ffordd fach sydd ag arwydd i Benwyllt. Dilynwch yr arwyddion gwarchodfa natur brown a gwyn dros yr afon a throwch i'r chwith ar y cyffordd. Ewch heibio i chwarel segur ar y chwith a dilynwch y trac i'r maes parcio.
Cyfeirnod grid AO: SN 856 154 / Rhif map AO: OL 12
Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau

12

Coedwig Glasfynydd

Cerddwch neu feiciwch o amgylch Cronfa Ddŵr Wysg

P

Mae Coedwig Glasfynydd yn amgylchynu Cronfa Ddŵr Wysg ym Mharc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog. Gall cerddwyr a beicwyr ddilyn y llwybr sydd wedi'i arwyddo o'r maes parcio o amgylch y gronfa ddŵr ac ar draws yr argae. Mae mainc bicnic yn y maes parcio a sawl un arall ar hyd y llwybr.

Llwybr cerdded
Llwybr Cronfa Ddŵr Wysg
(5½ milltir/8.7 km, hawdd)
Mwynhewch olygfeydd o'r Mynydd Du ar y llwybr cylchol, hawdd-ei-ddilyn hwn o amgylch Cronfa Ddŵr Wysg. Mae'r rhan fwyaf o'r llwybr hwn yn dilyn trac caregog gwastad, llydan wrth ymyl y gronfa a gall fynd yn fwdlyd mewn mannau pan fydd yn wlyb. Gall beicwyr hefyd ddefnyddio'r llwybr hwn. Mae llwybrau cyhoeddus i Ffynnon y Meddygon o'r llwybr hwn (heb eu harwyddo).

Llwybr beicio mynydd
Dolen Cronfa Ddŵr Wysg
(5½ milltir/8.7 km, ffordd goedwig a thebyg)
Mae'r rhan fwyaf o'r llwybr hwn yn dilyn trac caregog gwastad, llydan ar draws y gronfa. Llwybr a rennir yw hwn ar gyfer beicwyr a cherddwyr.



Sut i gyrraedd
Mae Coedwig Glasfynydd 13 milltir i'r de-ddwyrain o Lanymddyfri. Dilynwch yr A40 o Lanymddyfri tuag at Aberhonddu. Yn Nhrefcastell, trowch i'r dde gan ddilyn yr arwyddion brown a gwyn i Gronfa Ddŵr Wysg. Ar ôl 3¼ milltir anwybyddwch yr arwydd brown a gwyn ar y troad i'r dde i'r gronfa ddŵr ac ewch yn syth ymlaen am ½ milltir. Mae'r maes parcio ar y chwith.
Cyfeirnod grid AO: SN 820 271 / Rhif map AO: OL 12
Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



13 **Craig y Ddinas**
Llwybr hygyrch i
raeadrau ysbennnydd



Clogwyn calchfaen anferthol ym **Mro'r Sgydau yw Craig y Ddinas** ar gyrion **Parc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog**. Mae yna daith gerdded hygyrch fer o'r maes parcio i'r rhaeadrau. Mae'r llwybr arall yn arwain i raeadr Sgwd yr Eira. Gall y maes parcio fynd yn llawn gan fod yr ardal hon yn boblogaidd gyda grwpiau gweithgareddau awyr agored.

Llwybrau cerdded
Llwybr Sgydau Sychryd
(½ milltir/0.6 km yno ac yn ôl, hygyrch)

Llwybr glan yr afon trwy geunant cul i'r rhaeadrau. Mae'n dychwelyd ar hyd yr un llwybr.

Llwybr Sgwd yr Eira
(4 milltir/6.3 km yno ac yn ôl, anodd)

Llwybr cerdded i raeadr enwog Sgwd yr Eira.

Llwybr arall

Gallwch gyrraedd Sgwd yr Eira ar hyd **Llwybr Pedair Sgwd** o Waun Hepste (gweler tudalen 19).

Gwybodaeth hygyrchedd

Mae Llwybr Sgydau Sychryd yn addas ar gyfer cadeiriau olwyn mwy cadarn.

Sut i gyrraedd

Mae maes parcio **Craig y Ddinas** 12 milltir i'r gorllewin o **Ferthyr Tudful**. Dilynwch yr A465 o Ferthyr Tudful tuag at Gastell-nedd. Gadewch yr A465 yng Nglyn-nedd a dilynwch yr arwyddion am y B4242 i Bontneddfechan. Dilynwch arwyddion brown a gwyn i Graig y Ddinas, gan droi i'r dde wrth hen Dafarn y Ddinas. Ymhen ½ milltir ewch dros y bont i'r maes parcio.

Cyfeirnod grid AO: SN 911 079 / Rhif map AO: OL 12
Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



14 **Gwaun Hepste**
Y ffordd i Llwybr y
Pedair Sgwd enwog



Mae **Gwaun Hepste** wedi'i leoli ym **Mro'r Sgydau ym Mharc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog**. Y maes parcio poblogaidd hwn yw'r man cychwyn ar gyfer y Llwybr cylchol enwog i geunentydd y coetir lle mae pedair o rhaeadrau mwyaf ysbennnydd yr ardal i'w gweld. Gallwch gerdded yn union y tu ôl i'r llen ddŵr daranllyd yn rhaeadr enwog Sgwd yr Eira ("rhaeadr eira").

Llwybr cerdded
Llwybr Pedair Sgwd
(5¼ milltir/8.4 km, anodd)

Mae'r prif llwybrau ar y Llwybr hwn sydd wedi'i arwyddo yn eang ac yn hawdd i'w dilyn. Mae yna rannau dewisol gydag arwyddion sy'n arwain at y golygfeydd gorau o bob sgwd - mae'r rhain yn dilyn llwybrau cul, serth sy'n greigiog ac yn gallu bod yn llithrig.

Llwybrau eraill
Gellir cychwyn ar y **Llwybr Pedair Sgwd** hefyd o faes parcio Cwm Porth (y cyfeirnod

grid AO yw SN 928 124) sy'n cael ei reoli gan Awdurdod Parc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog.

Mae **Llwybr Sgwd yr Eira** yn llwybr uniongyrchol, rhywfaint yn fyrrach i raeadr Sgwd yr Eira o faes parcio Craig y Ddinas (gweler tudalen 18).



Sut i gyrraedd

Mae **Gwaun Hepste** 10 milltir i'r gogledd-orllewin o **Ferthyr Tudful**. Dilynwch yr A465 o Ferthyr Tudful tuag at Gastell-nedd. Ar ôl 5 milltir, cymerwch yr A4059 ar y gylchfan tuag at Aberhonddu. Ar ôl 3¼ milltir, trowch i'r chwith tuag at Ystradfellte. Cadwch i'r chwith ar y ddwy gyffordd nesaf, gan ddilyn arwyddion rhaeadr i faes parcio Gwaun Hepste sydd ar y chwith.

Cyfeirnod grid AO: SN 935 123 / Rhif map AO: OL 12
Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



15 Parc Coedwig Afan

Dyffryn hanesyddol gyda llwybrau cerdded a beicio mynydd o safon fyd-eang



Saif Parc Coedwig Afan mewn hen ddyffryn glo ychydig filltiroedd o'r M4, ac mae yn un o gyrchfannau beicio mynydd eiconig Prydain gyda llwybrau ar gyfer dechreuwyr i feicwyr arbenigol. Mae ein llwybrau beicio mynydd a'n llwybrau cerdded sydd wedi'u harwyddo yn cychwyn o dri maes parcio.

Canolfan Ymwelwyr Parc Coedwig Afan yw'r man cychwyn ar gyfer teithiau cerdded coetir, llwybrau beicio teuluol a dewis o lwybrau beicio mynydd. Mae'r ganolfan

yn gartref i Amgueddfa Glowyr De Cymru, caffi a siop feiciau. Cyngor Castell-nedd Port Talbot sy'n berchen arno - edrychwch ar ei wefan am amseroedd agor.

Mae maes parcio **Rhyslyn** ar safle hen orsaf reilffordd. Dyma'r man cychwyn ar gyfer rhai o'n llwybrau beicio mynydd a dwy daith gerdded sydd wedi'u harwyddo.

Gellir cychwyn rhai o'n llwybrau beicio mynydd o'r maes parcio yng **Nghanolfan Beicio Mynydd Glyncorrwg**.

Sut i gyrraedd

Mae Canolfan Ymwelwyr Parc Coedwig Afan 6 milltir o gyffordd 40 yr M4. Gadewch yr M4 ar gyffordd 40 i'r A4107. Mae arwyddbyst i'r ganolfan ger Cwmafan.

Mae maes parcio Rhyslyn ychydig y tu allan i Bont-rhyd-y-fen. Dilynwch y B4287 o'r A4107 tuag at Bont-rhyd-y-fen. Trowch yn syth i'r dde ychydig dros y bont ac mae'r maes parcio yn syth ymlaen.

Mae Canolfan Beicio Mynydd Glyncorrwg 2 milltir o'r Cymer. Dilynwch yr arwyddion am Lyncorrwg o'r A4107 yn y Cymer ac mae'r maes parcio ar y chwith.

Cyfeirnod grid AO: SS 820 950 (Canolfan Ymwelwyr Parc Coedwig Afan) SS 800 942 (Rhyslyn) SS 872 984 (Canolfan Beicio Mynydd Glyncorrwg) Rhif map AO: 165 and 166

Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau

Llwybrau cerdded

Mae llwybrau troed yn croesi'r cymoedd a'r llechweddau trwy barc y goedwig, gan basio mwyngloddiau segur, hen dramffyrdd a rheilffyrdd segur. Mae ein llwybrau cerdded, sydd wedi'u harwyddo ar y ffordd, yn cychwyn o Ganolfan Ymwelwyr Parc Coedwig Afan neu faes parcio Rhyslyn - cadwch lygad am yr arwyddion yn y meysydd parcio.

Taith Hen Ffordd y Llan (1¼ milltir/2 km, hawdd, o Ganolfan Ymwelwyr Parc Coedwig Afan)

Cychwynnch ar hen ffordd y llan tuag at Gastell-nedd ar y daith fer hon trwy goetiroedd hynafol. Mwynhewch olygfeydd i lawr hyd at yr afon o feinciau ar hyd y ffordd.

Llwybr Afon a Rheilffordd (3 milltir/4.8 km, cymedrol, o Ganolfan Ymwelwyr Parc Coedwig Afan)

Taith gerdded ar hyd glannau'r afon a hen llwybr Rheilffordd Mwynau De Cymru Brunel, gydag ardal bicnic ar lan yr afon.

Llwybr Crib Gyfylchi (7 milltir/11.2 km, anodd, o Ganolfan Ymwelwyr Parc Coedwig Afan)

Mae'r coetiroedd hardd a'r golygfeydd syfrdanol yn gwneud y ddringfa yn un gwerth yr ymdrech.



Llwybr Rhyslyn (1 milltir/1.8 km, hawdd, o Ryslyn)

Dilynwch y llif i fyny'r afon i olygfau â mainc sy'n edrych dros gored garreg naturiol.

Llwybr Penrhys (3½ milltir/5.7 km, cymedrol, o Ryslyn)

Llwybr hanesyddol gyda golygfeydd ysblennydd o Gwm Afan a'r draphont ddŵr enfawr ym Mhont-rhyd-y-fen.

Llwybrau eraill

Mae **llwybr 887 Rhwydwaith Beicio Cenedlaethol Sustrans** yn rhedeg rhwng Port Talbot a Pharc Coedwig Afan o gall cerddwyr a beicwyr ei ddefnyddio.

Gwybodaeth hygrychedd

Mae lle parcio i ddeiliaid Bathodyn Glas yng Nghanolfan Ymwelwyr Parc Coedwig Afan ac mae'r caffi a'r toiledau yn hygrych. Mae'r caffi a'r toiledau yng Nghanolfan Beicio Mynydd Glyncorrwg yn hygrych.



Llwybrau beicio mynydd

Mae Parc Coedwig Afan yn gartref i llwybrau cyffrous ar gyfer dechreuwyr i feicwyr profiadol. Mae ein llwybrau wedi'u harwyddo yn cychwyn o dri maes parcio o fewn parc y goedwig – edrychwch am yr arwyddion a darllenwch yr wybodaeth ar y safle i sicrhau eich bod yn dewis llwybr sy'n addas i chi. Mae manylion am raddio llwybrau hefyd ar ein gwefan ynghyd â diweddariad ar unrhyw ddargyfeiriadau neu llwybrau sydd wedi'u cau.

Llwybr Beicio Lefel Isel y Rheilffordd (gradd werdd, o Ganolfan Ymwelwyr Parc Coedwig Afan, Rhyslyn neu Ganolfan Beicio Mynydd Glyncorrwg)

Mae dros 14 milltir o hen reilffordd a ffordd goedwig yn cysylltu Pont-rhyd-y-fen â Blaengwynfi a Glyncorrwg - mae hwn yn llwybr llinellol felly gallwch droi yn eich ôl lle dymunwch.

Llwybr Rookie (5.8 km, gradd wyrdd, o Ganolfan Ymwelwyr Parc Coedwig Afan)

Llwybr perffaith ar gyfer newydd-ddyfodiad, gyda dolen ddewisol, gradd las ychwanegol 2.4 km.

Llwybr Blue Scar (7.1 km, gradd las, o Ganolfan Ymwelwyr Parc Coedwig Afan)

Llwybr gwyh er mwyn gwella sgiliau marchogaeth.

Llwybr Penhydd (14.4 km, gradd goch, o Ganolfan Ymwelwyr Parc Coedwig Afan)

Dringfeydd ar ffordd goedwig, disgynfeydd trac sengl llyfn a golygfeydd gwych.

Llwybr y Wal (18.6 km, gradd goch, o Ganolfan Ymwelwyr Parc Coedwig Afan neu Ryslyn)

Rhai o'r disgynfeydd trac sengl gorau yn y DU. Am daith hirach, cyfunwch â Llwybr White's Level trwy un o'r dolenni W2.



© Andy Lloyd

Llwybr White's Level (15.4 km, gradd goch, o Ganolfan Beicio Mynydd Glyncorrwg)

Llwybr technegol a blaengar gyda dolen gradd ddu ychwanegol, ddewisol 2.3 km. Am daith hirach, cyfunwch â Llwybr y Wal trwy un o'r dolenni W2.

Llwybr Blade (23.6 km, gradd goch, o Ganolfan Beicio Mynydd Glyncorrwg)

Nifer o ddringfeydd trac sengl, technegol a chaled a disgynfeydd llyfn a chyflym.

Llwybr Skyline (46.8 km, gradd goch, o Ganolfan Beicio Mynydd Glyncorrwg)

Mae'r llwybr hwn yn ailagor yn 2021 yn dilyn aildatblygu, gyda beicio ar ffyrdd goedwig a thros 30 km o drac sengl.

Cyfleusterau beicio mynydd eraill

Mae **Parc Beicio Afan** yn barc beicio gradd eithafol yn Gyfylchi ger Llwybr y Wal.

Mae'r **Ardal Sgiliau**, sy'n addas ar gyfer plant a beicwyr llai profiadol, ar Llwybr Rookie.

Mae **Sied Beicio Cwm Afan** wrth ymyl Canolfan Ymwelwyr Parc Coedwig Afan. Mae yma siop feiciau a gweithdy, ac mae'n cynnig hyfforddiant.

Mae gan **Ganolfan Beicio Mynydd Glyncorrwg** gaffi a siop beiciau mynydd sy'n cynnig gwasanaethau llogi ac atgyweirio beiciau.

I gael mwy o wybodaeth am feicio mynydd yng Nghymru, ewch i www.mbwales.com.

Ardal Bae Abertawe



16 Gwarchodfa Natur Genedlaethol Cors Crymlyn

Y gors iseldir fwyaf yng Nghymru



Cors Crymlyn yw un o'r safleoedd gwlyptir pwysicaf yn Ewrop, ac mae'r rhyfeddol ei fod wedi goroesi o ystyried mor agos yw at dref ddiwydiannol Abertawe. Mae'r gwelyau cyrs a hesg helaeth yn gartref i amrywiaeth eang o adar, pryfed a phlanhigion y gwlyptir. Mae'r llwybrau cerdded yn cynnwys llwybr pren trwy ganol y gors. Mae ceffylau'n pori rhannau o'r warchodfa a cheir gatiau ar y ddau lwybr.

Llwybrau cerdded

Llwybr y Gors (¾ milltir/1.2 km, hawdd)

Mae'r llwybr yn dilyn traciau glaswelltog gwastad a rhannau o'r llwybr pren.

Llwybr y Gors a'r Balŵn (1 milltir/1.6 km, hawdd)

Mae'r daith hon yn dilyn y llwybr pren ac yn dychwelyd trwy'r cae lle cafodd balŵn morglawdd yr Ail Ryfel Byd ei angori.

Gwarchodfa Natur Genedlaethol Pant y Sais

Mae'r warchodfa fechan hon gerllaw yn Jersey Marine. Mae'r llwybr pren byr dros y gors yn hygyrch i ddefnyddwyr cadeiriau olwyn. Mae'r llwybr halio ger Camlas Tennant yn mynd ar hyd Pant y Sais ac mae Llwybr Arfordir Cymru yn pasio ymyl y warchodfa.

Sut i gyrraedd

Mae maes parcio Cors Crymlyn 1 filltir o ffordd ddeuol yr A483 trwy Abertawe (Ffordd Fabian). Gadewch yr M4 yng nghyffordd 42 ac ymlaen i'r A483 i ganol dinas Abertawe. Ewch heibio Campws Bae Prifysgol Abertawe, yna trowch i'r dde ar y gyffordd i faes Parcio a Theithio Ffordd Fabian. Trowch yn eich ôl yma ac ailymunwch â'r A483 gan deithio yn ôl tuag at yr M4. Trowch i'r chwith yn syth ar ôl garej wasanaethu BMW ac wrth dafarn y Mile End. Dilynwch y ffordd hon (Teras y Wern) a throwch i'r dde ar y cyffordd T â Ffordd Tir John. Dilynwch y lôn gul hon am ½ milltir, gan droi i'r chwith wrth y safle amwynder dinesig, ac mae'r maes parcio ar y dde (mae'r atalfa wedi'i chloi dros nos).

Cyfeirnod grid AO: SS 685 942 / Rhif map AO: 165

Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



17 **Coed y Parc a Choed y Felin**
Coetiroedd Gŵyr gyda nodweddion hanesyddol



Mae gan Goed y Parc a Choed y Felin, sydd ychydig filltiroedd ar wahân, hanes hir. Ar un adeg roedd Coed y Parc yn barc ceirw canoloesol ac mae yma sawl safle archeolegol gan gynnwys siambr gladdu Neolithig, ogofâu ac odynau calch. Mae olion tirlunio o'r ugeinfed ganrif ac adeilion melin ddŵr a phyllau pysgod yng Nghoed y Felin a oedd yn wreiddiol yn rhan o Ystâd Pen-rhys.

Ymweld â'r coetiroedd

Mae panel croeso ym mhob coetir gyda map a gwybodaeth am yr hyn sydd i'w weld.

Dilynwch ffordd goedwig raeanog o'r maes parcio yng Nghoed y Parc a chadwch lygad am y paneli gwybodaeth wrth ymyl pob nodwedd archeolegol.

Mae'r llwybr cylchol byr trwy Goed y Felin yn mynd heibio adeilion y felin a'r hen byllau pysgod.



Sut i gyrraedd

Mae Coed y Parc 9 milltir i'r gorllewin o Abertawe tra bod Coed y Felin 12 milltir i'r gorllewin o Abertawe - gellir cyrraedd y ddau trwy ddilyn yr A4118 o Abertawe i Gŵyr. I gyrraedd Coed y Parc: ewch trwy bentref Parkmill ar yr A4118 ac ar ôl ½ milltir trowch i'r dde, gan ddilyn yr arwyddion brown a gwyn i Barc Le Breos. Ewch ymlaen ar hyd yr isffordd hon am ½ milltir ac mae'r maes parcio ar y chwith. **I gyrraedd Coed y Felin:** Ewch ymlaen ar yr A4118 trwy bentrefi Penmaen a Nicholaston a throwch i'r chwith gyda'r arwyddbost i Ben-rhys. Ewch ymlaen ar hyd yr isffordd trac sengl hon am ½ milltir ac mae'r man parcio ar y dde.

**Cyfeirnodau grid AO: SS 538 896 (Coed y Parc)
SS 493 882 (Coed y Felin) / Rhif map AO: 164**

Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



18 **Gwarchodfa Natur Genedlaethol Oxwich**
Twyni, coetir a gwlyptiroedd sy'n gyforiog o fywyd gwyllt



Mae Bae Oxwich yn un o draethau mwyaf poblogaidd Gŵyr ond os cerddwch ychydig ffordd tua'r tir i'r warchodfa cewch ddarganfod gwerddon bywyd gwyllt yn y twyni. Bydd tegeirianau gwyllt yn tyfu yn y twyni ar ddechrau'r haf, a'r blodau gwyllt yn cynnal glöynnod byw a phryfed eraill. Mae llynnoedd a chorsydd y warchodfa yn hafan i fywyd adar ac yn darparu cynefin dros y gaeaf i adar gwyllt ac ambell ymfudwr fel aderyn y bwn. Ystâd Pen-rhys sy'n berchen ar y maes parcio ac yn darparu cyfleusterau i ymwelwyr.

Ymweld ag Oxwich

Cychwynnwch o'r maes parcio i gyfeiriad y twyni a dilynwch y llwybrau troed i archwilio'r warchodfa – cadwch lygad am ein paneli gwybodaeth.

Dilynwch y llwybr cyswllt o ymyl y warchodfa i Goed Nicholaston. Yma gallwch fwynhau golygfeydd syfrdanol o Fae Oxwich a charpedi o glychau'r gog yn y gwanwyn. Cadwch lygad am hwyaid, cwtieir, gwyachod bach ac ieir dŵr o'n cuddfan adar ar lan y

llyn. Mae'r guddfan adar dros y ffordd o'r twyni ac mae llwybr pren dros y gors a'r gwelyau cors yn arwain yno.

Mae **Llwybr Arfordir Cymru** yn mynd trwy'r twyni ac ar hyd ymyl Coed Nicholaston.

Amseroedd agor

Mae'r maes parcio a rhai o'r cyfleusterau i ymwelwyr ar agor yn dymhorol. Gweler gwefan Ystâd Pen-rhys am fanylion.

Sut i gyrraedd

Mae Gwarchodfa Natur Genedlaethol Oxwich 11 milltir i'r gorllewin o Abertawe. Dilynwch yr A4118 o Abertawe tuag at y Gŵyr a Phorth Eynon. Ewch ymlaen trwy Benmaen a Nicholaston. Trowch i'r chwith ar ôl yr eglwys wrth ymyl adfail ar isffordd wedi'i chyfeirio at Oxwich a Slade. Mae'r maes parcio ar y chwith.

Cyfeirnod grid AO: SS 501 865 / Rhif map AO: 164

Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



19 Coedwig Pen-bre

Un o goedwigoedd twyni tywod prin Prydain



Mae Coedwig Pen-bre yn goedwig binwydd enfawr ar arfordir Sir Gaerfyrddin. Plannodd y Comisiwn Goedwigaeth goed yma i helpu i amnewid goedwigoedd a dorrwyd i lawr er mwyn cyflenwi pren ar gyfer y ddau Ryfel Byd. Mae'r llwybr cerdded yn mynd heibio adfeilion ffatri ffrwydron y Rhyfel Byd Cyntaf. Mae'r goedwig wrth ymyl Parc Gwledig Pen-bre (sy'n cael ei redeg gan Gyngor Sir Gaerfyrddin) ac mae yma ganolfan ymwelwyr, caffi, toiledau ac ystod eang o weithgareddau hamdden.

Llwybr cerdded
Llwybr Pinwydd a Sielau
(4½ milltir/7 km, cymedrol)

Mae'r llwybr yn cychwyn ger maes parcio 1 ym Mharc Gwledig Pen-bre - cerddwch i lawr y trac graean at y panel gwybodaeth. Mae'n dilyn traciau tywodlyd a ffyrdd coedwig ar hyd rhai o draciau trên yr hen ffatri ffrwydron. Mae byrddau picnic ar hyd y llwybr.

Marchogaeth

Mae angen caniatâd ar farchogwyr yng Nghoedwig Pen-bre. Ewch i wefan Ymddiriedolaeth Cadwraeth Pen-bre i wneud cais.

Sut i gyrraedd

Mae Coedwig Pen-bre 8 milltir i'r gorllewin o Lanelli. Cymerwch yr A484 o Lanelli tuag at Borth Tywyn ac yna dilynwch yr arwyddion brown a gwyn i'r parc gwledig. Rheolir y parc gwledig a'r meysydd parcio gan Gyngor Sir Gâr. Maes parcio 1 yw'r un agosaf at Llwybr Pinwydd a Sielau.
Cyfeirnod grid AO: (maes parcio 1) SN 400 001
Rhif map AO: 178 neu 164
Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



20 Coed Pen-y-Bedd

Coetir sy'n hawdd dod o hyd iddo ger arfordir Sir Gaerfyrddin



Mae Coedwig Pen-y-Bedd, sydd wedi'i lleoli ychydig y tu allan i Barc Gwledig Pen-bre, â safle picnic poblogaidd ac iddo feinciau ac ardal laswelltlog fawr. Mae'r llwybr byr yn cychwyn trwy'r coetir ar hyd llwybr hen reilffordd a oedd unwaith yn gwasanaethu ffatri'r Ordans Brenhinol. Mae Ymddiriedolaeth Cadwraeth Pen-bre wedi'i lleoli yn y coetir ac mae ei gwirfoddolwyr yn cyflawni llawer o dasgau ymarferol yma ac yng Nghoedwig Pen-bre gyfagos.

Llwybr cerdded
Llwybr Pen-y-Bedd
(1½ milltir/2.2 km, hawdd)

Mae'r llwybr cylchol hwn sydd wedi'i arwyddo yn dilyn traciau tywodlyd trwy goed pinwydd Corsica. Mae meinciau ar hyd y ffordd ac ardal wyllo bren yn edrych dros bwl. Mae'r llwybr yn dychwelyd i'r maes parcio trwy goetir cymysg a cheir golygfeydd trwy'r coed dros gaeau a thir fferm.

Llwybrau eraill
Llwybr Illtud Sant (taith gerdded pellter hir 64 milltir o Barc Gwledig Pen-bre i Barc Gwledig Margam) yn rhedeg trwy Goed Pen-y-Bedd -

cadwch lygad am yr arwyddion cyfeirio.
Mae dewis o lwybrau cerdded a gweithgareddau hamdden eraill ym **Mharc Gwledig Pen-bre** gerllaw.
Mae Coedwig Pen-bre yn ffinio â'r parc gwledig a gallwch ei harchwilio ar ein **Llwybr Pinwydd a Sielau** (gweler tudalen 26).



Sut i gyrraedd

Mae Coed Pen-y-Bedd 7 milltir i'r gorllewin o Lanelli. Dilynwch yr A484 o Lanelli tuag at Borth Tywyn a dilynwch yr arwyddion brown a gwyn i'r parc gwledig nes cyrraedd Ffordd y Ffatri. Mae'r fynedfa i'r maes parcio ar y dde, dros y bont rhyw ychydig ar ôl gadael yr A484.
Cyfeirnod grid AO: SN 419 013 / Rhif map AO: 164 neu 178
Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



21 **Gwarchodfa Natur Genedlaethol Carmel**
Coetir hynafol a llyn unigryw



Mae Gwarchodfa Natur Genedlaethol Carmel yn gartref i'r unig llyn tymhorol ym Mhrydain. Mae'r llyn, sy'n cael ei adnabod fel hafn, yn llenwi yn y gaeaf ac yn gwacáu yn yr haf. Mae'r warchodfa'n cynnwys tapestri cyfoethog o gynefinoedd, o goetir hynafol a glaswelltir llawn blodau i chwareli segur. Yn y gwanwyn mwynhewch y carpedi o glychau'r gog a chadwch lygad am gannoedd o lyffantod yn ymlwybro i'r llyn i genhedlu. Mae'r llwybr cerdded yn dringo i ben hen chwarel lle ceir golygfeydd pellgyrhaeddol. Mae yna ardal bicnic fechan wrth ymyl y maes parcio. Mae Ymddiriedolaeth Bywyd Gwyllt De a Gorllewin Cymru yn gofalu am ran orllewinol y warchodfa wrth ymyl pentref Carmel.

Llwybr cerdded
Llwybr y Chwarel
(1½ milltir/1.9 km, anodd)

Mae'r golygfeydd o ben yr hen chwarel yn werth y ddringfa serth ar ddechrau'r llwybr. Mae'r llwybr cylchol hwn yn dychwelyd trwy'r coetir ac yn gyfochr â'r llyn tymhorol.



Sut i gyrraedd

Mae Gwarchodfa Natur Genedlaethol Carmel 5 milltir i'r de-orllewin o Landeilo. Dilynwch yr A476 o Landeilo tuag at Lanelli. Ewch trwy bentref Carmel ac yna, ar ôl ½ milltir, trowch i'r chwith ar groesffordd groesgam i gyfeiriad Landybie. Mae'r maes parcio ar y chwith ar ôl 1 filltir, ychydig cyn cyffordd.

Cyfeirnod grid AO: SN 605 164 / Rhif map AO: 178

Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



22 **Coedwig Mynwar**
Taith goetir gyda golygfeydd o aber



Mae Coedwig Mynwar ym Mharc Cenedlaethol Arfordir Penfro ac mae'n hawdd dod o hyd iddi oddi ar yr A40. Ynghyd â Choed Canaston gerllaw, mae Mynwar wedi bod yn goediog iawn ers canrifoedd. Mae ger pen uchaf adran lanwol Afon Cleddau Ddu ac mae'r cynefin amrywiol yn cynnal crehyrod glas ac adar glan dŵr eraill. Yn y gwanwyn mae ymylon y llwybrau yn frith o flodau llygad Ebrill a blodau'r gwynt ynghyd â chlytiau o glychau'r gog dan y coed. Mae lliwiau llosg y coed derw coch a ffawydd yn olygfa ysblennydd yn yr hydref.

Llwybr cerdded
Llwybr Mynwar
(1½ milltir/2.6 km, hawdd)

Mae'r daith gylchol hon gydag arwyddion yn mynd hyd at olygfan â mainc dros Aber Afon Cleddau. Mae cwpl o fannau picnic ar hyd y llwybr, ac mae meinciau wedi'u cerfio o foncyffion coed yn un ohonynt.



Sut i gyrraedd

Mae Coedwig Mynwar 22 o filltiroedd i'r gorllewin o Gaerfyrddin. Dilynwch yr A40 o Gaerfyrddin i gyfeiriad Sancŵr a Hwlffordd. Ar ôl 21 milltir, ewch ar yr A4075 i gyfeiriad Doc Penfro a Dinbych-y-pysgod. Cymerwch y troad cyntaf ar y dde, gan ddilyn arwydd brown a gwyn i Felin Blackpool. Dilynwch y ffordd hon heibio i'r felin ac mae'r maes parcio ar y dde.

Cyfeirnod grid AO: SN 059 142 / Rhif map AO: OL 36

Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



23 **Gwarchodfa Natur
Genedlaethol Ystagbwll**

Clogwyni, pentiroedd, twyni
a thraethau dramatig



Wedi'i lleoli yn un o leoliadau mwyaf syfrdanol Cymru, mae'r dirwedd yng Ngwarchodfa Natur Genedlaethol Ystagbwll yn hynod amrywiol. Mae'r warchodfa'n cynnwys coetiroedd, twyni, clogwyni calchfaen, traethau a llynnoedd dŵr croyw enwog gaiff eu haddurno gan y lili ddŵr yn yr haf. Mae Ystagbwll yn lle gwych i wylïo bywyd gwyllt ac yn gadarnle i amryw o rywogaethau, gan gynnwys un o'r poblogaethau mwyaf ym Mhrydain o'r ystlum pedol mwyaf prin.

Ymweld ag Ystagbwll

Yr Ymddiriedolaeth Genedlaethol sy'n berchen ar ac sy'n rhedeg y warchodfa mewn partneriaeth â Cyfoeth Naturiol Cymru. Mae llwybrau troed ar ystâd yr Ymddiriedolaeth ac mae dau o draethau gorau Sir Benfro, De Aberllydan a Bae Barafundle, yn y warchodfa. Mae'r Ymddiriedolaeth yn gweithredu pedwar maes parcio yn Ystagbwll ac ystafell de yng Nghei Ystagbwll.

Mae **Llwybr Arfordir Cymru** a **Llwybr Arfordir Sir Benfro** yn dilyn yr un daith trwy'r warchodfa ac yn rhedeg ar hyd copaon y clogwyni o Gei Ystagbwll i gyfeiriad Trefalen.

Darganfod mwy

Gweler gwefan yr Ymddiriedolaeth Genedlaethol i gael gwybodaeth am ymweld ag Ystagbwll ac amseroedd agor y meysydd parcio, ystafell de a'r toiledau.

Gwybodaeth hygyrchedd

Mae rhai o'r llwybrau yn hygyrch i gadeiriau olwyn oddi ar y ffordd. Gweler gwefan yr Ymddiriedolaeth Genedlaethol am fanylion y cyfleusterau hygyrch a sut i logi cerbyd symudedd.

Sut i gyrraedd

Mae Gwarchodfa Natur Genedlaethol Ystagbwll 5 milltir i'r de o Benfro. Dilynwch y B4319 o Benfro tuag at Gastellmartin, ac oddi yma mae isffyrdd yn arwain at bedwar maes parcio'r Ymddiriedolaeth Genedlaethol (Ceï Ystagbwll, Traeth De Aberllydan, Pentref Bosherton a Lodge Park).

Rhif map AO: OL 36

Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



24 **Parth Cadwraeth
Morol Sgomer**

Byd tanfor unigryw sy'n
llawn planhigion ac anifeiliaid



Cafodd y dyfroedd o amgylch Ynys Sgomer a Phenrhyn Marloes eu dynodi'n **Barth Cadwraeth Forol er mwyn amddiffyn eu bywyd gwyllt morol, cynefinoedd a daeareg sydd o bwys cenedlaethol.** Mae'r dirwedd amrywiol danfor yn frith o blanhigion, cramenogion, pysgod a mamaliaid. Daw morloi llwyd i'r lan yn ystod yr hydref i roi genedigaeth ar y traethau anghysbell o amgylch y penrhyn.

Cyfleusterau i ymwelwyr

Yr Ymddiriedolaeth Genedlaethol sy'n gweithredu'r maes parcio yn Martin's Haven - peidiwch â gyrru ar y traeth, os gwelwch yn dda. Dilynwch un o lwybrau cerdded yr Ymddiriedolaeth Genedlaethol o'r maes parcio neu archwiliwch draeth caregog ac arfordir creigiog Martin's Haven.

Dysgwch am fywyd morol Sgomer yn ein canolfan arddangos forol ar y ffordd o'r maes parcio i'r traeth (canolfan a thoiledau ar agor rhwng y Pasg a mis Hydref).

Mae **Llwybr Arfordir Sir Benfro** a **Llwybr Arfordir Cymru** yn mynd trwy Martin's Haven.

Ynys Sgomer

Mae Ynys Sgomer yn Warchodfa Natur Genedlaethol ac mae'n enwog am ei nythfeydd adar môr a bywyd gwyllt.

Bydd gwasanaethau fferi i Ynys Sgomer yn gadael o Martin's Haven rhwng y Pasg a mis Hydref. Gallwch ddysgu mwy ar wefan Ymddiriedolaeth Bywyd Gwyllt De a Gorllewin Cymru.

Sut i gyrraedd

Mae Martin's Haven 14 milltir i'r de-orllewin o Hwlfordd. Dilynwch y B4327 o Hwlfordd i gyfeiriad Marloes. Ar ôl 10 milltir cymerwch yr isffordd i Farloes. Ewch ymlaen trwy bentref Marloes ac ar ôl 2 filltir mae maes parcio'r Ymddiriedolaeth Genedlaethol ym Martin's Haven ar y chwith. **Cyfeirnod grid AO: SM 761 090 / Rhif map AO: OL 36** Gweler y map canolog sy'n plygu allan i gael allwedd i'r symbolau



Llwybrau pellter hir yn Ne Cymru

Mae De Cymru yn gartref i rannau sylweddol o dri llwybr pellter hir, a gellir mwynhau pob un o'r rhain fesul tipyn ar y tro. Maent i gyd yn agored i gerddwyr ac mae rhai rhannau ar agor i feicwyr a marchogion.

Mae **Llwybr Arfordir Cymru**, sy'n 870 milltir o hyd, yn dilyn arfordir y genedl o Gaer yn y gogledd i Gas-gwent yn y de. Mae adran De Cymru yn llawn amrywiaeth ac yn cynnwys tirweddau dinesig, pentrefi, arfordir godidog a golygfeydd aberoedd. Mae yna nifer o Warchodfeydd Natur Cenedlaethol a milltiroedd o Arfordir Treftadaeth ar hyd yr adran o Gas-gwent i Abertawe a Gŵyr.



Mae **Llwybr Arfordir Penfro** yn Llwybr Cenedlaethol, 186 milltir o hyd, o Landudoch i Amroth. Mae hefyd yn ffurfio rhan o Lwybr Arfordir Cymru ac mae'n gorwedd bron yn gyfan gwbl ym Mharc Cenedlaethol Arfordir Penfro. Mae'n igam-ogamu ei ffordd trwy rai o'r golygfeydd arfordirol mwyaf syfrdanol ym Mhrydain, sy'n amrywio o bennau clogwyni geirwon a childraethau cysgodol, i draethau llydan ac aberoedd troellog.

Mae'r tri llwybr pellter hir hyn yn mynd trwy neu'n rhedeg wrth ymyl rhai o'n Gwarchodfeydd Natur Cenedlaethol a'n coetiroedd. Cadwch lygad yn y daflen hon am logo mesen y Llwybrau Cenedlaethol a symbol draig-gragen Llwybr Arfordir Cymru i ddarganfod ble y gallwch ymuno ag un ohonynt.



Mae **Llwybr Clawdd Offa** yn rhedeg am 177 milltir o Gas-gwent yn y de i Brestatyn yn y gogledd. Mae'r Llwybr Cenedlaethol hwn yn dilyn y ffin â Lloegr a'r gwrthglawdd ysblennydd a godwyd gan y brenin Offa yn yr wythfed ganrif. Mae'r rhan ddeheuol yn cynnwys cymoedd afonydd ac adeilion canoloesol cyn dringo i ucheldir dramatig ym Mharc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog.





PARCHU. DIOGELU. MWYNHAU.

Mae'r Cod Cefn Gwlad yn eich helpu i barchu, diogelu a mwynhau cefn gwlad, gan eich galluogi i gael y gorau o'ch ymweliad.

Parchu pobl eraill

- Cofiwch ystyried y gymuned leol a phobl eraill sy'n mwynhau'r awyr agored
- Gadewch gatiau ac unrhyw eiddo fel y maent a chadwch at y llwybr, oni bai bod mynediad ehangach ar gael

Diogelwch yr amgylchedd naturiol

- Peidiwch â gadael unrhyw ôl o'ch ymweliad ac ewch â'ch sbwriel gartref gyda chi
- Cadwch eich cŵn dan reolaeth lwy

Mwynhewch yr awyr agored a chymerwch ofal

- Cynlluniwch ymlaen llaw a byddwch yn barod
- Gwrandewch ar gyngor a dilynwch yr arwyddion lleol

Teulu'r Cod Cefn Gwlad

Mae teulu'r Cod Cefn Gwlad yn cynnwys codau i'w dilyn pan fyddwch yn gwneud gwahanol weithgareddau - mynd â chŵn am dro, defnyddio llwybrau, gweithgareddau ar y glannau, nofio gwyllt, pysgota a chanwio.

Dilynwch y cyngor a roddir yn y codau er mwyn cael ymweliad awyr agored diogel a hwyliog, ac er mwyn osgoi achosi problemau i eraill.

Er mwyn darllen rhagor am deulu'r Cod Cefn Gwlad ewch i cyfoethnaturiol.cymru/codcefn gwlad



Peidiwch â rhoi cyfle i bla a haint



Chi yw'r amddiffyniad gorau yn erbyn clefyd sydd gan ein coed. Gallai mwd, planhigion a dail fod yn cario clefyd. Gadewch ddeunyddiau naturiol ar y safle a glanhewch eich esgidiau, beic, unrhyw deganau neu offer, a'ch ci ar ôl ymweld â'r goedwig.

DEWISWCH LLWYBR SY'N ADDAS I CHI

Graddau llwybrau cerdded

Rydym wedi nodi pellter a gradd pob taith gerdded yn y daflen hon er mwyn eich helpu i benderfynu os yw'r daith honno'n addas ar eich cyfer chi. Darllenwch isod i weld beth yw ystyr pob gradd.

GRADD	BETH MAE'N EI OLYGU
Hygyrch	Teithiau cerdded ar gyfer pawb, yn cynnwys pobl â chadeiriau olwyn a bygis, sy'n defnyddio llwybrau hygyrch. Gellir gwisgo esgidiau neu dreinrys cyfforddus. Efallai y bydd angen cymorth i wthio cadeiriau olwyn ar rai rhannau o'r llwybr.
Hawdd	Teithiau cerdded ar gyfer unrhyw un sydd am wella eu lefel ffitrwydd ar lwybrau sy'n gyffredinol wastad ond all fod â rhywfaint o rannau garw, anwastad. Addas ar gyfer bygis, os gellir eu codi dros ambell i rwystr. Gellir gwisgo esgidiau neu dreinrys cyfforddus.
Cymedrol	Teithiau cerdded ar gyfer pobl sydd â lefel ffitrwydd cymharol dda. O bosibl, gall gynnwys rhywfaint o lwybrau heb wyneb, a thir agored a serth. Argymhellir gwisgo esgidiau cryfion a dillad cynnes sy'n dal dŵr.
Anodd	Teithiau cerdded ar gyfer cerddwyr profiadol sydd â lefel ffitrwydd da. Gall gynnwys brynau serth iawn a thir garw. Mae esgidiau cerdded a dillad cynnes sy'n dal dŵr yn hanfodol.

Dylech hefyd ddarllen y panel ar ddechrau'r llwybr cerdded ac yna dilyn yr arwyddion ar y llwybr.

Graddau llwybrau beiciau mynydd

Rydym wedi nodi pellter a gradd pob llwybr beiciau mynydd yn y daflen hon. Darllenwch y wybodaeth graddio isod i wneud yn siŵr eich bod yn dewis llwybr beiciau mynydd sydd o fewn eich gallu. Ceir mwy o fanylion am nodweddion technegol, graddiant ac wynebau'r llwybrau ar ein gwefan.

GRADD	ADDAS AR GYFER
Ffordd Goedwig a thebyg	Ystod eang o feicwyr. Y mwyafrif o feiciau a hybridiau. Y gallu i ddarllen map o gymorth. Efallai y bydd, neu na fydd, arwyddbyst ar y llwybrau hyn.
Gwyrdd Hawdd	Beicwyr ifanc/newydd. Sgiliau beicio sylfaenol yn angenrheidiol. Y mwyafrif o feiciau a hybridiau. Gellir mynd â threlars ar rai llwybrau gwyrdd.
Glas Cymedrol	Beicwyr/beicwyr mynydd canolradd gyda sgiliau beicio oddi ar y ffordd sylfaenol. Beiciau mynydd neu hybridiau.
Coch Anodd	Beicwyr mynydd medrus gyda sgiliau beicio oddi ar y ffordd da. Addas ar gyfer beiciau mynydd oddi ar y ffordd o safon dda.
Du Difrifol	Beicwyr mynydd arbenigol sydd wedi hen arfer â llwybrau corfforol, anodd. Beiciau mynydd oddi ar y ffordd o safon uchel.

Dylech hefyd ddarllen y panel ar ddechrau pob llwybr beic mynydd am fwy o fanylion ac yna dilyn yr arwyddion ar y llwybr.

- 1

Coed Wyndcliff

Wyndcliff Wood

P
- 2

Whitestone

P
- 3

Golygfa Ban

Beacon View

P
- 4

Coed Gwent

Wentwood

P
- 5

Gwarchodfa Natur Genedlaethol

Gwlyptir Casnewydd

Newport Wetlands

National Nature Reserve

P
- 6

Coedwig Cwm Carn

Cwm Carn Forest

P
- 7

Gwarchodfa Natur Genedlaethol

Coed y Cerrig

Coed y Cerrig

National Nature Reserve

P
- 8

Coedwig Taf Fechan (Owl's Grove)

Taf Fechan Forest (Owl's Grove)

P
- 9

Garwnant

P
- 10

Gwarchodfa Natur Genedlaethol

Craig Cerrig Gleisiad a Fan

Frynuch

Craig Cerrig Gleisiad a Fan

Frynuch National Nature Reserve

P
- 11

Gwarchodfa Natur Genedlaethol

Ogof Ffynnon Ddu

Ogof Ffynnon Ddu

National Nature Reserve

P
- 12

Coedwig Glasfynydd

Glasfynydd Forest

P
- 13

Craig y Ddinas

Dinas Rock

P
- 14

Gwaun Hepste

P
- 15

Parc Coedwig Afan

Afan Forest Park

P
- 16

Gwarchodfa Natur Genedlaethol

Cors Crymlyn

Crymlyn Bog

National Nature Reserve

P
- 17a

Coed y Parc

Park Wood

P
- 17b

Coed y Felin

Mill Wood

P
- 18

Gwarchodfa Natur Genedlaethol

Oxwich

Oxwich National Nature Reserve

P
- 19

Coedwig Pen-bre

Pembrey Forest

P
- 20

Coed Pen-y-Bedd

Pen-y-Bedd Wood

P

- 21

Gwarchodfa Natur Genedlaethol

Carmel

Carmel National Nature Reserve

P
- 22

Coedwig Mynwar

Minwear Forest

P
- 23

Gwarchodfa Natur Genedlaethol

Ystagbwl

Stackpole

National Nature Reserve

P
- 24

Parth Cadwraeth Morol Sgomer

Skomer Marine Conservation Zone

P



Ymweld â Chanolbarth neu Ogledd Cymru?
Cymrwch ein taflenni am leoedd i ymweld â nhw yn yr ardal, neu lawrlwythwch gopi o www.cyfoethnaturiol.cymru

Visiting Mid or North Wales?
Pick up our leaflets about places to visit in the area, or download a copy from www.naturalresources.wales



Allwedd Key

- P

Parcio

Parking

P

Parcio (tâl)

Parking (charge)

VC

Canolfan Ymwelwyr

Visitor Centre

Toileadau

Toilets

Toileadau hygrych

Accessible toilets

Caffi

Café
- Lluniaeth

Refreshments
- Llwybr cerdded

Walking trail
- Llwybr hygrych

Accessible trail
- Llwybr beicio mynydd

Mountain bike trail
- Llwybr darganfod

Discovery trail
- Cuddfan bywyd gwyllt

Wildlife hide

Maes chwarae

Play area

Lle picnic

Picnic area

Cyfyngiadau cŵn

Dog restrictions

Llwybr Cenedlaethol

National Trail

Llwybr Arfordir Cymru

Wales Coast Path

Coedwig Genedlaethol i Gymru

National Forest for Wales

