

Croeso i'r Coedwigoedd Canolbarth Cymru

Mae coedwigoedd Canolbarth Cymru yn gorwedd oddi mewn i driongl bras o Dregaron yn y gogledd, Llanfair ym Muallt yn y dwyrain, a Chaerfyrddin i'r gorllewin. Mae'r coedwigoedd eraill yng Nghanolbarth Cymru. Mae'r coedwigoedd yn amrywio'n fawr o ran cymeriad, o goedwigoedd Sitca at gynhyrchu pren Tywi, at natur donnog coedwig Brechfa, hyd at y coetiroedd bach cymysg ar hyd Afon Cothi.

Triwch safleoedd picnic a theithiau cerdded byrion coedwigoedd Canolbarth Cymru. Mae Brechfa yn mynd yn enwog am ei llwybrau beiciau mynydd, a Chrychan oherwydd ei chyfleusterau marchogaeth ceffylau helaeth. Gweler y map i weld ble arall y gallwch fynd a beth gallwch ei wneud.

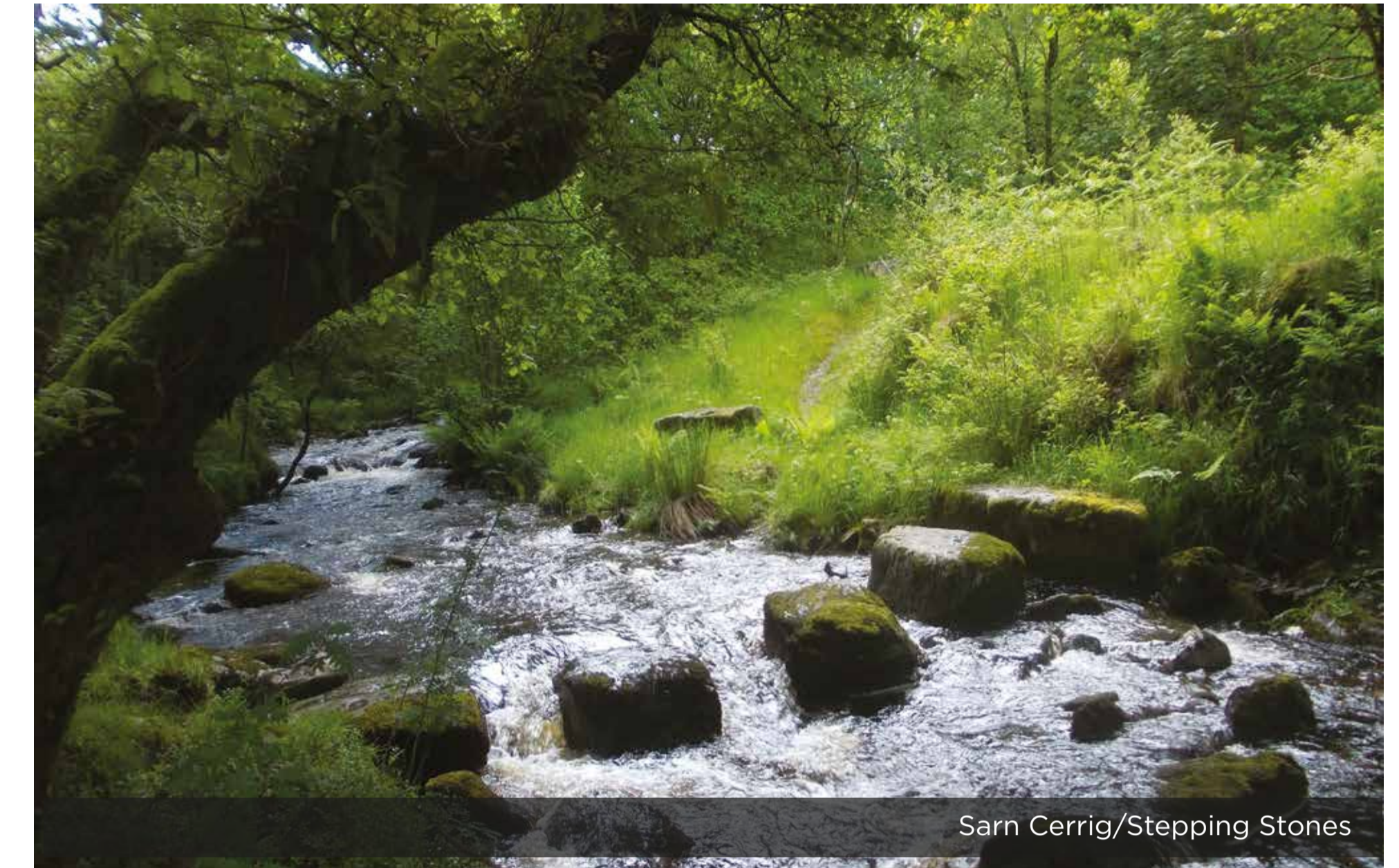
Plannodd y Comisiwn Coedwigaeth y coetiroedd hyn yn wreiddiol i gynhyrchu pren. Heddiw, yn ogystal, mae Cyfoeth Naturiol Cymru yn edrych ar eu holau er mwyn i bobl eu mwynhau ac i fywdd gwyllt fyw ynddynt.

Welcome to the Forests of Mid Wales

The forests of Mid Wales lie within a rough triangle from Tregaron in the north, Builth Wells in the east, and Carmarthen in the west. The forests vary hugely in character, from the timber producing Sitka forests of Tywi, the undulating nature of Brechfa forest, down to the small mixed woodlands along the Afon Cothi.

Why not try the forests of Mid Wales's picnic sites and short walks? Brechfa is famous for its mountain bike trails, and Crychan for its extensive horse-riding facilities. See the map to see where else you can go and what you can do.

The Forestry Commission originally planted these woodlands to produce timber. Today, however, Natural Resources Wales also looks after them for people to enjoy and wildlife to live in.



Sarn Cerrig/Stepping Stones



Ty'n y Garreg

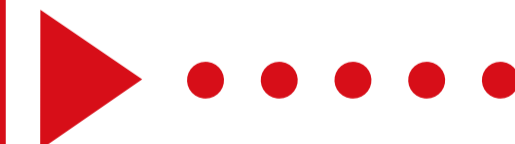


Ffynnon Sanctaidd/Holy Well

Taith y Ffynnon Sanctaidd (cylchol)

Holy Well walk (circular)

Dilynwch yr arwyddyst coch
Follow the red waymarker symbol



Cymedrol | Moderate
Pellter | Distance: 1½m | 2.5km
Amser | Time: 1½awr | 1½hours
Dringo | Climb: 150ft | 45m

UCHAFBWYNTIAU: Dilynwch y llwybr ar hyd Afon Glasffrd hebio coed derw contig i'r Ffynnon Sanctaidd.

Rhybudd! Cymerwch ofal, gall y carrig sarn fod yn llithrig iawn mewn tywydd gwlyb. Os yw'r dŵr yn uchel, mae'n bosibl na fyddwch yn gallu croesi, ac fe fyddai'n rhaid i chi fynd yn ôl y ffordd y daethoch.

HIGHLIGHTS: Walk beside the river past gnarled oak trees to find the Holy Well.

NB: Please take special care crossing the stepping stones - slippery when wet. If the stones are covered by high water you will need to return the way you came.

Croeso i Goedwig Tywi

Dyma'r man cychwyn ar gyfer y daith gerdded i'r Ffynnon Sanctaidd uwch glannau Afon Glasrwd.

Cerddwch ar hyd glan yr afon cyn dod at y Ffynnon Sanctaidd. Ychydig iawn a wyddom am y ffynnon, ond mae'n bosibl ei bod yn dyddio o'r Oesoedd Canol. Mae dŵr y ffynnon yn llifo i siambr ar siâp lechi, ac mae tair gris yn mynd i lawr. Croeswch yr afon, gan gamu ar bump o gerrig sarn, ac yna ewch hebio olion Ty'n y Garreg, hen ffermdy ac ysgubor, a oedd unwaith wedi'i thoi â brwyn, a oedd yn anarferol iawn ar gyfer yr ardal hon. Ewch yn ôl ar hyd ordd y goedwig drwy glwstwr o goedm ffynidwydd Douglas.

Welcome to Tywi Forest

This is the starting point for a walk to the Holy Well nestling above the banks of the Afon Glasffrd.

Walk beside the river to reach the Holy Well. Little is known about this, though it possibly dates from the mediaeval period. Spring water flows into a slate box-shaped chamber - there are three steps down to it. Then cross the river over five stepping stones and pass the remains of Ty'n y Garreg - an old farmhouse and barn which was once thatched with reeds - unusual for this region. Walk back along the forest road through mature Douglas fir trees.