



**Cyfoeth  
Naturiol**  
Cymru  
**Natural  
Resources**  
Wales

Canolbarth Cymru  
Mid Wales



# Coedwigoedd a Gwarchodfeydd Natur Cenedlaethol

Darganfod, archwilio a mwynhau



[www.cyfoethnaturiol.cymru](http://www.cyfoethnaturiol.cymru)  
[www.naturalresources.wales](http://www.naturalresources.wales)



Noddir gan  
**Lywodraeth Cymru**  
Sponsored by  
**Welsh Government**



Os hoffech yr wybodaeth hon mewn fformat arall, cysylltwch â ni:  
0300 065 3000 (8yb - 5yh o ddydd Llun i ddydd Gwener)  
ymholiadau@cyfoethnaturiolcymru.gov.uk

#### SYLWER:

- Weithiau bydd rhaid inni gau neu ddargyfeirio llwybrau er eich diogelwch chi tra ein bod yn cwblhau gwaith cynnal a chadw neu'n gwneud gwaith arall.
- Weithiau, mae'n bosibl y bydd rhaid inni gau safle oherwydd tywydd difrifol, fel gwyntoedd cryfion neu pan fo eira a rhew, oherwydd perygl anafiadau i ymwelwyr neu staff.
- Cofiwch y dylech wastad gydymffurfio â chyfarwyddiadau a geir ar y safle a gwneud yn siŵr eich bod yn dilyn arwyddion sydd wedi eu gosod i nodi dargyfeiriadau dros dro.



Mae coetiroedd Llywodraeth Cymru wedi'u hardystio'n unol â rheolau'r Forest Stewardship Council®

Arwydd o Goedwigaeth Gyfrifol  
The mark of responsible forestry



Argraffwyd ar bapur Revive offset wedi'i ailgylchu 100%

NRWR0031

## Y gwasanaeth gwybodaeth am drafnidiaeth gyhoeddus yng Nghymru

Ffoniwch neu cliciwch i gynllunio'ch taith a derbyn yr wybodaeth amserlenni diweddaraf



0871 200 22 33  
www.traveline.cymru

www.traveline.cymru  
0871 200 22 33

Mae galwadau'n costio 12c y funud a chostau defnyddio llinell eich cwmni ffôn.



**Croeso i'r coedwigoedd a'r Gwarchodfeydd Natur Cenedlaethol a reolir gan Gyfoeth Naturiol Cymru yng nghanolbarth Cymru. Mae ein hamgylchedd naturiol, â'i fywyd gwylt a'i dirweddau gwych, yn un o rinweddau allweddol Cymru. Mae Cyfoeth Naturiol Cymru'n gweithio i'w gadw fel hyn, yn awr ac ar gyfer cenedlaethau'r dyfodol.**

Mae'r Gwarchodfeydd Natur Cenedlaethol yn ardaloedd o gefn gwlad ble caiff enghreifftiau neilltuo o fywyd gwylt a chynefinoedd Prydain eu gwarchod; ceir manylion dwy o'r goreuon i ymweld â hwy yng nghanolbarth Cymru yn y daflen hon - sef Dyfi: Ynyslas, ger Aberystwyth a Chors Caron, ger Tregaron.

Mae llawer o lwybrau cerdded ag arwyddbyst i ddewis rhyngddynt yng nghoedwigoedd canolbarth Cymru, o droeon ymlaciol ar hyd glannau afonydd i hirdeithiau mwy egniol.

Ceir nifer o lwybrau sy'n addas ar gyfer cadeiriau olwyn a rhai o lwybrau beicio mynydd gorau Cymru yma hefyd.

## CYNLLUNIO EICH YMWELIAD



Mae'r map amgaaedig yn nodi'r coedwigoedd a'r Gwarchodfeydd Natur Cenedlaethol y cyfeirir atynt yn y daflen hon a cheir gwybodaeth am fynediad i bob safle i'ch helpu i gynllunio eich diwrnod yn yr awyr agored. Gallwch hefyd ymweld â'n gwefan neu lawrlwytho ein apiau i ddsygu mwy.

### LAWRLWYTHWCH EIN HAPIAU DI-DÂL ar gyfer Android ac iPhone



CYMRU | WALES  
**PlacesToGo**

I ganfod lleoedd eraill ardderchog CNC y gellir ymweld â hwy yng Nghymru.



CYMRU | WALES  
**PlaceTales**

I ganfod nodweddion hynod ddfifryd yng nghoedwigoedd CNC a Gwarchodfeydd Natur Cenedlaethol.

### DYSGU MWY

www.cyfoethnaturiol.cymru | 0300 065 3000  
ymholiadau@cyfoethnaturiolcymru.gov.uk



## Ardal Aberystwyth



# 1 Gwarchodfa Natur Genedlaethol Dyfi: Ynyslas a Chanolfan Ymwelwyr Tirwedd aber afon drawiadol a thwyni tywod symudol



## Ymweld â'r warchodfa

### Ynyslas yw'r prif bwynt mynediad i'r Warchodfa Natur Genedlaethol.

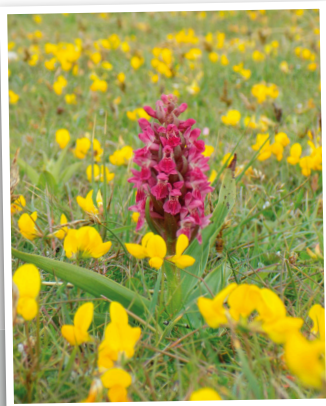
Yma mae maes parcio'r traeth, canolfan ymwelwyr (sydd ar agor yn dymhorol) gyda siop fach, a dau lwybr cerdded cylchol â chyfeirbwyntiau o amgylch y twyni a glan y môr.

Mae tirwedd a bywyd gwylt y warchodfa yn newid drwy gydol y flwyddyn – dysgwch fwy oddi ar ein gwefan neu ap ac oddi ar y paneli gwybodaeth sydd ar y safle.

Nodwch fod gan y traeth faner goch ar gyfer ymdrochi o achos cerrynt llanw cryf a pheryglus. Mae hyn yn golygu na chaniateir nofio.

## Oriau agor

Mae'r warchodfa ar agor ar bob adeg. Mae Canolfan Ymwelwyr Ynyslas a'r toiledau ar agor yn dymhorol (gan amlaf o'r Pasg hyd at ddiwedd Medi). Mae yna fan luniaeth yn y maes parcio yn ystod yr haf.



## Gwybodaeth am Hygyrchedd

Mae yno faes parcio bach ar gyfer ymwelwyr anabl wrth ymyl y brif ffordd fynediad i Ynyslas, 30 metr i'r de o faes parcio'r traeth. Mae'r mynediad i'r ganolfan ymwelwyr o'r maes parcio hwn ar hyd trac arwyneb caled a ramp pren sy'n addas ar gyfer cadeiriau olwyn. Mae'r toiledau'n hygyrch.

## Mae tair prif ran i Warchodfa Natur Genedlaethol Dyfi: Ynyslas.

Mae **aber Afon Dyfi** yn cynnwys gwastadeddau llaid, banciau tywod a morfeydd heli sy'n bwysig yn rhyngwladol ac sy'n darparu ardaloedd bwydo i adar y dŵr.

Mae **twyni tywod Ynyslas** ar ochr ddeheuol aber yr afon, ac maent yn gartref i lawer o rywogaethau prin, rhai ohonynt nad ydynt yn hysbys yn unrhyw le arall ym Mhrydain.

Mae **Cors Fochno** yn gorwedd i'r de-ddwyrain o'r twyni, ac mae'n un o'r enghreifftiau mwyaf o gyforgorsydd mawn ym Mhrydain. Mae rhan fwyaf gorllewinol y gors wedi'i heryddu gan y môr, ond pan fo'r llanw'n isel, gellir gweld boncyffion o'r hen goed marw ar y traeth yn agos i'r Borth.

## Llwybrau cerdded

Mae dau lwybr cerdded cylchol â chyfeirbwyntiau yn dechrau o faes parcio'r traeth yn Ynyslas.

### Llwybr Twyni (1¼ milltir, 2 km, hawdd)

Brasgamwch drwy'r twyni sy'n newid yn gyson ac ar hyd glan y môr, gydag arddangosfeydd trawiadol o flodau yn y gwanwyn a'r haf, a ffyngau lliwgar yn yr hydref.

### Llwybr Ynyslas (2¼ milltir, 4 km, hawdd)

Profwch amrywiaeth cyfoethog o gynefinoedd, gan gynnwys twyni tywod, glan y môr, tir fferm ac yna morfa heli, gyda golygfeydd trawiadol o aber yr afon.

## Llwybrau cerdded eraill

Mae **Llwybr Cors Fochno** yn llwybr pren cylchol dros y gors o fan parcio Cors Fochno. Ni chaniateir cŵn ar y llwybr pren hwn.

Mae **Llwybr Arfordir Cymru** yn mynd o amgylch ymyl Cors Fochno rhwng y Borth a Thre Taliesin.

## Cysylltu â ni

01970 872 901  
(y Pasg hyd at ddiwedd mis Medi)  
0300 065 3000  
(mis Hydref hyd at y Pasg)  
ynyslas@cyfoethnaturiolcymru.gov.uk



## Sut i gyrraedd yma

### Mae Ynyslas 1 filltir i'r gogledd o'r Borth.

Mae'r warchodfa ar y B4353. Mae'r maes parcio ar dywod llanw, sydd wedi'i orchuddio â dŵr y môr yn ystod gorllanw uchel.

### Cyfeirnod grid OS SN 640 955

### Mae Cors Fochno 2 filltir o Dre'r-ddôl.

Mae'r llwybr mynediad ar ochr ddeheuol y B4353.

### Cyfeirnod grid OS SN 636 926



## Ardal Aberystwyth



### 2 Canolfan Ymwelwyr Bwlch Nant yr Arian Llwybrau cerdded a beicio mynydd o ganolfan â chaffi ac ardal chwarae - cofiwch beidio â cholli bwydo'r barcutiaid coch bob dydd!



**Lleolir Canolfan Ymwelwyr Bwlch Nant yr Arian ar flaen cwm dramatig a chanddo olygfeydd syfrdanol o Fae Ceredigion a Mynyddoedd y Cambria.** Mae'n lle sy'n adnabyddus am fwydo barcutiaid coch yn ddyddiol, pan fydd hyd at 150 o'r adar trawiadol yn dod i fwydo gyda'i gilydd.

Y ganolfan ymwelwyr yw man cychwyn sawl llwybr ag arwyddbyst, ar gyfer cerddwyr, beicwyr mynydd, rhedwyr a phobl ar gefn ceffyl. Ceir dwy ardal chwarae a sawl cwrs cyfeiriannu parhaol.



### Oriau agor

Mae'r ganolfan ymwelwyr a'r caffi ar agor o 10yb tan 5yh bob dydd o'r wythnos (heblaw am Ddydd Nadolig a Dydd San Steffan). Gweinir bwyd poeth rhwng 10yb a 3yh yn ddyddiol. Caiff y barcutiaid eu bwydo'n ddyddiol am 2yh yn y gaeaf (GMT) ac am 3yh yn yr haf (BST).

### Gwybodaeth am Hygyrchedd

Mae **Llwybr y Barcud a'r Llwybr Pos Anifeiliaid** yn addas ar gyfer cadeiriau olwyn, a gellir llogi cadair olwyn o'r ganolfan ymwelwyr. Ceir mynediad â chadair olwyn i'r ganolfan ymwelwyr a'r caffi. Ceir cyfleusterau ar gyfer pobl trwm eu clyw yn y caffi.

### Llwybrau cerdded

#### Llwybr y Barcud a'r Llwybr Pos Anifeiliaid ( $\frac{2}{3}$ milltir, 1.2 km, hygyrch)

Mae'r Llwybrau hyn yn dilyn yr un ffordd o gwmpas ymyl y llyn ble bwydir y barcutiaid bob dydd.

#### Llwybr y Mwynwyr (1½ milltir, 2.5 km, cymedrol)

Mae Llwybr y Mwynwyr yn dirwyn ar hyd blaen y cwm gan ddilyn cwrs dŵr a arferai gario dŵr i yrru'r pyllau plwm.



#### Llwybr y Gefnen (3 milltir, 5 km, cymedrol)

Ar ddiwrnod clir, ceir golygfeydd ysgubol allan dros Fae Ceredigion a Mynyddoedd y Cambria.

### Llwybrau beicio mynydd

Mae tri llwybr beicio mynydd ag arwyddbyst yn cychwyn o'r ganolfan ymwelwyr. Darllenwch yr wybodaeth ar y safle i wneud yn siŵr eich bod chi'n dewis llwybr sy'n addas ar eich cyfer. Ceir gwybodaeth am lefel anhawster y llwybrau ar ein gwefan yn ogystal.

#### Llwybr Pendam (10 km, graddfa goch)

Mae'r Llwybr hwn yn cyfuno rhannau o Lwybr y Copa a Llwybr Syfydrin er mwyn rhoi blas o feicio gwych sy'n cynnig darnau reidio heriol ar drac sengl ac ambell ddringfa anodd.

#### Llwybr y Copa (18 km, graddfa goch)

Mae Llwybr y Copa'n cynnwys holl drac sengl y ganolfan gyda digon o adrannau sy'n llifo a throelli, ynghyd â dringfa fawr.

#### Llwybr Syfydrin (35 km, graddfa ddu)

Mae'r Llwybr hwn yn cynnwys holl Lwybr y Copa ond mae'n mynd allan dros fryniau agored i gynnig profiad beicio heriol yn ogystal.

### Llwybrau eraill

Mae'r ddau lwybr rhedeg yn rhoi cyflwyniad ardderchog i redeg llwybr. 5km yw **Llwybr y Llo** tra bo **Llwybr y Fuwch** yn 10 km, ac mae arwyddbyst ar gyfer y ddau'n cychwyn o'r ganolfan ymwelwyr.

Mae Llwybr marchogaeth ag arwyddbyst **Mynydd March** ( $6\frac{1}{2}$  milltir, 10.5 km) yn dilyn llwybr cylchynol drwy ffyrdd coedwig, llwybrau a heolydd tawel.

Mae'r **Llwybrau cyfeiriannu** parhaol yn cynnwys cwrs haws ar gyfer dechreuwyr a theuluoedd a chwrs anoddach ar gyfer cyfeiriannwyr profiadol.

### Cysylltu â ni

Canolfan Ymwelwyr Bwlch Nant yr Arian, Ponterwyd, Aberystwyth SY23 3AB

01970 890453

bnya@cyfoethnaturiolcymru.gov.uk

### Sut i gyrraedd yma

Mae **Canolfan Ymwelwyr Bwlch Nant yr Arian 9 milltir i'r dwyrain o Aberystwyth ar yr A44**. Mae'r bws 525 Aberystwyth - Llanidloes yn stopio ar gais ger mynediad y maes parcio.

**Cod post ar gyfer llyw lloeren SY23 3AB**  
**Cyfeirnod grid OS SN 717 813**



## Ardal Aberystwyth



### 3 Gogerddan

Taith gerdded goedwigol gyda golygfeydd arfordirol a chlychau'r gog yn y gwanwyn



Yn daith fer yn y car o Aberystwyth, mae Gogerddan yn safle picnic sy'n hawdd i'w ganfod ac sydd â thaith gerdded goedwigol. Mae'r maes parcio a'r ardal bicnic yn agos at goetir hynafol a fu unwaith yn rhan o ystad Gogerddan, a rannwyd yn ystod y 1940au. Mae'r coetir yn gartref i hen goed hardd, gan gynnwys derw, castanwydd pêr a phisgwydd, ac yn ystod y gwanwyn gwelwch arddangosfa drawiadol o flodau tymhorol. Mae'r safle picnic mewn lleoliad cysgodol wrth ochr y nant, ac mae'r daith gerdded gylchol yn dechrau yn y maes parcio. Mae hon yn daith gerdded gymharol fyr, ond caiff y dringfeydd serth drwy'r coed eu gwobrwyo â rhai golygfeydd hyfryd.

### Llwybr cerdded

#### Llwybr Gogerddan (1½ milltir, 2.4 km, cymedrol)

Gyda chyfeirbwyntiau o'r maes parcio, mae Llwybr Gogerddan yn dringo drwy'r coetir. Mae'r llwybr yn mynd heibio i hen goed hardd, ac yn y gwanwyn mae'r coetir wedi'i orchuddio â chlychau'r gog. Mae nifer o ddringfeydd a disgyniadau serth ar hyd y ffordd, ynghyd â nifer o fannau golygfa gyda chipolwg o Fae Ceredigion.

### Sut i gyrraedd yma

#### Mae coetir Gogerddan 5 milltir i'r gogledd-ddwyrain o

**Aberystwyth.** Ewch ar yr A44 o Aberystwyth i Langurig. Ar ôl tair milltir, trowch i'r chwith ar y cylchdro ac ymuno â'r A4159 tuag at Fachynlleth. Ar ôl mynd trwy Gapel Dewi, trowch i'r dde wrth y groesfan sydd ar waelod y bryn tuag at Benrhyn-coch. Ewch heibio i dai gwydr anferthol ar yr ochr dde, a rhes o dai ar y chwith. Mae'r maes parcio ar y chwith, yn syth ar ôl y tŷ olaf.

Cyfeirnod grid OS SN 634 837



## Ardal Aberystwyth



4

### Coed Maenarthur

Pont dros geunant, rhaeadr ysblennydd a bryngaer enfawr



Mae Coed Maenarthur yn goetir sy'n llawn hanes, mewn ardal a fu unwaith yn gartref i ddiwydiant gwaith plwm prysur.

Mae yno daith gerdded â chyfeirbwyntiau drwy'r coetir, y gellir ei chyrraedd ar draws pont uchel dros Afon Ystwyth. Cymrodd y bont bren hon le'r un a ddefnyddiwyd gan y mwyngloddwyr y credir iddi gwmpo. Mae'r daith yn arwain at Gastell Grogwynion, un o fryngaerau mwyaf Cymru, ac yn mynd heibio'n agos i raeadr drawiadol. Mae Coed Maenarthur yn arbennig o hardd yn yr hydref, pan fo'r coed yn dân o felyn a choch.

### Llwybr cerdded

#### Llwybr Maenarthur (2½ milltir, 4 km, cymedrol)

Mae Llwybr Maenarthur yn dechrau'n agos i olwyn ddŵr pentref Pont-rhyd-y-groes. Mae angen i chi fynd trwy gât y llwybr troed er mwyn cyrraedd y bont dros y ceunant. Mae'r llwybr yn dringo llechwedd goediog y fryngaer o'r Oes Haearn i ddechrau, ac yna'n arwain at lannerch gyda golygfeydd rhyfeddol dros y coed ac i lawr i'r cwm. Mae'r llwybr yn mynd heibio i raeadr ysblennydd ac yna'n dilyn yr afon chwim. Mae'n dychwelyd hyd llwybr ar hyd gwaelod y ceunant. Mae gan y daith gerdded hon nifer o ddringfeydd hir a disgyniadau serth.

### Sut i gyrraedd yma

#### Mae Coed Maenarthur 14 milltir i'r de-ddwyrain o

**Aberystwyth.** Cymerwch y B4340 o Aberystwyth i Drawsgoed. Dilynwch y ffordd hon drwy Drawsgoed tan ei bod yn croesi Afon Ystwyth, yna trowch yn syth i'r chwith a dilyn yr afon tuag at Bont-rhyd-y-groes. Wrth y fynedfa at Bont-rhyd-y-groes, parciwch yn synhwyrol ar ochr chwith y ffordd wrth ymyl Pont y Glowyr (gyferbyn â'r olwyn ddŵr).

Cyfeirnod grid OS SN 738 722



## Ardal Aberystwyth



### 5 Ystad Hafod Teithiau cerdded trwy goetiroedd dramatig, rhaeadrau a golygfeydd mewn tirwedd hanesyddol



Saif Ystad Hafod mewn oddeutu 200 hectar yng nghwm Ystwyth a'r bryniau amgylchynol i'r dwyrain o Aberystwyth. Caiff ei hadnabod fel un o'r enghreifftiau gorau o dirwedd "darluniadwy" yn Ewrop, ac roedd yn gyrchfan hanfodol i dwristiaid cynnar oedd yn ymweld â Chymru.

Cynlluniwyd yr ystad yn hwyr yn y ddeunawfed ganrif gan Thomas Johnes, a adeiladodd dŷ yn y lleoliad anghysbell hwn. Cynlluniwyd y tir i arddangos prydforthwch naturiol gan ddilyn yr "egwyddorion darluniadol" a oedd yn ffasiynol ar y pryd. Datblygodd deithiau cerdded cylchol a oedd yn caniatáu i ymwelwyr fwynhau dilyniant o olygfeydd a phrofiadau. Yn fuan iawn daeth Hafod yn gyrchfan i ymwelwyr oedd yn chwilio am "natur wyllt". Defnyddiodd Johnes y tir ar gyfer ffermio, coedwigaeth a garddio hefyd, gan arbrofi gyda syniadau a dulliau newydd ym mhob achos.

Cafodd y plas ei ddymchwel yn y 1950au a heddiw mae'r ystad yn cael ei rheoli gan Gyfoeth Naturiol Cymru mewn partneriaeth ag Ymddiriedolaeth Hafod.

Saif **Eglwys Newydd**, a adweinir hefyd fel Eglwys Hafod, nesaf at y prif faes parcio. Cafodd yr eglwys Gothig fendigedig hon ei chomisiynu gan Johnes a'i hadeiladu yn gynnar yn y 1800oedd. Ychydig iawn o newid a fu i'w golwg allanol, ond cafodd y to a'r gosodiadau Gothig y tu fewn eu difrodi'n wael gan dân. Ers hynny, mae wedi cael ei hadfer ac mae ar agor i'r cyhoedd rhwng y Pasg a diwedd mis Medi.



## Llwybrau cerdded

Mae pump o lwybrau cerdded gydag arwyddbyst, o wahanol hyd ac anhawster, yn arwain o'r maes parcio. Mae tri o'r llwybrau yn filltir o hyd neu'n llai. Maent yn mynd trwy goed ac mae ganddynt olygfeydd godidog. Mae dau lwybr cylchol clasurol hefyd a grëwyd gan Johnes.

Mae **Rhodfa'r Foneddiges** yn dilyn llwybrau sy'n dringo'n ysgafn trwy ddôl a heibio i raeadr, ac mae **Rhodfa'r Bonheddwr** gryn dipyn yn hirach gyda llawer o ddringo a disgyn serth ar ei ffordd i Lefel Lampwll.

### Taith Coed Hafod (¾ milltir, 1.2 km, cymedrol)

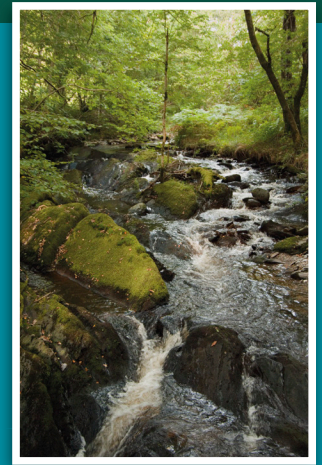
Mae'r daith fer hon yn mynd i gyfeiriad y gorllewin ar hyd llethr cwm Ystwyth sy'n wynebu'r de, ac mae'n cynnig golygfeydd godidog ar draws Ystad Hafod. Mae'n mynd trwy sawl gwahanol fath o goetir a cheir opsiwn i ymuno â llwybr gwahanol i gwblhau taith cylchol yn ôl i'r maes parcio.

### Taith Cofgolofn Bedford (1 milltir, 1.6 km, cymedrol)

Llwybr cerdded sy'n dringo'n ysgafn i fyny at gofgolofn Bedford lle gallwch fwynhau golygfa fendigedig dros yr ystad.

### Taith Ceunant Ystwyth (1 milltir, 1.5 km, cymedrol)

Mae'r llwybr ysblennydd hwn yn mynd â chi ar draws y ceunant creigiog ar bont gadwyni cul a sigledig (ond diogel!). Mae rhywfaint o ddringo a disgyn ar hyd y ffordd gyda disgyniadau serth ger y llwybr.



### Rhodfa'r Foneddiges (2 filltir, 3.6 km, cymedrol)

Mae'r llwybr hwn yn un o ddau lwybr cylchol clasurol a grëwyd gan Johnes yn ei flynyddoedd cynnar yn yr Hafod. Mae'n mynd trwy ddôl hyfryd a heibio i raeadr odidog ar hyd llwybrau sy'n dringo'n ysgafn.

### Rhodfa'r Bonheddwr (6 milltir, 3.7 km, anodd)

Hwn yw'r ail lwybr cerdded cylchol "darluniadol" a grëwyd gan Johnes. Mae'n cynnwys coed ffawydd anferth hynafol, rhaeadr anhygoel Lefel Lampwll a phontydd unigryw. Mae'n daith gerdded anodd gyda llawer o ddringo a disgyn serth.

## Sut i gyrraedd yma

Mae Ystad Hafod 16 milltir i'r de-ddwyrain o Aberystwyth. Ewch ar hyd y B4574 o Bontarfynach i Gwmystwyth. Ar ôl 2½ milltir, trowch i'r dde ar gyffordd driongllog Dilynwch y ffordd hon am filltir arall gan wyro i'r dde. Mae'r maes parcio ar y chwith, yn union ar ôl Eglwys Hafod.  
**Cyfeirnod grid OS SN 768 736**



## Ardal Aberystwyth



### 6 Y Bwa

Llwybrau cerdded gyda manau golygfa o fewn Ystad Hafod



Mae'r safle hwn wedi'i enwi ar ôl hen fwa carreg sy'n eistedd wrth ymyl y B4574 o Bontarfynach. Tan yn ddiweddar, roedd y ffordd yn arwain drwy'r bwa ei hun. Adeiladwyd y bwa yn 1810 i nodi Jiwbil Aur Brenin Siôr III. Adeiladwyd ef gan Thomas Johnes, a ddyluniodd blasty a thiroedd Ystad Hafod. Dymchwelwyd y plasty yn y 1950au, ac erbyn hyn mae'r ystad a'i llwybrau cerdded yn cael eu rheoli gan Gyfoeth Naturiol Cymru mewn partneriaeth ag Ymddiriedolaeth Hafod. Mae tri llwybr cerdded â chyfeirbwyntiau yma, sy'n arwain drwy'r coed a blannwyd gan Johnes.

### Llwybrau cerdded

**Llwybr y Ffawydd Hynafol**  
(½ milltir, 0.8 km, cymedrol)

Gwelwch goed ffawydd 200 mlwydd oed wedi'u plannu gan ddylunydd Ystad Hafod, Thomas Johnes.

**Llwybr Coetir y Bwa**  
(1 milltir, 1.6 km, cymedrol)

Mae'r llwybr cerdded cylchol hwn yn arwain trwy goetir, ac mae ganddo amryw o fannau golygfa ar hyd y ffordd.

**Y Llwybr Panorama**  
(1½ milltir, 2.5 km, cymedrol)

Ar ôl dringfa fer ond serth, cewch eich gwobrwyo ag un o olygfeydd mwyaf ysbrydoledig canolbarth Cymru. Ar ddiwrnod clir, gallwch weld Cadair Idris, sydd nifer o filltiroedd i ffwrdd ym Mharc Cenedlaethol Eryri.

### Sut i gyrraedd yma

Mae'r Bwa 15 milltir i'r dwyrain o Aberystwyth.

Ewch ar hyd y B4574 o Bontarfynach i Gwmystwyth. Oddeutu dwy filltir ar ôl Pontarfynach, mae bwa carreg ar y chwith a maes parcio ac ardal bicnic yn syth ar ei ôl.

Cyfeirnod grid OS SN 765 756



## Ardal Aberystwyth



### 7 Grogwynion

Ardal bicnic ger yr afon a choetir heddychlon gyda choed ffynidwydd enfawr



Mae Grogwynion yn faes parcio bach a safle picnic dymunol wrth Afon Ystwyth, sydd yn daith fer yn y car o Aberystwyth.

Cloddiwyd am arian, plwm a sinc yn y cwm hwn am ganrifoedd, ond erbyn heddiw mae'n llecyn heddychlon i dreulio diwrnod â'r teulu. Mae'r safle picnic mewn llannerch o goed helyg a bedw yn agos i lan yr afon, ac mae yno ddau lwybr cerdded â chyfeirbwyntiau o fewn coetir Ty'n y Bedw – edrychwch am arwydd mawr pren gyferbyn â'r maes parcio sy'n nodi'r manau cychwyn.

### Llwybrau cerdded

**Llwybr Craig yr Ogorf**  
(½ milltir, 1 km, hawdd)

Mae'r llwybr byr hwn yn arwain ar hyd ochr cwm Ystwyth, ac mae ganddo rai golygfeydd hyfryd ar hyd llechweddi coedwigol serth. Mae yno ddringfa fer ar y dechrau, ac mae mainc ar hyd y ffordd y gallwch fwynhau'r golygfeydd ohoni.

**Llwybr Ty'n y Bedw**  
(2½ milltir, 4 km, cymedrol)

Mae'r llwybr hirach hwn yn dechrau wrth ddringo trwy goed ffynidwydd enfawr, cyn ymdroelli o amgylch y llechwedd, a chyfnwid rhwng ffyrdd coedwig llydan a llwybrau byr ar hyd nant. Mae golygfeydd dros gwm Ystwyth, a thros hen weithfeydd plwm. Mae nifer o ddringfeydd hir, a rhai disgyniadau serth ar hyd y ffordd.

### Sut i gyrraedd yma

Mae safle picnic Grogwynion 14 milltir i'r de-ddwyrain o Aberystwyth. Cymerwch y B4340 o Aberystwyth i Drawsgoed. Dilynwch y ffordd hon drwy Drawsgoed, tan iddi groesi Afon Ystwyth, ac yna trowch i'r chwith yn syth, a dilyn yr afon. Ar ôl mynd heibio'r felin lifio, bydd y maes parcio rai cannoedd o fetrau ar y chwith.

Cyfeirnod grid OS SN 694 715



## Ardal Aberystwyth



### 8 Coetir Lloches Ddu Ardal bicnic gysgodol a llwybr cerdded at fryngaer hynafol



Mae'r Lloches Ddu yn lleoliad heddychlon wrth ymyl Afon Ystwyth, sy'n llifo trwy'r cwm serth hwn ar ei ffordd i Aberystwyth. Mae yno ardal bicnic o dan gysgod coed ynn, bedw a chastanwydd pêr mawr, a mainc bren hyfryd wrth ymyl y dŵr clir. Mae Llwybr Alltfedw yn dringo i fyny bryngaer hynafol Alltfedw, lle mae man golygfa sy'n edrych dros y bryniau tonnog a'r dyffrynnoedd. Mae Llwybr Glan yr Afon yn llwybr haws, drwy goetir ffawydd sydd wedi'i orchuddio â chlychau'r gog yn y gwanwyn.

### Llwybrau cerdded

#### Llwybr Glan yr Afon (1¼ milltir, 2 km, hawdd)

Mae'r llwybr hwn yn cynnig taith gerdded ysgafn o'r man picnic ar hyd Afon Ystwyth. Mae'n dychwelyd drwy goetir, sydd wedi'i lenwi ag arogl resin a charpedi o glychau'r gog yn y gwanwyn.

#### Llwybr Alltfedw (2 filltir, 3.2 km, cymedrol)

Mae Llwybr Alltfedw yn mynd heibio i bwl llonydd wrth iddo arwain at y fryngaer 2,000 mlwydd oed, sef Alltfedw. Yma mae man golygfa sydd â golygfeydd panoramig dros fryniau tonnog a dyffrynnoedd. Mae llawer o ddringfeydd hir a disgyniadau serth ar hyd y llwybr hwn.

### Sut i gyrraedd yma

Mae coetir Lloches Ddu 9 milltir i'r de-ddwyrain o Aberystwyth. Cymrwch y B4340 o Aberystwyth i Drawsgoed. Trowch i'r dde dros y bont (sydd ag arwydd yn dweud Llanilar B4575), ac yna trowch yn syth i'r chwith ac i'r chwith eto i mewn i'r maes parcio.

Cyfeirnod grid OS SN 667 730



## Ardal Aberystwyth



### 9 Gwarchodfa Natur Genedlaethol Cors Caron Llwybr pren hygyrch ar draws cyforgors eang, llwybr beicio a llwybr glan yr afon



Mae Gwarchodfa Natur Genedlaethol Cors Caron yn wlyptir eang yng nghwm llydan Afon Teifi. Mae'r warchodfa heddychlon hon yn cynnwys tair cyforgors sydd wedi'u creu gan fawn dwfn sydd wedi casglu dros y 12,000 mlynedd diwethaf. Mae'r corsydd wedi'u hamgylchynu â gwylau cyrs, ffeniau, glaswelltir gwlyb, coetiroedd, afonydd, nentydd a phyllau. Mae'r amrywiaeth syfrdanol hwn o gynefinoedd, sydd yn lliw coch, rhydlyd yn yr hydref, yn cefnogi cyfoeth o fywyd gwylt. Mae'r llwybr pren yn eich arwain allan dros y gors, mae llwybr glan yr afon, ac mae rhan o Lwybr Beicio Ystwyth o fewn y warchodfa. Mae'r toiledau yn hygyrch ac ar agor bob amser.

### Llwybrau cerdded a beicio

#### Llwybr Cors Caron (1½ milltir, 2.6 km, hygyrch)

Mae'r llwybr pren yn arwain dros gors y de-ddwyrain. Mae'n mynd heibio amryw o feinciau, ac adeilad arsylwi mawr sydd â golygfeydd o'r dirwedd. Mae'n hollol hygyrch ac mae ganddo arwyneb pob tywydd.

#### Llwybr Glan yr Afon (4¼ milltir, 7 km, cymedrol)

Mae'r llwybr cylchol hwn yn dilyn glan yr afon ac yn arwain drwy ganol Cors Caron. Gall fod yn fwdlyd, ac argymhellir esgidiau glaw! Mae'r llwybr hwn ar gau ar adegau o achos gorlifo, a ni chaniateir cŵn.

#### Llwybr yr Hen Reilffordd (3½ milltir, 6 km yno ac yn ôl, hawdd)

Mae'r llwybr hwn, sy'n llinellol yn rhannol, yn dilyn hen reilffordd ar hyd ymyl y warchodfa ac yn rhan o Lwybr Ystwyth, Llwybr Beicio Cenedlaethol Sustrans rhwng Tregaron ac Aberystwyth. Gall cerddwyr, beicwyr a marchogwyr ddefnyddio'r llwybr.

### Sut i gyrraedd yma

Mae Gwarchodfa Natur Genedlaethol Cors Caron 2 filltir i'r gogledd o Dregaron. Dilynwch yr arwydd o'r groesffordd yn Nhregaron tuag at y B4343. Ar ôl oddeutu dwy filltir, mae'r maes parcio ar y chwith.

Cyfeirnod grid OS SN 692 625



## Ardal Llanidloes



### 10 Coedwig Hafren

Coedwig yn llawn o lwybrau cerdded rhaeadrau i bawb eu mwynhau



#### Plannwyd Coedwig Hafren gan y Comisiwn Coedwigaeth yn ystod y 1930au. Mae wedi ei henwi ar ôl Afon Hafren.

Mae tarddle Afon Hafren 800 metr y tu allan i ffiniau'r goedwig mewn gorgors fawn dwfn ar lethrau Pumlumon. Wrth iddi lifo trwy'r goedwig, daw'r afon yn ffrydlif cyflym gyda sgydiau a rhaeadrau.

Mae cerdded ar hyd un o'r llwybrau sydd ag arwyddbyst yn ffordd wych o fwynhau'r afon hyfryd hon. Mae'r llwybr hiraf yn mynd â chi at darddle'r Hafren. Mae'r llwybrau byrrach yn mynd at rhaedrau yn y goedwig, gan gynnwys y rhaeadr "Dŵr Torri Gwddf" enwog. Mae llwybrau pren a man i wylïo'r rhaeadr ar y llwybr sy'n addas i bawb o bob gallu.



Mae Coedwig Hafren hefyd yn gartref i nifer o lwybrau troed a llwybrau ceffyl, a dyma'r man cychwyn ar gyfer dwy daith gerdded hir. Mae adnoddau picnic dymunol ger y maes parcio ac mae'r toiledau ar agor rhwng y Pasg a mis Hydref.

#### Gwybodaeth am Hygyrchedd

Cafodd **Llwybr Rhaeadr Hafren**, sy'n hanner milltir o hyd, ei gynllunio mewn partneriaeth â chymdeithasau anableded lleol. Mae'n dilyn llwybr igam ogam at lwybr pren sy'n addas i bawb o bob gallu ar hyd glan yr afon at Raeadr Hafren. Mae llwyfan wedi ei godi yma gyda mainc picnic er mwyn mwynhau'r olygfa. Mae dau le parcio anabl yn y maes parcio â tharmac ger y toiledau hygyrch (ar agor rhwng y Pasg a mis Hydref).

## Llwybrau cerdded

Mae gan y llwybrau cerdded hyn i gyd arwyddbyst ac maent yn dechrau o faes parcio Rhyd-y-benwch.

#### Llwybr Rhaeadr Hafren (½ milltir, 0.8 km, hygyrch)

Mae Llwybr Rhaeadr Hafren yn mynd i lawr at lwybr pren ar hyd glan ar afon at Raeadr Hafren. Mae llwyfan wedi ei godi yma i fwynhau'r olygfa cyn dychwelyd trwy'r goedwig.

#### Llwybr Dŵr Torri Gwddf (1½ milltir, 2.5 km, cymedrol)

Mae Llwybr Dŵr Torri Gwddf yn dilyn glan yr afon cyn mynd trwy ardal bicnic yn y ddôl a'r goedwig. Yna mae'n croesi pont droed lle mae Afon Hafren yn taranu i lawr i'r rhaeadr "Dŵr Torri Gwddf" enwog.

#### Llwybr Rhaeadr Blaenhafren (3 milltir, 5 km, cymedrol)

Dyma lwybr hynod o hardd trwy ganol y goedwig ar hyd glan Afon Hafren i Raeadr Blaenhafren.

#### Llwybr Tarddle Hafren (7 milltir, 11 km, anodd)

Mae Llwybr Tarddle Hafren yn arwain trwy'r goedwig at lwybr carreg trwy rostir corsïog i darddle Hafren. Mae'r llwybr yn ôl yn mynd heibio i rhaeadr a gweddillion hen waith copr o'r Oes Efydd



## Llwybrau erail

Mae rhannau bach o **Llwybr Glyndŵr**, Llwybr Cenedlaethol, yn mynd trwy ffin ddwyreiniol Coedwig Hafren.

Mae **Llwybr Cerdded Bro Gwy** yn llwybr cerdded 136 milltir o hyd ar hyd Afon Gwy o Goedwig Hafren i Gas-gwent.

Mae **Llwybr Hafren** yn llwybr cerdded 210 milltir o hyd o Goedwig Hafren i Fryste, a dyma'r daith gerdded hiraf ar lan afon ym Mhrydain.

Mae rhan o **Sarn Sabrina**, llwybr cerdded cylchol 25 milltir, yn mynd trwy Goedwig Hafren.

Mae **Llwybr Beicio Cenedlaethol Sustrans Lôn Las Cymru** rhwng Caerdydd a Chaerdybi yn mynd trwy Goedwig Hafren.

Mae **Llwybr Y Tywysog Llywelyn** yn llwybr ceffyl 80 milltir o hyd. Mae'n mynd trwy Goedwig Hafren ar ei ffordd o ffin Powys i Borth ar yr arfordir.

## Sut i gyrraedd yma

**Mae Coedwig Hafren 6 milltir i'r gorllewin o Lanidloes.**

Dilynwch Stryd y Bont Fer allan o ganol tref Lanidloes. Croeswch yr afon a throi i'r chwith. Dilynwch y ffordd gul hon am 5½ milltir, gan fynd heibio'r Hen Neuadd, ac mae maes parcio Rhyd-y-benwch ar y chwith. Dilynwch y ffordd gul hon am 5½ milltir, gan fynd heibio'r Hen Neuadd, ac mae maes parcio Rhyd-y-benwch ar y chwith.

**Cyfeirnod grid OS SN 857 869**



## Ardal Llanandras



### 11 Coedwig Maesyfed (Fishpools)

Taith gerdded goedwigol gyda golygfeydd trawiadol ar hen dir hela brenhinol



**Roedd Coedwig Maesyfed yn arfer bod yn goedwig yn yr ystyr canoloesol o fod yn ardal agored ar gyfer hela ceirw.**

Am ganrifoedd roedd yn cael ei defnyddio fel tir hela brenhinol. Erbyn hyn, mae'n dirwedd o ffermio bryniau, gweundiroedd, dyffrynnoedd serth a chul, a bryniau.

Mae llawer o'r coetiroedd sydd yma yn cael eu rheoli gan Gyfoeth Naturiol Cymru. Mae'r maes parcio yn Fishpools yn darparu mynediad i'r milltiroedd o lwybrau ceffylau a lonydd gwyrdd sydd yn y goedwig hynafol hon, a mynediad i'r llwybr cerdded gyda man golygfa dros bentref Bleddfa.

Mae Bleddfa yn golygu "lle'r blaidd", ac yn ôl y traddodiad gyrrwyd y bleiddiaid olaf yng Nghymru o Goedwig Maesyfed i'r dyffryn yma a'u lladd.

### Llwybr cerdded

#### Llwybr Fishpools (2½ milltir, 4 km, cymedrol)

Mae'r llwybr goedwigol cylchol hwn yn arwain at fan golygfa arbennig dros bentref Bleddfa a'r cefn gwlad sydd o gwmpas. Mae yna ddolen ychwanegol opsiynol i'r llwybr o amgylch y rhostir, lle'r oedd gan y bobl leol ar un adeg yr hawl i dorri mawn am danwydd.

## Ardal Llanandras



### 12 Coed Nash

Coedwig ar y gororau rhwng Cymru a Lloegr



**Mae Coed Nash yn hen Sir Faesyfed, sydd bellach yn rhan o Bowys, a gorwedd ei ffiniau hanner yng Nghymru a hanner yn Lloegr.** Dyma un o fannau tawelaf canolbarth Cymru, ond mae hanes cythryblus i'r ardal hyfryd hon. Bu brodorion Cymru a'r goresgynwyr Normanaidd o Loegr yn ymladd dros Goedwig Maesyfed am ganrifoedd, ac mae nifer o fryngaerau o amgylch yr ardal. Mae'n llawer tawelach yno heddiw, ac mae'n lle delfrydol i fynd am dro yn y coed.

### Llwybr cerdded

#### Llwybr Coed Nash (2 filltir, 3.3 km, cymedrol)

Mae'r llwybr cerdded cylchol hwn o faes parcio Coed Nash yn mynd trwy gymysgedd o goetiroedd. Mae'n lle gwych i weld ffwng lliwgar os ydych yn ymweld yn yr hydref. Hanner ffordd o amgylch y llwybr, mae llwyfan Golygfa Burfa yn edrych dros Goedwig Maesyfed a Chefn Hergest yn ogystal â rhai o'r bryngaerau sy'n nodwedd gyffredin o'r gororau rhwng Cymru a Lloegr yn yr ardal hon.



### Sut i gyrraedd yma

**Mae maes parcio Fishpools 7 milltir i'r gorllewin o Drefyclo.**

Dilynwch yr A488 am 5½ milltir o Drefyclo i Fleddfa. Parhewch am ychydig dros ½ milltir, a bydd maes parcio Fishpools ar eich ochr chwith.

Cyfeirnod grid OS SO 188 683

### Sut i gyrraedd yma

**Mae Coed Nash 500 metr i'r de o Lanandras.**

Dilynwch y B4355 o Drefyclo i Geintun. Ar y groesfan-T, ychydig cyn Llanandras, trowch i'r chwith i fynd ar y ffordd osgoi. Trowch i'r dde gyferbyn â'r ysgol uwchradd ac mae'r maes parcio i lawr y ffordd hon ar y dde.

Cyfeirnod grid OS SO 306 625



## Ardal Llanandras



### 13 Coed Cwningar Porth i raeadr ysgubol a thri llwybr cerdded



Cafodd Coed Cwningar ei henw oherwydd bod y cwingod a arferai fyw mewn cwingaroadd yma'n ffynhonnell fwyd ar un adeg. Dros 200 mlynedd yn ôl daeth yn lle poblogaidd gydag ymwelwyr oedd yn hoffi'r rhaeadr a elwid yn Ddŵr Torri Gwddf. Trawsnewidiwyd y dirwedd gan berchnogion Fictoraidd yr ystâd, gan droi ardal o weundir eang yn goedwig er budd ymwelwyr oedd yn dod i weld y rhaeadr. Tyfodd y coed a blannwyd ganddynt yn fforest aeddfed bellach a cheir sawl coeden enfawr yma y gellir eu hedmygu o'r tri llwybr cerdded ag arwyddbyst.

### Llwybrau cerdded

#### Llwybr y Rhaeadr ( $\frac{1}{3}$ milltir, $\frac{1}{2}$ km, hawdd)

Mae'r llwybr byr hwn, sy'n wastad ar y cyfan, yn mynd yn syth i'r rhaeadr, cyrchfan boblogaidd gan ymwelwyr Oes Fictoria. Mae'n dychwelyd ar hyd yr un ffordd i'r maes parcio.

#### Llwybr Dŵr Torri Gwddf ( $\frac{3}{4}$ milltir, 1 km, cymedrol)

Mae'r llwybr cylchynol hwn drwy'r coed yn eich arwain uwchlaw rhaeadr enwog Ddŵr Torri Gwddf.

#### Llwybr y Gwningar ( $1\frac{1}{2}$ milltir, 2.3 km, anodd)

Mae Llwybr y Gwningar yn gofyn am ymdrech wrth fynd â chi am dro i uchder o 560 troedfedd (170m). Mae'r llwybr cylchynol hwn yn cynnig golygfeydd ysgubol o rai o goed mwyaf sir Faesyfed, llawer ohonynt wedi'u plannu yn Oes Fictoria.

### Sut i gyrraedd yma

Mae Coed Cwningar 1 filltir i'r de-orllewin o Faesyfed.

Ewch ar yr A44 o Geintun i Landrindod. Filltir ar ôl Maesyfed trowch i'r dde ger yr arwydd brown i ymwelwyr i mewn i faes parcio'r cyngor. Ar ôl gadael yr heol, dilynwch yr arwyddion i faes parcio Coed Cwningar.

Cyfeirnod grid OS SO 187 598



## Ardal Llanymddyfri



### 14 Coedwig Irfon (Pwll Bo) Dau lwybr hawdd ar lan afon gyda man picnic glaswelltlog



Mewn rhan ddiarffordd o ganolbarth Cymru sydd, serch hynny'n hawdd dod o hyd iddo, mae Pwll Bo yn rhan o Goedwig Irfon.

Ystyr Bo yw 'corsio' ac mae'r maes parcio a'r ardal bicnic ar lan yr afon yn fan cychwyn ar gyfer dau lwybr byr, y gellir defnyddio cadair olwyn ar un ohonynt. Ceir arwyddbyst ar y ddau lwybr sy'n dilyn Afon Irfon ar ei thaith i lawr o Fynyddoedd y Cambria i ymuno ag Afon Gwy yn Llanfair-ym-muallt. Mae Pwll Bo ychydig filltiroedd o Lanwrtyd, sy'n honni mai hi yw'r dref leiaf yn Mhrydain.

### Llwybrau cerdded

#### Llwybr Afon Irfon ( $\frac{3}{4}$ milltir, 1.2 km, hawdd)

Mae'r llwybr hygyrch hwn yn dilyn glan Afon Irfon. Mae'n troelli rhwng coed sbriws gan ddychwelyd ar hyd yr un ffordd i'r maes parcio.

#### Llwybr Cwm Irfon (1 milltir, 1.4 km, hawdd)

Mae'r llwybr cylchynol hwn yn dilyn yr un ffordd ar hyd glan yr afon â Llwybr Afon Irfon, ond pan ddaw'r arwyneb caled i ben, bydd yn mynd i fyny ychydig o allt cyn dychwelyd ar hyd ffordd dawel drwy'r goedwig.

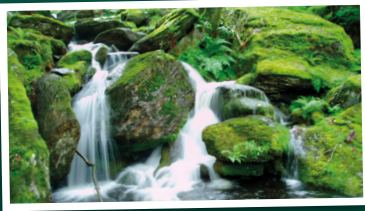
### Gwybodaeth am Hygyrchedd

Mae Llwybr Afon Irfon yn llwybr hawdd, gwastad heb ddim grisiau, ac mae'n addas i bawb. Ceir sawl mainc ar hyd y ffordd ble gallwch fwynhau'r golygfeydd a chân yr afon.

### Sut i gyrraedd yma

Mae Pwll Bo 3 milltir i'r gogledd orllewin o Lanwrtyd. O'r A483 yn Llanwrtyd, ewch ar hyd y ffordd heb ei dynodi a arwyddir i Abergwesyn. Ar ôl 3 milltir, mae maes parcio Pwll Bo ar y dde.

Cyfeirnod grid OS SN 851 509



## Ardal Llanyddyfri



**15 Cwm Rhaeadr**  
Llwybrau ag arwyddbyst ar gyfer cerdded, beicio mynydd a marchogaeth ar eu hyd



**Coedwig a man picnic diarffordd ym mlaenau dyffryn Tywi yw Cwm Rhaeadr.** Ceir dau llwybr cerdded ag arwyddbyst yno ynghyd â llwybr beicio mynydd sy'n addas ar gyfer reidwyr profiadol. Mae'r llwybr marchogaeth byr yn arwain at llwybr ceffyl sy'n croesi Mynydd Mallaen ac mae'n cynnig golygfeydd godidog.

### Llwybrau cerdded, beicio mynydd a marchogaeth

**Llwybr Pob Gallu**  
(¾ milltir, 1.25 km, hygyrch)

Mae'r llwybr hwn drwy'r coed yn addas ar gyfer defnyddwyr cadeiriau olwynion. Mae'n pasio dau bwlldŵr ble gellir cael cip ar was y neidr yn ystod yr haf.

**Llwybr Beicio Mynydd Cwm Rhaeadr (4 milltir, 6.7 km, graddfa coch)**

Efallai fod y llwybr ag arwyddbyst hwn yn fyr ond mae'n cynnig beicio un llwybr, disgynfa dros gefn greigiog a golygfeydd ysblennydd dros y dyffryn a'r rhaeadr. Os gwelwch yn dda, darllenwch y bwrdd gwybodaeth ar y safle i wneud yn siŵr bod y llwybr hwn yn addas i chi.

**Llwybr y Rhaeadr**  
(2½ milltir, 4 km, cymedrol)

Ceir cip bob hyn a hyn drwy'r coed ar y rhaeadr wrth ddilyn y llwybr hwn drwy ran isaf y cwm. Mae'n mynd ar hyd glan yr afon.

**Llwybr marchogaeth**  
(1½ milltir, 2.5 km)

Mae'r llwybr ag arwyddbyst hwn yn dilyn heol y goedwig am filltir a hanner ac yna gallwch droi'n ôl a dilyn eich camre ar hyd yr un ffordd neu ymuno â'r llwybr ceffyl sy'n croesi Mynydd Mallaen.

#### Gwybodaeth am Hygyrchedd

Mae'r **Llwybr Pob Gallu**'n addas ar gyfer defnyddwyr cadeiriau olwynion.

### Sut i gyrraedd yma

**Mae Cwm Rhaeadr 5 milltir i'r gogledd o Lanymddyfri.**

Dilynwch arwyddion ar gyfer Cilycwm o'r A40 neu'r A483. Ewch drwy Gilycwm ac yn eich blaen tua'r gogledd i gyfeiriad Cronfa Ddŵr Llyn Brianne. Ar ôl rhyw filltir, gwelir arwydd maes parcio Cwm Rhaeadr ar y chwith.

**Cyfeirnod grid OS SN 765 423**



## Ardal Llanyddyfri



**16 Fforest Cao**  
Tri llwybr cerdded mewn fforest a enwyd ar ôl pentref hanesyddol



**Cafodd y goedwig fythwyrdd hon ei henwi ar ôl pentref cyfagos Cao, sef man geni Llywelyn ap Gruffydd, tywysog olaf Cymru rydd.** Plannwyd y coed ar rostir yn ystod yr 20<sup>fed</sup> ganrif gan y Comisiwn Coedwigaeth er mwyn creu pren. Mae gan Fforest Cao sawl milltir o ffordd a llwybrau drwy'r goedwig a cheir sawl llwybr ag arwyddbyst sy'n cychwyn yn y maes parcio.

### Llwybrau cerdded

**Llwybr Rhodfa Pont Anell**  
(1 milltir, 1.6 km, hawdd)

Mae'r llwybr hyfryd hwn drwy'r goedwig yn croesi pont dros nant ble ceir bwrdd picnic mewn döl ddi-goes.

**Llwybr Rhodfa Rhiw Goch**  
(1¼ milltir, 2 km, cymedrol)

Mae'r llwybr yn dilyn rhodfeydd glaswelltlog a ffordd goedwig wrth ddringo drwy amrywiaeth o goed. Eich gwobr am ddringo yw'r golygfeydd gwych o'r fainc ar y copa.

**Llwybr Rhodfa Glyn Anell**  
(2½ milltir, 4 km, hawdd)

Er mai dyma'r llwybr ag arwyddbyst hiraf, mae'n llwybr hawdd a chymharol wastad ar ffordd y goedwig.

### Llwybr arall

**Llwybr Cothi**  
(8 milltir, 13 km, cymedrol)

Mae'r llwybr hwn yn defnyddio'r heolydd a'r llwybrau sy'n cydio Fforest Cao â dyffryn Cothi. Ceir ambell ddringfa serth ar y llwybr hwn, sy'n addas ar gyfer cerddwyr, beicwyr a phobl ar gefn ceffyl.



### Sut i gyrraedd yma

**Mae Fforest Cao 9 milltir i'r gogledd orllewin o Lanymddyfri.**

Ewch ar yr A482 o Lanwrda i Lanbedr Pont Steffan. Ar ôl 8 milltir, trowch i'r dde i gyfeiriad pentref Cao. Ewch drwy Gaeo gan ddilyn arwyddion am y fforest, ac mae'r maes parcio i'w weld 750 metr ar ôl y pentref.

**Cyfeirnod grid OS SN 679 405**



## Ardal Llanyddyfri



### 17 Coedwig Brechfa Llwybrau coetir, llwybrau beicio mynydd a gardd goedwig unigryw



Mae Coedwig Brechfa yn enw modern am ran o'r Goedwig Glyn Cothi hynafol, a ddarparai ddeunyddiau adeiladu a thir pori i bobl leol. Yn dilyn trechiad terfynol Cymru gan Edward I, daeth Glyn Cothi yn Goedwig Frenhinol a oedd yn cael ei gweinyddu dan y Ddeddf Goedwigaeth am nifer o ganrifoedd. Ers hynny, mae coedwig wahanol iawn wedi datblygu. Yn ystod y 1900au, plannodd y Comisiwn Goedwigaeth Goedwig Brechfa â choed conwydd er mwyn hybu cronfa bren Prydain ar ôl y Rhyfel Byd Cyntaf. Y pedwar maes parcio o fewn Coedwig Brechfa yw'r manau cychwyn ar gyfer amryw o lwybrau cerdded a beicio mynydd â chyfeirbwyntiau.

#### Beicio mynydd yng Nghoedwig Brechfa

Mae Coedwig Brechfa yn prysur enill enw da fel lle gwych i feicio mynydd. Mae beicwyr hyfedr wrth eu bodd â **Llwybr y Gigfran**, llwybr y gwnaeth y beiciwr mynydd adnabyddus Rowan Sorrell helpu i'w ddylunio. Gall dechreuwr a beicwyr iau brofi eu tro cyntaf yn beicio oddi ar y ffordd ar **Llwybr Derwen**.

Darllenwch y wybodaeth sydd ar y safle er mwyn sicrhau eich bod yn dewis llwybr sy'n addas ar eich cyfer. Mae gwybodaeth ynghylch graddio'r llwybrau hefyd ar ein gwefan.

### Sut i gyrraedd yma

#### 17a Abergorlech:

O'r A482 rhwng Llanbedr Pont Steffan a Llanyddyfri, trowch ymlaen i'r B4302 tuag at Lansawel. O Lansawel, dilynwch yr arwyddion i Abergorlech. Mae'r maes parcio ar y dde, yn syth cyn y pentref.

Cyfeirnod grid OS SN 585 337

### Llwybrau cerdded a beicio mynydd

#### Maes parcio Abergorlech

Mae Abergorlech yn gartref i leoliad picnic ar lan yr afon gydag ardal chwarae. Dyma hefyd yw man dechrau llwybr cerdded i ardd goed unigryw.

#### Llwybr Glan yr Afon (1 milltir, 1.7 km, hawdd)

Mae'r llwybr coetir hwn, sy'n wastad yn bennaf, yn arwain ar hyd afon brydferth Gorlech a thros bont gefngrwm, cyn dychwelyd ar hyd ffordd y goedwig.

#### Llwybr Gorlech (3½ milltir, 5.7 km, cymedrol)

Mae'r llwybr hwn yn dilyn Afon Gorlech ar hyd ffyrdd coedwig, cyn croesi pont fach at Llwybr troed a dringo i fyny drwy'r coetir.

#### Llwybr yr Ardd Goedwig (5 milltir, 8.3 km, anodd)

Mae'r ardd goedwig yn gymysg o hanner y rhywogaethau coed a ellid eu tyfu ar Ynysoedd Prydain. Plannwyd hwy gan y Comisiwn Goedwigaeth, er mwyn asesu eu haddasrwydd ar gyfer coedwigaeth Prydain.

#### Llwybr Beicio Mynydd Gorlech (19 km, gradd goch)

Mae gan y llwybr hwn arwynebedd caled a chyflym sy'n addas ar gyfer pob tywydd, ysgafellau wedi eu llunio'n berffaith, troeon enfawr, neidiau a phonciau pen bwrdd. Gallwch hefyd ddechrau'r llwybr hwn o faes parcio Sifigwm (y cyfeirnod grid OS yw SN 553 395).

### Sut i gyrraedd yma 17b Byrgwm:

O'r A40 rhwng Llandeilo a Chaerfyrddin, dilynwch y B4310 drwy bentref Brechfa. Ar ôl un filltir, bydd y maes parcio ar y chwith.

Cyfeirnod grid OS SN 544 315

#### Maes parcio Byrgwm

Mae Byrgwm yn golygu "cwm byr". Mae'r llwybr cerdded â chyfeirbwyntiau hwn yn mynd heibio i un o'r tai adfail yng Nghoedwig Brechfa.

#### Llwybr Coedwig Byrgwm (4 milltir, 6.4 km, cymedrol)

Mae'r daith gerdded hon yn arwain trwy ardaloedd o goed ffynidwydd Douglas mawr, a phyrwydd Norwy wedi'u taenu â mwsogl. Mae'n mynd heibio i dyddyn adfeilledig, sy'n ein hatgoffa'n ingol fod mwy o bobl yn arfer byw oddi ar y tir.

#### Llwybr Beicio Mynydd Derwen (9.2 km, gradd werdd)

Mae Llwybr Derwen yn llifo'n hawdd drwy goetir derwen ac yn rhoi cyflwyniad unigryw i feicio mynydd i feicwyr nad ydynt yn brofiadol oddi ar y ffordd. Mae yno hefyd estyniad opsiynol 4.2 km gradd las hanner ffordd ar hyd y llwybr.

#### Llwybr Beicio Mynydd y Gigfran (18.5 km, gradd ddu)

Yn addas i feicwyr hyfedr yn unig, mae'r llwybr hwn yn mentro ymhellach i'r goedwig. Mae'n cymysgu traciau sengl traddodiadol trwy goetir gyda rhai disgyniadau ar arwynebedd rhydd, a llwybr tonnog, cyflym gydag ysgafellau a neidiau.

#### Meysydd parcio Keepers a Gwarallt

Mae'r meysydd parcio yn Keepers (y cyfeirnod grid OS yw SN 523 319) a Gwarallt (y cyfeirnod grid OS yw SN 520 322) ill dau yn fannau cychwyn i lwybr cerdded byr â chyfeirbwyntiau.





## Ardal Llanyddyfri



### 18 Coedwig Crychan (Halfway)

Cerdded, beicio a marchogaeth ar ffyrdd y goedwig a hen lwybrau porthmyn



**Mae Coedwig Crychan ynghanol harddwch y wlad rhwng Bannau Brycheiniog a Mynyddoedd y Cambria.**

Flynnyddoedd yn ôl, cyn plannu'r coed, byddai porthmyn yn mynd y ffordd hon wrth fynd â gwartheg a defaid o fynyddoedd canolbarth Cymru i'r farchnad yn Llundain. Bellach, mae'r milltiroedd lawer o lwybrau ceffylau a beicio drwy'r goedwig yn cydio'r meysydd parcio yn Halfway, Brynffo, Esgair Fwyog a Fferm Cefn at ei gilydd. Yn ogystal ceir llwybr cerdded ag arwyddbyst a llwybr beicio o faes parcio Halfway.

### Llwybrau cerdded, beicio a marchogaeth

#### Llwybr Nant y Dresglen (2 filltir, 3.6 km, cymedrol)

Mae'r llwybr cerdded cylchynol hwn yn ymdroelli drwy'r coed, ond byth ymhell iawn o sŵn yr afon sy'n benthg ei enw i'r llwybr.

#### Llwybr Beicio Allt Troedrhiw-fer (6.3 km)

Mae'r llwybr beicio ag arwyddbyst yn dilyn tirwedd donnog ffyrdd y goedwig dros yr afon cyn dychwelyd ar hyd ochr y bryn. Ceir cyswllt â Ffordd Epynt, llwybr ceffyl 50 milltir o hyd o gwmpas ardal hyfforddi filwrol Pontsenni.

#### Llwybrau marchogaeth a gyrru ceffyl a throl

Ceir mynediad agored ar gyfer marchogaeth a gyrru ceffyl a throl drwy holl Goedwig Crychan ynghyd â sawl milltir o lwybrau ag arwyddbyst. Ewch i'n gwefan i gael manylion am y llwybrau a'r cyfleusterau ar gyfer pobl sy'n marchogaeth neu'n gyrru ceffyl a throl yn y pedwar maes parcio sydd yn ein gofal yng Nghoedwig Crychan.

### Sut i gyrraedd yma

**Mae maes parcio Halfway 5 milltir i'r dwyrain o Lanymddyfri.**

Ewch ar yr A40 o Lanymddyfri i Aberhonddu ac, ar ôl 5 milltir, gwelir arwydd am y maes parcio ar y chwith ar hyd ffordd fechan fer.

Cyfeirnod grid OS SN 835 330



## Ardal Llanyddyfri



### 19 Coedwig Cilgwyn

Llwybr cerdded mewn goedwig heddychlon ar odre Bannau Brycheiniog



**Coedwig fechan yng nghefn gwlad sir Gaerfyrddin yw Cilgwyn, ac ynddi gymysgedd hyfryd o goed gan gynnwys ffynidwydden Douglas, ffawydd a sbrîws.** Yn y gwanwyn bydd y gelltydd ger ffordd y goedwig yn drwm dan glychau glas. Nid yw'r goedwig heddychlon hon nepell o'r A40 drwy Barc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog, sy'n golygu ei fod yn lle delfrydol i oedi am seibiant. Ceir llwybr cerdded cylchynol ag arwyddbyst sydd yn ddigon byr ond sy'n cynnwys dringfa gyson dros 500 metr. Dim ond ychydig filltiroedd o dref farchnad Llanyddyfri y mae Coedwig Cilgwyn, ble ceir siopau, caffis a thafarndai, a cheir man picnic yng Nghoedwig Pen Arthur gerllaw.

### Llwybr cerdded

#### Llwybr Cilgwyn (2 filltir, 3 km, cymedrol)

Mae Llwybr Cilgwyn yn cychwyn ar heol y goedwig gan ddringo'n gyson drwy'r coed. Mae'r llwybr yn troi oddi ar y ffordd i hen lwybr, gan basio coed ffawydd a phwll dŵr. Yna mae'n croesi ffordd y goedwig ac yn mynd i fyny gallt, sy'n drwm dan glychau glas yn y gwanwyn, cyn disgyn yn ôl i lawr i'r man cychwyn ar ffordd y goedwig.

### Sut i gyrraedd yma

**Mae Coedwig Cilgwyn 3 milltir i'r de orllewin o Lanymddyfri.**

Ewch ar yr A4069 o Lanymddyfri i Langadog. Ar ôl milltir, trowch i'r chwith ar hyd ffordd heb ei dynodi ac ewch yn eich blaen am filltir arall. Yn y gyffordd ewch yn syth ymlaen ac, ar ôl hanner milltir bydd mynedfa Coedwig Cilgwyn ar y chwith. Parciwch yn ofalus ger y fynedfa gan adael y clwyd'n rhydd ar gyfer mynediad i drigolion a'r gwasanaethau brys.

Cyfeirnod grid OS SN 752 297



## Ardal Llanyddyfri



### 20 Coedwig Pen Arthur Llwybr sy'n dringo i lecyn â golygfa ysblennydd dros y Mynydd Du



**Lleolir Coedwig Pen Arthur ym Mharc Cenedlaethol Bannau Brycheiniog ac mae'n hawdd dod o hyd iddi oddi ar ffordd bert yr A4069 drwy'r mynyddoedd.** Mae'r goedwig heddychlon hon yn gymysgedd ddeniadol o goed bythwyrdd a choed collddail cynhenid, a cheir clychau glas yn drwch yma yn y gwanwyn. Ceir lle picnic ger y maes parcio a llwybr ag arwyddbyst yn arwain at fan i fwynhau'r olygfa.

### Llwybr cerdded

**Llwybr Golygfa Banc-Carreg-foel-gam  
(4 milltir, 6.4 km, anodd)**

Mae'r ffordd hon yn dringo'r holl ffordd i fan mwynhau golygfa sydd 1150 o droedfeddi (350 m) uwch lefel y môr. Oddi yma ceir golygfeydd godidog ar ddiwrnod clir dros y Mynydd Du a dyffryn Tywi. Rydych yn dychwelyd ar hyd yr un ffordd.

### Llwybr arall

Mae rhan o Llwybr y Bannau, llwybr hir o'r Fenni i Langadog, yn pasio drwy Goedwig Pen Arthur. Gall y rheini sy'n darllen map yn dda gerdded darn o'r llwybr drwy ymuno â'r llwybr cyhoeddus yn y goedwig ym Manc-Carreg-foel-gam a dilyn tramwyfeydd cyhoeddus i Garn Goch cyn dychwelyd ar hyd ffordd fach. Mae'r llwybr hwn yn 8 milltir (13 km) o hyd, ond nid oes arwyddbyst arno a dim ond y llwybrau yn y goedwig sydd ar dir a reolir gan Cyfoeth Naturiol Cymru.

### Sut i gyrraedd yma

**Mae Coedwig Pen Arthur 7 milltir i'r de o Lanymddyfri.** Ewch ar yr A4069 o Langadog i Frynman. Ar ôl 2 filltir, mae mynedfa'r maes parcio ar y dde.

Cyfeirnod grid OS SN 717 255



## Ardal Llanyddyfri



### 21 Coedwig Gymunedol Talyllychau Dringfa serth i fyny bryn coedlog, a golygfa o adfeilion abaty



**Mae Coedwig Gymunedol Talyllychau'n edrych dros bentref hanesyddol yn nyffryn Cothi yn sir Gaerfyrddin.** Tyfodd pentref Talyllychau o gwmpas yr abaty a sefydlwyd yn y 12<sup>fed</sup> ganrif. Diddymwyd y fynachlog gan Harri VIII a defnyddiwyd y garreg i adeiladu llawer o'r pentref presennol, gan gynnwys y capel. Ceir golygfeydd o adfeilion yr abaty, sydd o dan ofal Cadw, o'r tri llwybr cerdded. Ceir llwybrau ag arwyddbyst sy'n cychwyn o'r gilfan sydd ychydig ymhellach na maes parcio'r abaty.

### Llwybrau cerdded

Mae'r llwybrau cerdded hyn i gyd yn cynnwys dringfa go serth ac yn mynd â chi i olygfan, gyda sedd yno i fwynhau'r golygfeydd.

**Llwybr Golygfa Talyllychau  
(1¼ milltir, 2.9 km, anodd)**

Mae'r llwybr hwn yn dringo'n serth i fyny bryn eithnog ar llwybr igam ogam.

**Llwybr Coed Mawr  
(1¼ milltir, 2.2 km, anodd)**

Mae'r llwybr hwn yn mynd drwy hen blanhigfa goed sy'n gartref i goed deri, ynn, pin a sbrws enfawr.

**Llwybr Cwm yr Efail  
(2½ milltir, 4 km, anodd)**

Mae'r llwybr hwn yn dringo'n serth drwy'r hen blanhigfa goed ac yn dychwelyd i lawr bryn eithnog.

### Sut i gyrraedd yma

**Mae Coedwig Gymunedol Talyllychau 12 milltir i'r gorllewin o Lanymddyfri.** O'r A482 rhwng Llanbedr Pont Steffan a Llanyddyfri, dilynwch y B4302 i Dalyllychau a Llandeilo. Dilynwch arwyddion ar gyfer Abaty Talyllychau a pharciwch yn ystyrlon yn y gilfan fach ger mynedfa'r goedwig, sydd ychydig ymhellach na maes parcio'r abaty.

Cyfeirnod grid OS SN 631 329



## Llwybrau pellter mawr yng nghanolbarth Cymru

Mae Canolbarth Cymru'n gartref i dri llwybr pellter mawr, y gellir mwynhau pob un ohonynt mewn adrannau ymarferol llai o faint. Mae pob un yn agored i gerddwyr ac mae rhai adrannau'n agored i feicwyr a marchogion.

**Llwybr Glyndŵr** yw'r Llwybr Cenedlaethol 135 milltir o hyd o Drefyclo i'r Trallwng dros rostir agored a thrwy dir amaeth toreithiog a choedwigoedd. Mae'r llwybr hwn, sydd wedi ei enwi ar ôl un o dywysogion Cymreig y 15<sup>fed</sup> ganrif, yn troelli trwy ganolbarth Cymru ar ffurf pedol, gan basio trefi marchnad bychain a phentrefi tawel. Wedi cyrraedd Machynlleth, ger aber Afon Dyfi, mae'n troi'n ôl tua'r dwyrain a'r Trallwng heibio Llyn Efyrynwy.



Mae **Llwybr Clawdd Offa** yn ymestyn 177 milltir o Gas-gwent i Brestatyn. Mae'r Llwybr Cenedlaethol hwn yn dilyn y ffin â Lloegr a'r gwrthglawdd trawiadol a adeiladwyd gan y Brenin Offa yn yr 8<sup>fed</sup> ganrif i ddiogelu Teyrnas Mersia rhag teyrnasoedd eraill. Mae adran ganol y llwybr yn cynnig tirwedd amrywiol iawn wrth iddo droelli i mewn ac allan o ganolbarth Cymru a thrwy ardal dawel y ffin, a adnabyddir hefyd fel Y Gororau.



Yn 870 milltir o hyd, **Llwybr Arfordir Cymru** yw'r llwybr di-dor hiraf ar hyd arfordir gwlad. Ceir arwyddbyst ar ei hyd â chynllun draig-gragen glas a melyn unigryw arnynt, mae'r llwybr yn ymestyn o Gas-gwent i Gaer. Mae Llwybr Arfordir Ceredigion, ar hyd pennau clogwyni canolbarth Cymru o Fachynlleth i Aberteifi, yn adran ddramatig o'r llwybr. Ceir llawer o olygfeydd trawiadol a thraethau hardd ar hyd arfordir amrywiol Bae Ceredigion, sy'n gartref i'r haid fwyaf o ddolffiniaid yn y DU.



# DEWISWCH LWYBR 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
<b>Hygyrch</b>	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.
<b>Hawdd</b>	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.
<b>Cymedrol</b>	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.
<b>Anodd</b>	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
 <b>Ffordd Goedwig neu debyg</b>	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.
 <b>Gwyrdd Hawdd</b>	Beicwyr ifanc/newydd. Sgiliau beicio sylfaenol yn angenrheidiol. Y mwyafrif o feiciau a hybridiau. Gellir mynd â threlars ar rai llwybrau gwyrdd.
 <b>Glas Cymedrol</b>	Beicwyr/beicwyr mynydd canolradd gyda sgiliau beicio oddi ar y ffordd sylfaenol. Beiciau mynydd neu hybridiau.
 <b>Coch Anodd</b>	Beicwyr mynydd medrus gyda sgiliau beicio oddi ar y ffordd da. Addas ar gyfer beiciau mynydd oddi ar y ffordd o safon dda.
 <b>Du Difrifol</b>	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.



## PARCHU. DIOGELU. MWYNHAU.

Mae'r Côt 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 lwybr

### Mwynhewch yr awyr agored a chymerwch ofal

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

### Teulu'r Côt Cefn Gwlad

Mae teulu'r Côt Cefn Gwlad yn cynnwys codau penodol ar gyfer rhai o'r gweithgareddau cyffrous y gallech gymryd rhan ynddynt, fel nofio gwyllt, pysgota a chanwïo.

Yn ogystal, ceir côd cerdded cŵn ar gyfer troeon diogel a hapus gyda'ch ci, ac ar gyfer osgoi peri problemau i eraill.

**LAWRLWYTHWCH EICH COPI o'r Côt Cefn Gwlad**  
[www.cyfoethnaturiol.cymru](http://www.cyfoethnaturiol.cymru)

# Coedwigoedd a Gwarchodfeydd Natur Cenedlaethol

## Forests and National Nature Reserves

- |   |  |   |
|---|--|---|
| <p><b>1</b> Gwarchodfa Natur Genedlaethol Dyfi: Ynyslas a Chanolfan Ymwelwyr<br/>Dyfi Ynyslas National Nature Reserve and Visitor Centre<br/></p> <p><b>2</b> Canolfan Ymwelwyr Bwlch Nant yr Arian<br/>Bwlch Nant yr Arian Visitor Centre<br/></p> <p><b>3</b> Gogerddan<br/></p> <p><b>4</b> Coed Maenarthur<br/></p> <p><b>5</b> Ystad Hafod Hafod Estate<br/></p> <p><b>6</b> Y Bwa The Arch<br/></p> <p><b>7</b> Grogwynion<br/></p> | <p><b>8</b> Coetir Lloches Ddu<br/>Black Covert<br/></p> <p><b>9</b> Gwarchodfa Natur Genedlaethol Cors Caron<br/>Cors Caron National Nature Reserve<br/></p> <p><b>10</b> Coedwig Hafren Hafren Forest<br/></p> <p><b>11</b> Coedwig Maesyfed (Fishpools)<br/>Radnor Forest (Fishpools)<br/></p> <p><b>12</b> Coed Nash Nash Wood<br/></p> <p><b>13</b> Coed Cwningar Warren Wood<br/></p> <p><b>14</b> Coedwig Irfon (Pwll Bo)<br/>Irfon Forest (Pwll Bo)<br/></p> <p><b>15</b> Cwm Rhaeadr<br/></p> | <p><b>16</b> Coedwig Cao Caio Forest<br/></p> <p><b>17a</b> Coedwig Brechfa (Abergorlech)<br/>Brechfa Forest (Abergorlech)<br/></p> <p><b>17b</b> Coedwig Brechfa (Byrgwm)<br/>Brechfa Forest (Byrgwm)<br/></p> <p><b>18</b> Coedwig Crychan (Halfway)<br/>Crychan Forest (Halfway)<br/></p> <p><b>19</b> Coed Cilgwyn Cilgwyn Wood<br/></p> <p><b>20</b> Coed Pen Arthur<br/>Pen Arthur Wood<br/></p> <p><b>21</b> Coetiroedd Cymunedol Tallyllychau<br/>Talley Community Woodlands<br/></p> |
|---|--|---|

Atgynhychwyd â chaniatâd yr Arolwg Ordnans ar ran Llyfrfa ei Mawrhydi.  
© Hawlfraint a hawliau cronfa ddata'r Goron 2016. Cedwir pob hawl.  
Rhif Trwydded yr Arolwg Ordnans 100019741

Reproduced by Permission of Ordnance Survey on behalf of HMSO.  
© Crown copyright and database right 2016.  
Ordnance Survey Licence number 100019741



### Allwedd / Key

- |   |                                       |  |
|---|---------------------------------------|--|
| Parcio<br>Parking                             | Caffi<br>Café                         | Seiclo<br>Cycling                          |
| Parcio (tâl)<br>Parking (charge)              | Siop<br>Shop                          | Llwybr becio mynydd<br>Mountain bike trail |
| Parcio (hygyrch)<br>Parking (accessible)      | Llwybr Cerdded<br>Walking trail       | Llwybr rhedeg<br>Running trail             |
| Canolfan Ymwelwyr<br>Visitor Centre           | Cyfeiriannu<br>Orienteering           | Llwybr marchogaeth<br>Horse riding trail   |
| Cyfleusterau hygyrch<br>Accessible facilities | Croeso i gŵn<br>Dogs welcome          | Maes chwarae<br>Play area                  |
| Toiletau<br>Toilets                           | Cuddfan bywyd gwyllt<br>Wildlife hide | Maes picnic<br>Picnic area                 |
| Lle newid babanod<br>Baby changing            | Golchi beiciau<br>Bike wash           | Barbeciw<br>Barbecue                       |

