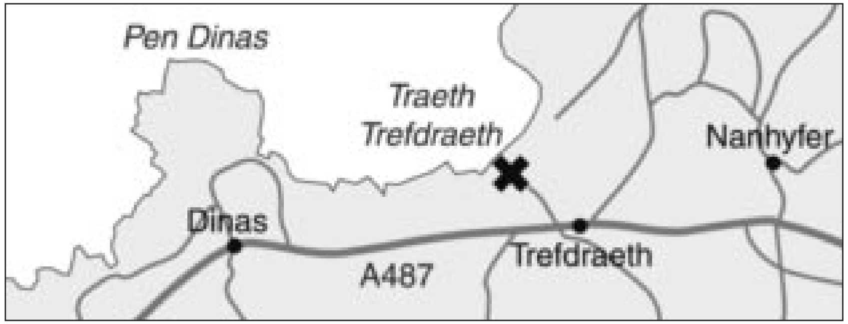
Sut i gyrraedd yno:

Trafnidiaeth gyhoeddus: Cyfeiriwch at wefan Cyngor Sir Benfro: www.sir-benfro.gov.uk/llwybrau-bysiau-ac-amserlenni/llwybrau-bysiau-rhestr-yr-holl-fysiau

Eich trafnidiaeth eich hun: Gogledd Sir Benfro; yn nhref Trefdraeth. Dewch ar gefnffordd yr A487 a dilyn yr arwyddion i faes parcio Parrog.



Cyfeirnod y man cychwyn: SN051396

Toiledau: ym maes parcio Trefdraeth Parrog.

Sylwer: gellir ond cerdded y daith hon pan fydd y llanw'n isel, felly holwch am amserlen y llanw cyn mentro allan.

Cynhyrchwyd taflen ar wahân gan Grŵp Llwybrau Trefdraeth gyda'r daith gerdded hon ynddi. Mae ar gael o'r Ganolfan Groeso ac o Gaffi Morawelon. Mae fersiwn Braille ar gael hefyd, ond mae'n rhaid i chi ei dychwelyd.

Parrog Trefdraeth i'r Cwm

Taith fynediad hwylus: 0.8 milltir (1.3 km).

Cymeriad: taith hamddenol, ar lwybrau ag arwyneb yn bennaf, ar hyd Bae Trefdraeth. Golygfeydd gwych o'r aber a'r arfordir.

Parc Cenedlaethol Arfordir Penfro
Pembrokeshire Coast National Park

Disgrifiad

Mae'r daith hon yn dilyn ymyl deheuol Bae Trefdraeth, o Drefdraeth Parrog allan tua'r môr. Mae yna olygfeydd gwych ar draws Traeth Trefdraeth at y clogwyni ar ochr arall y bae.

Roedd Trefdraeth Parrog yn arfer bod yn borthladd prysur. Adeiladwyd dros 50 o gychod hwylio ar hyd aber y Nyfer, ac roedd gan fasnachwyr lleol gyfranddaliadau mewn dysenni o gychod a fasnachai ar hyd Môr Iwerddon a thu hwnt. Cadwyd un o'r hen stordai ar y Parrog fel cartref clwb cychod y dref.

Cyfarwyddiadau

Trowch i'r dde allan o'r maes parcio ac ewch i fyny'r ramp ar y dde (graddiant o 1:8 am 7 metr) arno i'r cawsai (lled 97cm) ac yna I lawr (graddiant o hyd at 1:8 am 6 metr) ar lwybr palmantog (dim canllaw ar 1.5 metr olaf y ramp).

Dilynwch y llwybr o flaen y tai. Mae yna raddiant croes byr o 1:10 ble mae'r llwybr yn mynd i'r dde.

Pan fydd y llwybr yn cyrraedd Rock House (graddiant o hyd at 1:7 am 7 metr) trowch i'r dde ac yna i'r chwith i'r blaendraeth ac ymunwch â'r llwybr concrid am ychydig bach. Mae'r daith yn mynd yn ôl at y blaendraeth eto, ac er bod y tywod yn gadarn mae yna raddiant croes o hyd at 1:15 (gan ddibynnu ar y tymor) am 23 metr.

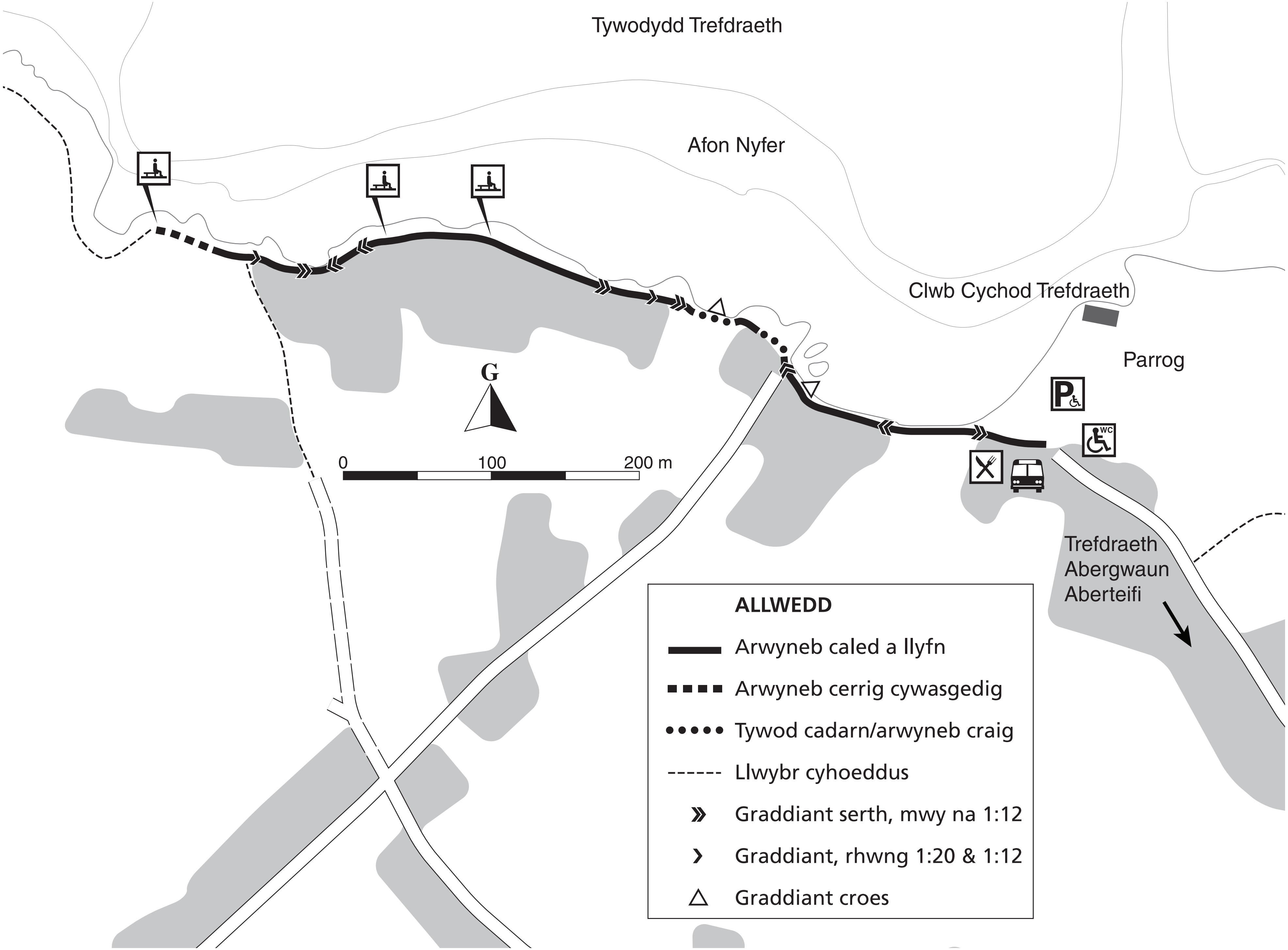
Mae arwyneb y llwybr ar hyd y blaendraeth yn amhenodol ac wedi'i lunio o dywod, graean bras a chreigwely anwastad. Ni ellir mynd ar hyd-ddo pan fydd y llanw'n uchel ac mae'r arwyneb yn gallu newid oherwydd y llanw a stormydd. (Gwiriwch amserau'r llanw)

Mae yna ramp byr sy'n 1:8 I fyny o'r blaendraeth am 2 metr, ac yna mae'r llwybr yn mynd I fyny'r tyle'n raddol (graddiant o 1:15 am 30 metr ac yna 1:8 am 20 metr ac yn olaf 1:15 am 23 metr) ac yna mae'n dod yn wastad.

Parhewch i ddilyn llwybr amlwg Llwybr yr Arfordir. Ar ôl yr ail sedd mae'r llwybr yn mynd i lawr y tyle gyda dwy adran sy'n 1:6: y cyntaf am 14 metr a'r ail am 5 metr. Ar ôl hyn, mae'r llwybr yn mynd I fyny'r tyle (47 metr ar radiant o 1:10 i 1:7, ac yna 10 metr sy'n 1:15).

Mae'r llwybr nawr yn wastad, anwastad ac yn culhau i 700mm mewn mannau. Mae'n parhau at ardal eistedd a golygfan ar hyd llwybr bordiau.Mae'r llwybr bordiau yn mynd i fyny ramp (graddiant o 1:12 am 4.1 metr) yn wastad am 6 metr ac yn mynd i lawr ramp (graddiant o 1:12 am 4.1 metr). Mae gan yr olygfan arwyneb gwair anwastad gyda 4 mainc.

Ewch yn ôl yr un ffordd.


Tywodydd Trefdraeth
Afon Nyfer
Clwb Cychod Trefdraeth
Parrog
G
0
100
200 m
Trefdraeth
Abergwaun
Aberteifi
ALLWEDD
Arwyneb caled a llyfn
Arwyneb cerrig cywasgedig
Tywod cadarn/arwyneb craig
Llwybr cyhoeddus
Graddiant serth, mwy na 1:12
Graddiant, rhwng 1:20 & 1:12
Graddiant croes