Cydnabyddiaethau

Cynhyrchwyd y llyfryn hwn fel rhan o '**Brosiect Darganfod Ceredigion**' Cyngor Sir Ceredigion, a weithredwyd gyda chymorth ariannol drwy Gynllun Datblygu Gwledig Cymru 2007–2013, a ariennir gan Lywodraeth Cynulliad Cymru a Chronfa Amaethyddol Ewrop ar gyfer Datblygu Gwledig.

Cyhoeddwyd y llyfryn gyda chymorth ariannol gan Gronfa Ymddiriedolaeth Cymunedau yn Gyntaf a Phartneriaeth Twristiaeth Canolbarth Cymru.

Lansiwyd y llyfryn ym Mhenwythnos Cerdded Cyntaf Tregaron ym mhresenoldeb Tori James a Caradog Jones, y Gymraes gyntaf a'r Cymro cyntaf i ddringo Everest. Roedd y penwythnos hwnnw hefyd yn lansio'r statws Croeso i Gerddwyr a roddwyd i Dregaron yn sgil cais a gyflwynwyd gan Glwb Cerdded Crwydro Caron.

Carem ddiolch i aelodau Clwstwr Croeso i Gerddwyr Bro Tregaron, a roddodd o'u hamser i ddod â'r llyfryn at ei gilydd, ac i'r perchnogion tir lleol am eu cydweithrediad. Diolch i Tom Hutton a Chiz Dakin am gerdded ar hyd y llwybrau a darparu'r disgrifiadau.

Yn olaf, diolch o galon i Julie Richards am y darluniau bendigedig o'r mapiau ar gyfer y llwybrau hyn.

www.cerddedtregaron.co.uk
www.walkersarewelcome.org.uk
www.tourism.ceredigion.gov.uk

Ymwadiad
Er bod Cyngor Sir Ceredigion wedi gwneud pob ymdrech i sicrhau cywirdeb o ran y cyhoeddiad hwn, ni all dderbyn cyfrifoldeb am unrhyw wallau, amryfusedd nac esgeulustra nac am unrhyw fater sydd mewn unrhyw ffordd yn gysylltiedig â chyhoeddi'r wybodaeth a geir yn y llyfryn, neu'n deillio ohono.

Y mapiau Arolwg Ordnans ar gyfer ardal y llwybrau yw Explorer 199 a 187. Mapiau darluniadol yn unig sydd yn y llyfryn hwn, a dylid eu defnyddio ochr yn ochr â'r mapiau priodol a chwmpawd.

Diolch i'r canlynol am gefnogi'r llyfryn hwn:

Llun clawr: Golygfa o Gwm Berwyn ar Daith Tref Twm (Dafydd Wyn Morgan)

CYNNWYS

			Tud.
1.	Taith Tref Twm	3.5 milltir	2
2.	Taith Cors Caron	4 milltir	5
3.	Taith yr Eliffant	5.5 milltir	8
4.	Taith Tregaron i Landdewi Brefi	9 milltir	11
5.	Taith Ystrad Fflur i Dregaron	9 milltir	14
6.	Taith Pentre Bach	9.5 milltir	17
7.	Taith Cwm Berwyn	11 millltir	21

Y Cynllun Croeso i Gerddwyr

Mae nifer o fanteision yn dod yn sgil sicrhau statws Croeso i Gerddwyr, fel y mae nifer cynyddol o gymunedau ar hyd a lled Prydain yn ei wneud. Mae'n atgyfnerthu enw da tref fel lle y gall ymwelwyr ddod i fwynhau'r awyr agored, sy'n fuddiol i'r economi lleol. Mae'n helpu sicrhau bod llwybrau a chyfleusterau i gerddwyr yn cael eu cadw mewn cyflwr da, sy'n fuddiol i bobl leol ac ymwelwyr fel ei gilydd. Mae'n gallu cyfrannu at gynlluniau twristiaeth a strategaethau adfywio lleol. Mae hefyd yn galluogi cymunedau i elwa ar gyfleoedd i rwydweithio â threfi eraill sy'n cynnig Croeso i Gerddwyr, gan rannu profiadau a thrafod syniadau newydd mewn ffordd anffurfiol. Ewch i **www.walkersarewelcome.org.uk** am ragor o wybodaeth.

Clwb Cerdded Crwydro Caron

Beth am ymuno â Chlwb Cerdded Crwydro Caron?
Ers sefydlu'r Clwb yn 2003, mae mwy na chant o bobl wedi ymaelodi ac yn cerdded gydol y flwyddyn, gan fwynhau amrywiaeth o deithiau cerdded, heriau a gwibdeithiau sy'n bodloni anghenion pob cerddwr. Ewch i **www.walktregaron.co.uk** am ragor o wybodaeth.

Y Cod Cefn Gwlad – *Parchu – Gwarchod – Mwynhau*

- Byddwch yn ddiogel – cynlluniwch ymlaen llaw a dilynwch unrhyw arwyddion
- Gadewch glwydi ac eiddo fel yr ydych chi'n eu cael nhw
- Gwarchodwch blanhigion ac anifeiliaid drwy fynd â'ch sbwriel adref gyda chi
- Cadwch gŵn dan reolaeth
- Meddyliwch am bobl eraill

Dilynwch y Cod Cefn Gwlad lle bynnag yr ewch chi. Gallwch fwynhau cefn gwlad i'r eithaf a byddwch hefyd yn helpu gwarchod cefn gwlad nawr ac ar gyfer cenedlaethau'r dyfodol.

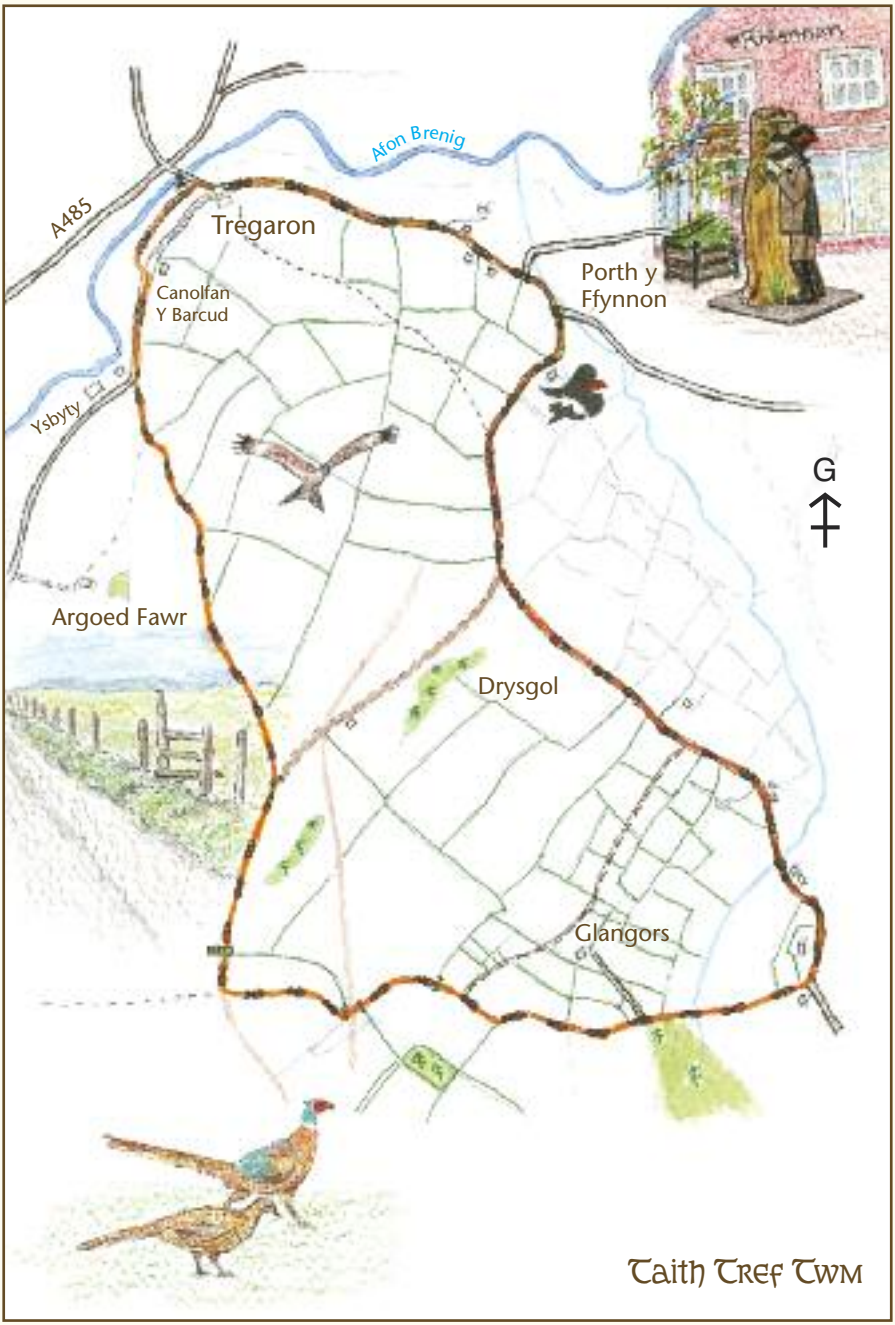
1. Taith Tref Twm

Pellter: 5.5 cilometr/3.5 milltir
Amser: 2 awr
Tirwedd: Llwybrau eglur ar y cyfan ar draws tir pori gyda rhywfaint o gerdded ar hyd lonydd tawel
Yn addas ar gyfer: Y rhan fwyaf o gerddwyr, plant egnïol. Cŵn ar dennyn ger da byw.
Gradd: Eithaf hawdd
Dechrau/Diwedd: Tregaron SN680597
Lluniaeth: Tregaron
Toiledau cyhoeddus: Tregaron
Trafnidiaeth gyhoeddus: Bysus yn ystod yr wythnos ac ar ddydd Sadwrn i Dregaron o Aberystwyth ac o Lanbedr Pont Steffan
Mapiau: OS Landranger 147; Explorer 199
Parcio: Maes parcio talu ac arddangos yn agos at Sgwâr Tregaron

1. O Westy'r Talbot (y tu cefn i chi), cerddwch draw i gyfeiriad y bont. Trowch i'r chwith yn union cyn croesi (wrth y garej), ac ewch drwy gât ac i'r fynwent. Ewch i'r dde a cherdded ar hyd llwybr tarmac, ac ewch yn syth yn eich blaen rhwng y tai nes bydd y ffordd yn lledu ac y gwelwch chi lwybr tarmac serth a chul yn arwain i fyny'r bryn ar y chwith. Dilynwch y llwybr hwn i'r top a throi i'r dde wrth gyrraedd y ffordd, ac yna i'r chwith ar hyd y lôn newydd, gyferbyn â'r Orsaf Dân.

2. Ewch yn eich blaen at y grid gwartheg ac yna trowch i'r chwith, dros gamfa. Cadwch ymyl y cae ar y chwith i chi am ychydig o gamau, ac yna trowch i'r dde er mwyn disgyn tua'r pant, ac yna dringo'n serth at gamfa yn y ffens uwchlaw i chi o'ch blaen – sylwer bod yna ddwy gamfa yn weddol agos at ei gilydd yma – yr un uchaf ar y chwith yw'r un i chi.

3. Cerddwch ar hyd ymyl y cae am 50m tuag at gamfa arall ar y dde, ewch drosti, ac yna troi i'r chwith rhyw fymryn er mwyn dringo at gamfa arall. Ewch drosti ac ewch yn eich blaen i'r un cyfeiriad, o amgylch y bryn a'r copa ar y chwith i chi, cyn disgyn at gamfa mewn cornel gorslyd, ger pentwr o gerrig. Trowch i'r dde rhyw fymryn er mwyn croesi'r cae cul nesaf, at gamfa arall. Wedi dringo'r gamfa trowch i'r dde ar hyd lôn goncrit.



© Hawlfraint y Goron. Cedwir pob hawl Cyngor Sir Ceredigion, 100024419, 2011.

4. Dilynwch y lôn at gât ac yn fuan wedyn, ewch i'r chwith er mwyn cerdded, ochr yn ochr ag ymyl y cae, at gât yn y gornel uchaf. Ewch drwyddi a chroesi lôn y fferm a cherdded i fyny llethr glaswelltog at gât arall. Nawr dilynwch y trac isel at gât, ewch drwyddi ac ymlaen at y fforch, a chadw i'r dde. Dilynwch y llwybr hwn nes iddo ymuno â lôn arall, trowch i'r dde a dilyn y lôn hon at y ffordd. Trowch i'r chwith a dilyn y ffordd i lawr yn hawdd, ac yna troi i'r chwith eto er mwyn dychwelyd i Dregaron, gan fynd heibio i dŷ o'r enw Porth y Ffynnon a adeiladwyd yn agos at fan geni Twm Siôn Cati, yr herwr lleol o'r 16eg ganrif.

A wyddoch chi?

Mae copi o ewyllys Twm Siôn Cati i'w weld yng Nghanolfan y Barcud ac Amgueddfa Tregaron. Beth am alw heibio?

(Gwybodaeth bellach am Twm Siôn Cati ar gael o **www.twmsioncati.co.uk**)

Beth am roi cynnig ar Geogelcio (*Geocaching*)!

Beth am chwilio am y geogelciau (*geocaches*) canlynol wrth fynd am dro?

1	**Taith Tref Twm**	N 52° 12′ 27.0″	W 3° 54′ 56.8″
2	**Taith Cors Caron**	N 52° 14′ 34.2″	W 3° 55′ 14.6″
3	**Taith yr Eliffant**	N 52° 13′ 58.5″	W 3° 53′ 59.2″
4	**Taith Tregaron i Landdewi Brefi**	N 52° 11′ 20.1″	W 3° 56′ 32.2″
5	**Taith Ystrad Fflur i Dregaron**	N 52° 16′ 31.3″	W 3° 50′ 23.1″
6	**Taith Pentre Bach**	N 52° 16′ 54.7″	W 4° 01′ 42.9″
7	**Taith Cwm Berwyn**	N 52° 12′ 01.8″	W 3° 50′ 58.5″

Mae geogelc (*geocache*) yn golygu cynhwysydd sy'n cynnwys llyfr log a gall fod ar wahanol ffurfiau.
Gallen nhw fod o dan feinciau, wrth ymyl pyst gatiau neu'r tu ôl i goed.

Sut mae chwilio?

- Gydag offer GPS neu hyd yn oed ffôn symudol sy'n gallu defnyddio GPS.
- Gwyliwch am y cyfesurynnau uchod pan fyddwch chi'n mynd am dro neu rhowch y cyfesurynnau yn y ddyfais a gwasgwch goto
- Ewch i **www.geocaching.com** i gael rhagor o wybodaeth am geocaching.
- Dylech nodi y gall cywirdeb dyfeisiau GPS amrywio. Os ydych am gael darlleniad cywir a chlir, mae gofyn sicrhau bod y dyfeisiau GPS yn medru gweld yr awyr yn glir er mwyn cael signalau. Gall coed, clogwyni ac adeiladau tal effeithio ar y derbyniad.

2. Taith Cors Caron

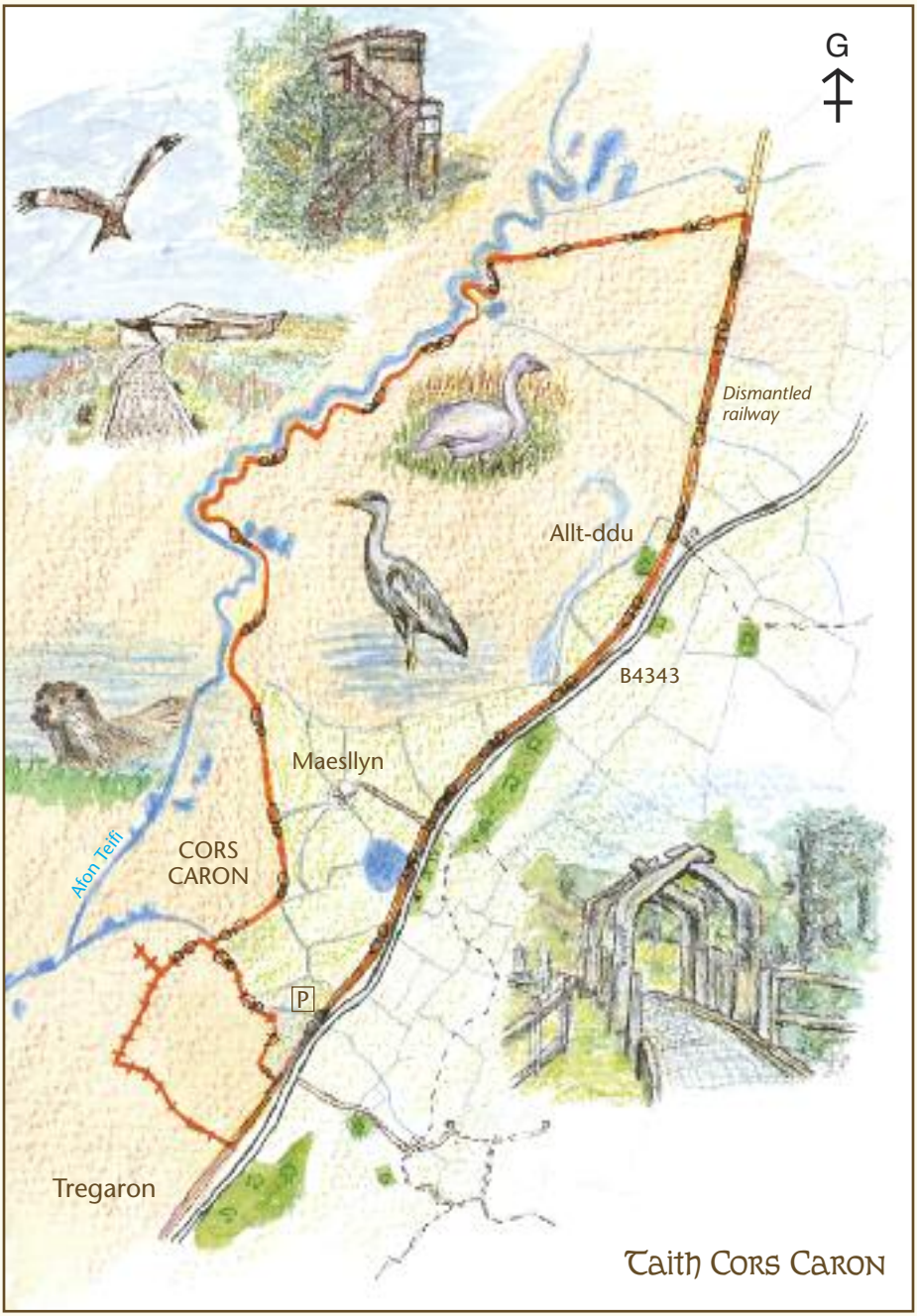
Pellter: 6.5 cilometr/4 milltir
Amser: 2–3 awr
Tirwedd: Llwybr pren ar ddechrau'r llwybr yn arwain at dir corsiog iawn ar ddechrau llwybr Glan yr Afon. Gall y llwybr fod o dan ddŵr mewn tywydd glawog iawn. Mae pyst pren coch yn arwain y ffordd ar draws y corstir.
Yn addas ar gyfer: Cerddwyr heini a phrofiadol. Ni chaniateir cŵn ar y daith hon.
Gradd: Cymhedrol
Dechrau/Diwedd: Maes Parcio Cors Caron SN692625
Lluniaeth: Dim
Toiledau cyhoeddus: Maes Parcio Cors Caron
Trafnidiaeth gyhoeddus: Dim
Mapiau: OS Landranger 146; Explorer 187, 199
Parcio: Maes Parcio Cors Caron

NODER: Am gyfnod dros yr haf, bydd llwybr Glan yr Afon ar gau er mwyn rheoli'r tir pori. Mae hefyd ar gau ar nifer o Sadyrnau yn ystod y gaeaf. Codir arwyddion yn rhoi manylion y cyfyngiadau angenrheidiol hyn. Cewch ragor o wybodaeth drwy ffonio Rheolwr y Warchodfa ar 01974 298480 yn ystod oriau swyddfa.

1. O'r maes parcio ewch i'r chwith ar hyd hen lwybr y rheilffordd at dri bwa pren cerfiedig ar y dde. Trowch i'r dde ac ewch drwy'r bwâu at lwybr pren. Dilynwch y llwybr pren heibio i gyfres o byllau bach ar y chwith i chi. Ewch yn eich blaen ar hyd y llwybr pren nes dewch chi at risiau byr ar y dde i chi ac arwydd sy'n rhoi manylion Llwybr Glan yr Afon (ni chaniateir cŵn wedi hyn).

2. O'r fan yma os ydych chi am ddefnyddio'r wylfa, ewch ar hyd y llwybr pren hyd at gyffordd ar y dde i chi, a dilynwch hwnnw hyd at yr wylfa. Dychwelwch at y grisiau er mwyn ailafael yn Llwybr yr Afon.

3. Ewch i lawr y grisiau a dilynwch y llwybr pren byr at y gât. Ewch drwy'r gât ar hyd llwybr corsiog sy'n mynd drwy ddôl gorsiog llawn cyrs. Lle mae'r tir yn codi rhyw ychydig, yn union cyn y gât, trowch i'r chwith, a dilynwch y pyst coch sy'n eich tywys chi rhwng y corstir ar y chwith a buarth y fferm ar y dde.



© Hawlfraint y Goron. Cedwir pob hawl Cyngor Sir Ceredigion, 100024419, 2011.

4. Mae'r llwybr glaswelltog sydd yn gorsiog mewn mannau yn mynd rhagddo drwy'r gât ac mae'n dilyn ymyl y tir amaethyddol hyd at bwynt, sydd wedi ei farcio â phostyn, lle mae'r llwybr yn troi'n siarp i'r chwith ac yn dilyn poncen hyd at yr afon. Trowch i'r dde i groesi'r bont bren fechan. Yna mae'r llwybr yn mynd rhagddo hyd at y postyn coch nesaf ar lan yr afon.

5. Croeswch dair o estyll dwbl gyda chanllawiau, a'r rhif 4 ar un ohonynt, ac yna gamfa. Nawr, ewch yn ddyfnach i'r corstir wrth ochr yr afon ar lan laswelltog. Nawr mae'r afon yn troi a throelli, a hyd yn oed yn gwneud siâp gwddf alarch – gwyliwch am y pyst coch ar bob adeg. Yn y pen draw, byddwch yn croesi dwy bont arall, ac mae'r ail yn croesi ffrwd fwy sy'n dod o'r ochr dde. Trowch yn siarp i'r chwith yn union wedi'r ail bont a pharhau i ddilyn glan yr afon, ac ar ôl dwy ystum afon arall, byddwch yn cyrraedd diwedd y rhan sy'n dilyn 'glan yr afon' wrth bostyn coch ac arno saeth sy'n eich cyfeirio chi i'r dde.

6. Trowch i'r dde ar hyd llwybr pren a phont, ac yna mae'r llwybr pren yn rhodio'n rhwydd yr holl ffordd at hen lwybr y rheilffordd. Trowch i'r dde a dilyn y llwybr hwnnw yn ôl at y maes parcio.

A wyddoch chi?

Dechreuodd Cors Caron ymffurfio 12,000 o flynyddoedd yn ôl, ar ddiwedd yr oes iâ ddiwethaf!

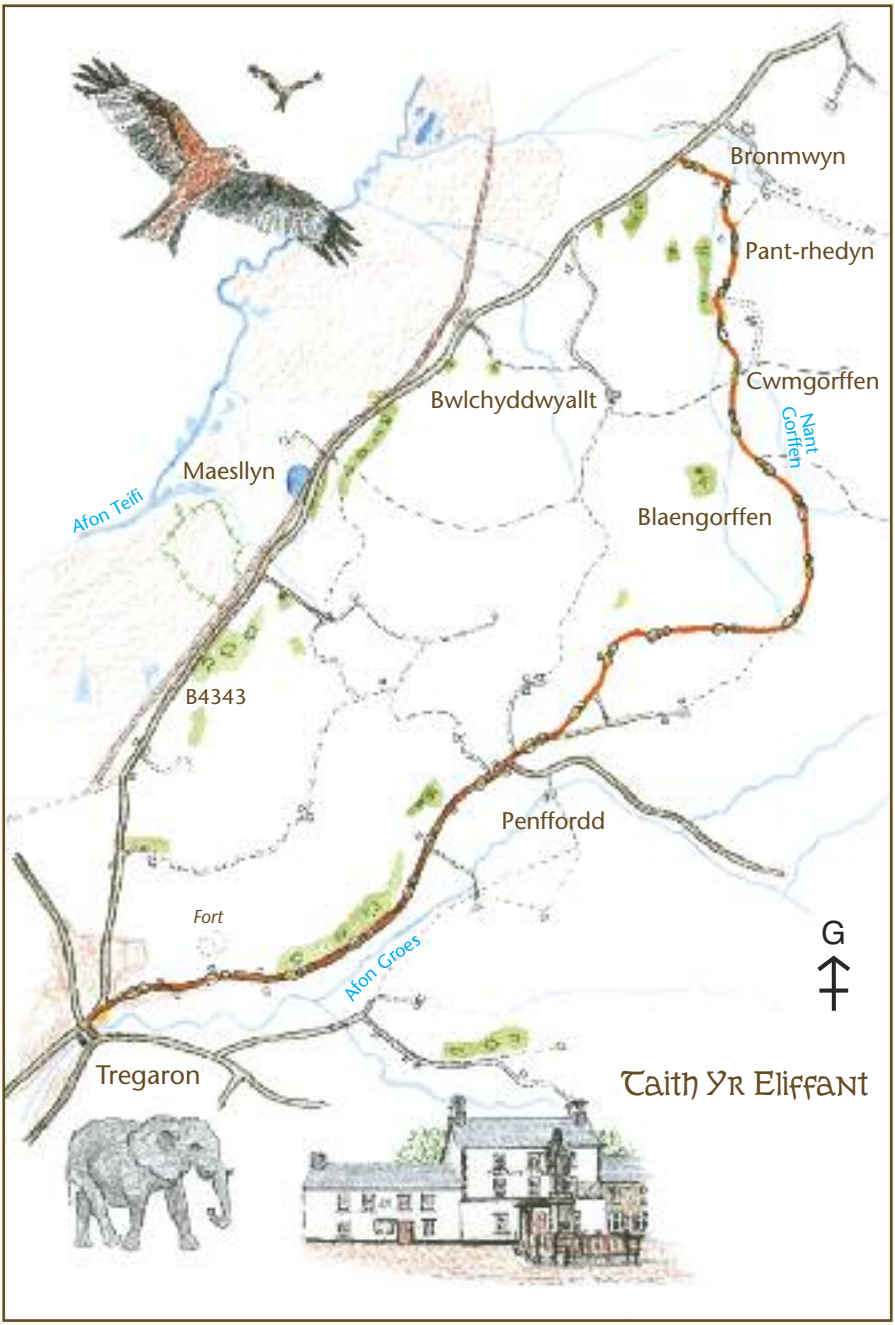
3. Taith yr Eliffant

Pellter: 8.5 cilometr/5.5 milltir
Amser: 3 awr
Tirwedd: Traciau eglur gan mwyaf gyda rhai rhannau garw aneglur. Corsiog iawn mewn mannau. Taith hir ar hyd y ffordd ar y diwedd.
Yn addas ar gyfer: Cerddwyr heini. Cŵn ar dennyn ger da byw.
Gradd: Cymhedrol
Dechrau: Bronmwyn SN715645. Mae parcio'n gyfyngedig felly mae'n well gadael ceir yn Nhregaron a defnyddio tacsis neu fysus i gyrraedd y man cychwyn.
Diwedd: Tregaron SN680597
Lluniaeth: Tregaron
Toiledau cyhoeddus agosaf: Dim (ar wahan i rhai yn Nhregaron)
Trafnidiaeth gyhoeddus: Bysus T21 yn yr wythnos ac ar ddydd Sadwrn rhwng Tregaron ac Aberystwyth. Edrychwch ar yr amserlenni cyn cychwyn.
Mapiau: OS Landranger 146; Explorer 187, 199
Parcio: Parcio yn Nhregaron a dal bws (gweler uchod)

1. Trowch i'r dde oddi ar y B4343 ar hyd y lôn fechan sy'n arwain at Fronmwyn (tua 6.5 cilometr i'r gogledd i Dregaron ar y B4343) a thrwy'r buarth, gan droi i'r chwith wrth y stablau, ac yna i'r dde er mwyn croesi nant. Ewch yn eich blaen drwy ddwy fynedfa wrth i'r llwybr arwain yn raddol bach i fyny'r bryn.

2. Gadewch y trac lle mae'n troi i'r chwith ar fymryn o gopa, a dilynwch wal gerrig sych i'r dde, dros borfa gorsennog tuag at goeden fawr ar ei phen ei hun. O'r goeden, cadwch wrth y wal gerrig sych ar y chwith at lwybr garw sy'n rhedeg yn weddol agos at nant ar y dde. Mae'r llwybr yn croesi'r nant ddwywaith yn weddol fuan (argymhellir defnyddio polion). Ewch yn eich blaen ar hyd llwybr sy'n mynd yn llai amlwg wrth iddo fynd rhagddo, ger ffens weiren , a chroesi llednant a ddaw o'r chwith.

3. Dilynwch gwrs y nant yn fras ar hyd llwybr sy'n mynd yn anoddach ei weld wrth iddo fynd rhagddo, tuag at ffermdy. Wrth i gwm (sydd fel arfer yn sych) ymuno â'r nant, trowch i'r dde, ac anelu gryn dipyn i'r dde o'r ffermdy (Cwmgorffen) er mwyn cyrraedd trac cerbydau sy'n arwain i fyny cefnen fechan. Dilynwch y lôn heibio i blanhigfa newydd, a thrwy un gât, ac yna drwy ddwy gât arall, ger adfeilion Blaengorffen.



© Hawlfraint y Goron. Cedwir pob hawl Cyngor Sir Ceredigion, 100024419, 2011.

4. Ewch yn eich blaen gan ddilyn y trac wrth iddo wyro heibio i'r dde i nant fechan, tuag at gefnen Y Bryn sydd o'ch blaen. Wrth i'r trac droi i'r chwith ac i fyny tuag at chwarel fechan, ewch yn syth yn eich blaen dros gât fetel fach (wedi'i chlymu) a dilyn llinell hen wal gerrig sych, dros dir pori sydd rywfaint yn gorsiog. Gadewch y cae drwy gât fetel arall, gan gadw fymryn bach i'r dde er mwyn cadw ar yr ochr dde i wal gerrig sych arall ar drac cerbydau glaswelltog, aneglur. (Mae'r trac yn gorsiog ger yr adfeilion).

5. Trowch i'r dde ger yr adfeilion, trwy ardal gorsiog iawn (o dan ddŵr), cyn cyrraedd trac glaswelltog ar yr ochr dde i wal gerrig sych arall. Ewch drwy'r gât rydlyd at gae glas mwy agored. Mae ail gât yn arwain y trac uwchben tir corsiog corsennog at res o goed pinwydd. Mae'r trac yn fforchio i'r dde er mwyn troi o amgylch pen pellaf y coed, ac yna'n troi eto ar ddiwedd y rhes o binwydd er mwyn disgyn i gwm bas a thrwy gât heibio i fferm Blaenaucaron.

6. Mae'r trac yn gwyro ychydig o weithiau ar ôl y fferm; yn union cyn yr ail droad i'r chwith (sydd ag arwydd 'preifat'), trowch i'r dde ar hyd trac cerbydau mwy garw rhwng dau gae glas. Ewch drwy gât ac ewch yn eich blaen rhwng ffens weiren a rhes o goed bach ar ymyl y cae. Trowch i'r chwith ar gornel gorsiog, ac o hyn allan mae'r trac yn lletchwith gydag olion wal gerrig sych a choed isel sy'n peri rhywfaint o rwystr. (Mae'r cerrig yn ddefnyddiol ar hyd y mannau mwy corsiog yn y rhan isaf!)

7. Trowch i'r dde ar hyd lôn darmac gul, dros y grid gwartheg, ac ymlaen at gyffordd. Trowch i'r dde ac ewch heibio i dŷ Penffordd, a dilyn y ffordd am tua 3 cilometr i'w diwedd ar gyrion Tregaron. Trowch i'r chwith ac i lawr y rhiw at gyffordd yn agos at ganol y dref, ac i'r chwith eto dros y bont er mwyn dychwelyd i Westy'r Talbot.

A wyddoch chi?

Mae hen draddodiad yn dweud bod eliffant wedi ei gladdu y tu cefn i Westy'r Talbot ym 1848 ar ôl iddo yfed o nant a oedd wedi ei llygru gan blwm ger Bronmwyn.

4. Taith Tregaron i Landdewi Brefi

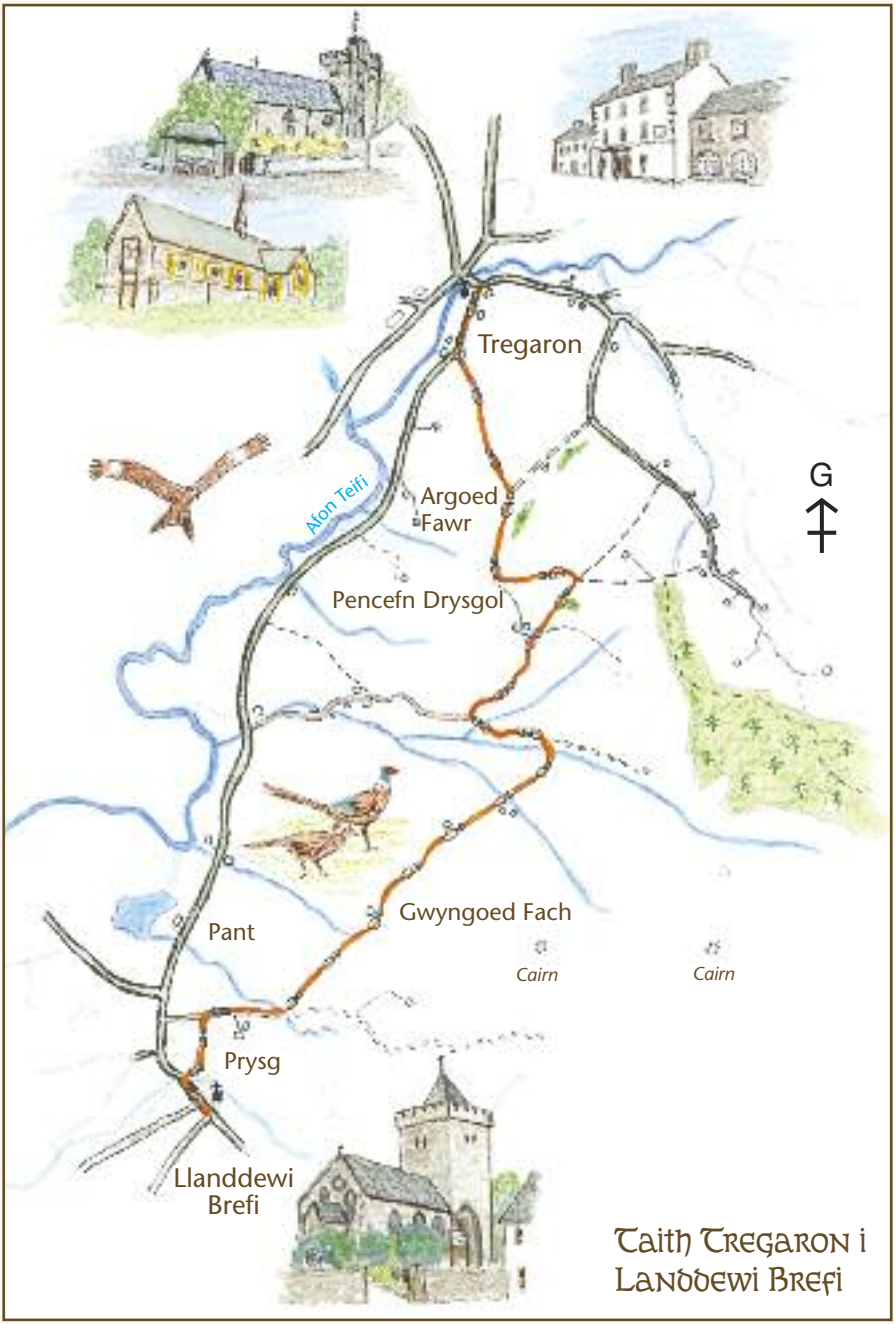
Pellter: 7.5 cilometr/4.5 milltir
Amser: 2¾ awr
Tirwedd: Llwybrau eglur gan mwyaf gyda rhai rhannau garw aneglur. Corsiog iawn mewn mannau. Taith weddol hir ar y ffordd ar y diwedd.
Yn addas ar gyfer: Cerddwyr cymharol heini. Plant egnïol. Cŵn ar dennyn ger da byw.
Gradd: Cymhedrol
Dechrau: Tregaron SN681597
Diwedd: Llanddewi Brefi SN663553
Lluniaeth: Tregaron, Llanddewi Brefi
Toiledau cyhoeddus agosaf: Tregaron
Trafnidiaeth gyhoeddus: Bysus yn ystod yr wythnos ac ar ddydd Sadwrn o Dregaron i Aberystwyth. Mae'r un gwasanaeth (585) yn dychwelyd o Landdewi Brefi i Dregaron ac ymlaen i Aberystwyth. Mae cwmni tacsis lleol hefyd.
Mapiau: OS Landranger 146; Explorer 199
Parcio: Maes parcio talu ac arddangos yn agos at Sgwâr Tregaron

1. O Westy'r Talbot, cerddwch i lawr Heol Dewi gan adael adeilad porffor Rhiannon ar y dde i chi. Ewch yn eich blaen at ben y ffordd gan droi i'r chwith, ar hyd lôn newydd, gyferbyn â'r Orsaf Dân.

2. Ewch heibio ar yr ochr dde i'r grid gwartheg a thros gamfa. Gan gadw ymyl y cae ar y chwith i chi am ychydig o gamau, ac yna trowch i'r dde er mwyn disgyn tua'r pant, ac yna dringo'n serth at gamfa yn y ffens o'ch blaen. Sylwer bod yna ddwy gamfa yn weddol agos at ei gilydd yma – yr un uchaf ar y chwith yw'r un i chi. Cerddwch ar hyd ymyl y cae am 50m tuag at gamfa arall ar y dde, ewch drosti, ac ewch o ar letraws i fyny'r bryn at gamfa arall.

3. Ewch dros y gamfa gan fynd i'r un cyfeiriad o amgylch y bryn a'r copa ar y chwith i chi, cyn disgyn at gamfa mewn cornel corsiog, yn agos at bentwr o gerrig. Trowch i'r dde rhyw fymryn er mwyn croesi'r cae cul nesaf, at gamfa arall, ac ewch drosti.

4. Trowch i'r dde ar hyd lôn goncrit, ac ewch yn eich blaen at gât. Yn fuan wedi'r postyn telegraff nesaf, trowch i'r chwith i gerdded yn gyfochrog ag ymyl y cae, at gât yn y gornel uchaf. Ewch drwyddi a chroesi lôn y fferm er mwyn cerdded ar hyd trac caregog at gât fechan. Ewch yn eich blaen ar hyd trac



© Hawlfraint y Goron. Cedwir pob hawl Cyngor Sir Ceredigion, 100024419, 2011.

glaswelltog at fan ble mae nifer o lwybrau'n croesi. Yma rydych yn ffarwelio ag arwyddion taith y dref ac yn troi i'r dde drwy gât fetel rhydlyd ar hyd llwybr ceffyl newydd (mae hwnnw'n disodli'r un i'r de tuag at Bencefn Drysgol).

5. Croeswch y cae glas, ac ewch drwy'r gât chwith o blith y ddwy sydd ar yr ochr bellaf. Ewch i lawr y rhiw ar hyd trac glaswelltog sy'n mynd yn gynyddol fwdlyd wrth fuarth y fferm.

6. Yn union cyn y buarth trowch i'r chwith ar hyd trac llydan. Ewch drwy gât fetel, a throi i'r dde er mwyn dilyn llinell y ffens rownd ac i lawr at gornel bellaf y cae ar y dde. Parhewch i ddilyn y lôn i'r dde drwy'r coed ffawydd. Mae'r llwybr yn culhau wrth iddo wyro i'r chwith a disgyn hyd at gât fetel simsan.

7. Ewch drwy'r gât, a dilyn y llwybr ceffyl i'r chwith (gan anwybyddu'r arwydd i'r dde i Landdewi Brefi). Mae hwnnw'n rhedeg yn gyfochrog â nant fechan cyn ei chroesi a pharhau ar hyd llwybr drwy'r coed, sy'n aml yn wlyb. Wrth i chi agosáu at nant arall, mae'r llwybr yn ymrannu. Ewch i'r dde er mwyn croesi'r nant (byddai polion yn ddefnyddiol, gall fod yn weddol ddwfn hyd at groth y goes ac mae'n llawn mân gerrig llithrig o dan draed). Dilynwch y llwybr wrth iddo droi'n sydyn i fyny'r bryn cyn diflannu o'r golwg. Nawr trowch i'r dde a dilyn llinell y ffens ar y chwith nes y daw'r trac i'r golwg eto. Arhoswch ar y llwybr hwn, sy'n gorsiog iawn mewn mannau, a chroesi trydedd nant a gadael drwy gât wrth ysgubor sydd wrthi'n cael ei hadnewyddu, ac ymlaen at fan cychwyn y tarmac.

8. Dilynwch y ffordd hon ac yn y pen draw mae'n arwain yn weddol serth i lawr at ben gogleddol Llanddewi Brefi. Wrth i'r ffordd fynd yn llai serth, rydych yn pasio'r lôn goncrit i Brysg. Yn union wedi'r tŷ nesaf, trowch i'r chwith dros gamfa ar hyd llwybr troed sydd wedi ei arwyddo, sy'n rhedeg ar hyd ymyl caeau glas. Ewch dros ddwy gamfa arall, ac yna mae'r llwybr yn disgyn i'r dde er mwyn rhedeg yn gyfochrog ag afon fechan am ychydig.

9. Gadewch i'r chwith i gyrraedd canol Llanddewi Brefi. Ar y troad nesaf trowch i'r chwith i mewn i Landdewi Brefi. Mae'n werth edrych o amgylch yr Eglwys a'r fynwent, ymweld â siop y pentref neu alw am ddiod yn un o'r tafarndai, cyn dal y bws, neu ddychwelyd ar hyd yr un ffordd i Dregaron.

A wyddoch chi?

Yn y 6ed ganrif, ymwelodd Nawddsant Cymru, Dewi Sant â Llanddewi Brefi.

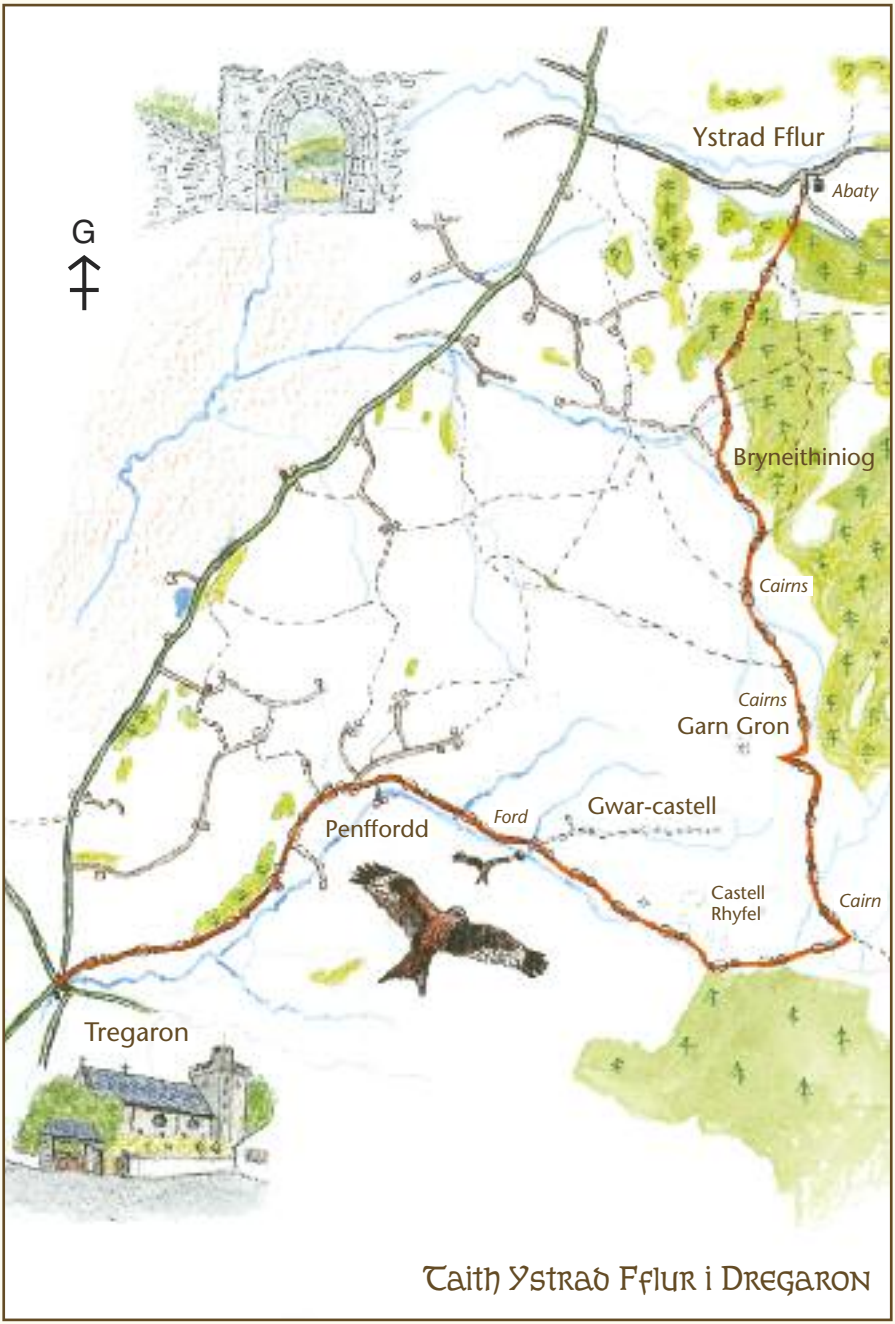
5. Taith Ystrad Fflur i Dregaron

Pellter: 15 cilometr/9 milltir
Amser: 5 awr
Tirwedd: Llwybrau garw a gweundir di-lwybr. Darn hir ar hyd lôn wledig ar y diwedd. Byddai dod o hyd i'r ffordd yn anodd pe bai'r golau'n wael.
Yn addas ar gyfer: Cerddwyr heini a phrofiadol. Cŵn ar dennyn ger da byw.
Gradd: Caled
Dechrau: Ystrad Fflur SN745657
Diwedd: Tregaron SN680597
Lluniaeth: Dim
Toiledau cyhoeddus: Ystrad Fflur a Thregaron
Trafnidiaeth gyhoeddus: Bws bob bore yn ystod yr wythnos o Dregaron i Bontrhydfendigaid/Cwmni tacsis lleol
Mapiau: OS Landranger 147; Explorer 187, 199
Parcio: Parcio yn Nhregaron a dal bws i Bontrhydfendigaid (bydd angen cerdded ychydig i Ystrad Fflur ar gyfer dechrau'r daith. Gellir hefyd parcio yn Ystrad Fflur, cwblhau'r daith, a threfnu bod tacsi lleol yn eich dychwelyd i'ch car).

NODER: Gall rhan hon o'r llwybr sy'n mynd drwy goedwig Bryneithinog, a reolir gan UPM Tilhill, fod ar gau oherwydd gwaith sy'n digwydd yn y goedwig. Rhaid ufuddhau i'r holl arwyddion rhybudd er eich diogelwch.

1. Â'r Abaty ar y chwith a'r maes parcio ar y dde i chi, cerddwch i lawr y lôn wrth iddi wyro i'r chwith, ac ewch yn syth yn eich blaen drwy gât. Dilynwch y trac sydd o'ch blaen ar ochr y nant a thrwy gât. Nawr, croeswch y bompren ac ewch yn syth yn eich blaen gan ddilyn trac isel drwy'r goedwig. Yna, mae pyst pren yn arwain at gât. Ewch drwyddi ac ewch yn syth yn eich blaen am rai camau cyn troi i'r dde wrth gyfeirbwynt, ewch yn eich blaen tuag at gât sy'n arwain mewn i goedwig. Ewch yn syth yn eich blaen i mewn i'r goedwig a phan ddewch chi at brif lwybr y goedwig, trowch i'r chwith.

2. Ewch yn eich blaen am ychydig bach cyn troi i'r dde ar hyd llwybr cul arall sy'n arwain i fyny drwy'r goedwig at drac sylweddol arall. Trowch i'r chwith ar hwn, ac yna, wrth iddo droi'n siarp i'r chwith, ewch yn syth yn eich blaen ar hyd trac garw sy'n arwain at gât. Ewch drwyddi a throi



© Hawlfraint y Goron. Cedwir pob hawl Cyngor Sir Ceredigion, 100024419, 2011.

fymryn i'r chwith er mwyn croesi at dop y cae, ble y gwelwch chi ysgubor. Anelwch am y gât sydd wrth ochr yr ysgubor, ewch drwyddi ac yna ewch i'r chwith ar hyd llwybr da i lawr i bant ac yn ôl i fyny'r ochr arall. Ewch yn eich blaen drwy fuarth y fferm Bryneithinog ac yna troi i'r chwith ar hyd trac da arall.

3. Dilynwch hwn at gornel coedwig ac yna anelwch i'r dde rhyw fymryn er mwyn torri drwy'r cae tuag at y gât ar y gwaelod. Mae'r gât yn arwain at dir agored. Ewch drwyddi a chadw i'r chwith wrth ochr y ffens, at y gamfa. Peidiwch â mynd dros y gamfa, yn hytrach trowch i'r dde er mwyn disgyn at y nant. Nawr, dilynwch y tir rhwydd wrth ochr y nant nes ei bod hi'n bosib ei chroesi. Wedi cyrraedd yr ochr arall, dilynwch y lan arall i fyny'r nant, gan gadw wrth ei hymyl nes i chi gyrraedd cydlifiad mawr ar waelod bryn serth.

4. Croeswch y nant gan anelu i fyny'r rhiw er mwyn croesi'r tir corsiog ac yna ewch i'r dde er mwyn cerdded o amgylch llethrau glaswelltog y bryn lle mae'r tir yn sychach dan draed. Chwiliwch am lwybr sy'n weddol anodd ei weld, sy'n disgyn er mwyn croesi'r nant eto, a nawr dilynwch lwybr eglur ond cul i fyny ochr y cwm, gyda thir mwy serth ar y dde, a choedwig ar y chwith i chi. Ewch yn eich blaen i'r tir gwastad, gyda ffens o'ch blaen, ac yna ewch i'r dde er mwyn dringo'r llethr serth i'r garnedd a'r piler triongl ar gopa Garn Gron.

5. Ewch yn ôl tua'r goedwig a'r llwybr y buoch chi arno gynt. Trowch i'r dde ar hyd y llwybr hwnnw a'i ddilyn yn rhwydd tuag at fforch. Trowch i'r chwith er mwyn cadw wrth ochr y ffens, ac ewch yn eich blaen at garnedd fawr. Yma, trowch yn siarp i'r dde ar hyd llwybr sy'n anodd ei weld, sy'n arwain i lawr i mewn i gwm.

6. Croeswch y nant ac ewch ymlaen at gât. Ewch drwyddi ac ewch yn eich blaen i ymuno â thrac arall, gan aros arno am 2 gilometr hyd at y ffordd. Trowch i'r chwith ac ewch ymlaen i lawr at gyffordd, a throwch i'r chwith eto. Nawr, ewch yn eich blaen yr holl ffordd i Dregaron, ble y byddwch chi'n troi i'r chwith ac yna i'r chwith eto i'r Sgwâr.

A wyddoch chi?

Yn ôl y traddodiad y mae'r bardd enwog, Dafydd ap Gwilym, wedi ei gladdu yn Ystrad Fflur.

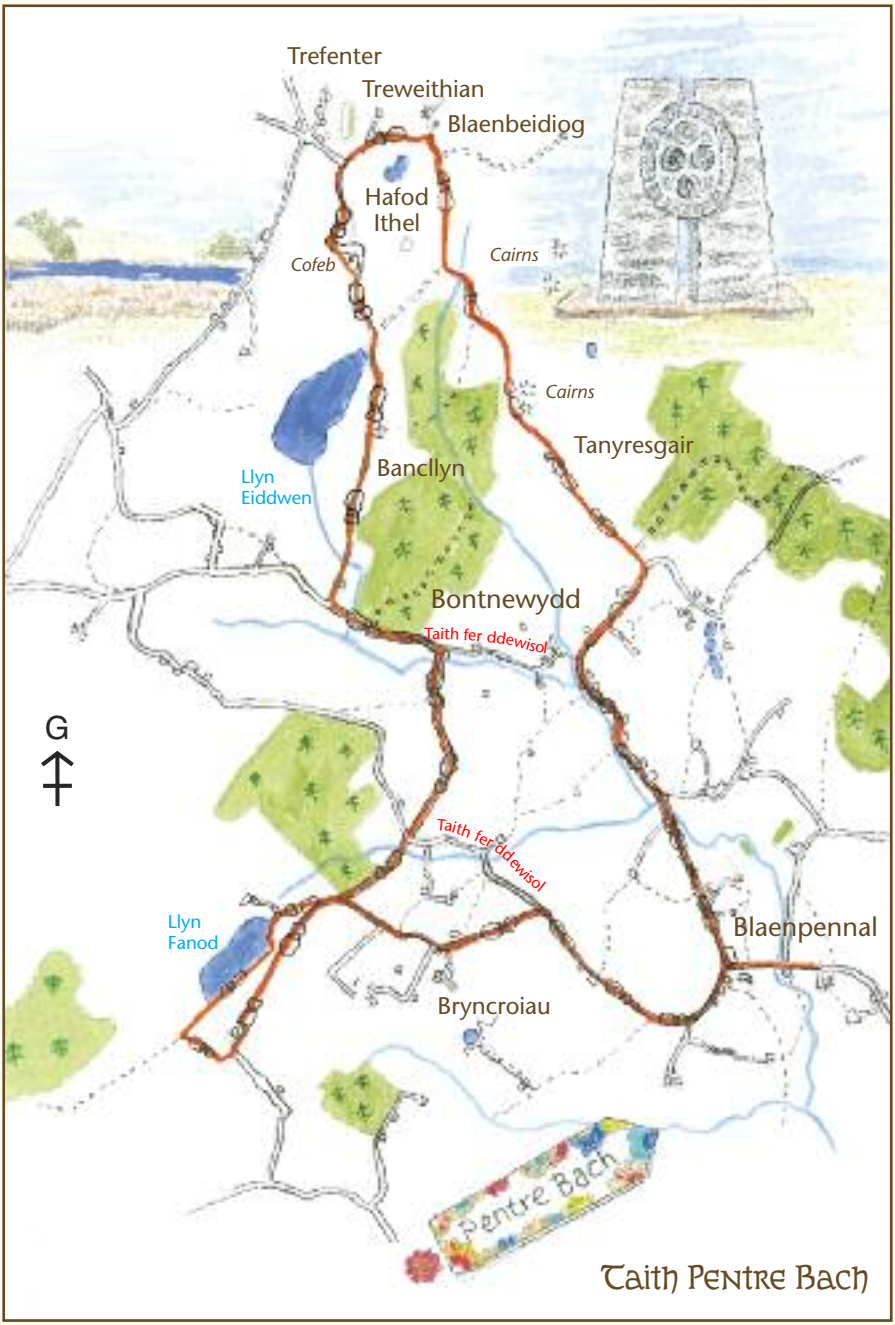
6. Taith Pentre Bach

Pellter: 15.5 cilometr/9.5 milltir
Amser: 5.5 awr
Tirwedd: Lonydd gwledig tawel yn bennaf, ond mae rhywfaint o dir garw a chorsiog iawn ger Llyn Fanod. Fel arall llwybrau amrywiol eu diffiniad ar draws tir pori a gweundir. Mi welwch chi'r môr hefyd.
Yn addas ar gyfer: Cerddwyr sydd wedi arfer â theithiau hirach. Cŵn ar dennyn ger da byw a ger y ddau lyn.
Gradd: Caled
Dechrau/Diwedd: Pentre Bach (ym mhentref Blaenpennal) SN631643
Lluniaeth: Ar gael yng nghaffi Pentre Bach (ar agor yn ystod gwyliau'r ysgol neu drwy drefniant)
Toiledau cyhoeddus: Yn y caffi ac yn Neuadd y Pentre, Pentre Bach (ar agor yn ystod gwyliau'r ysgol neu drwy drefniant)
Trafnidiaeth gyhoeddus: Gwasanaeth bysus rheolaidd ar yr A485 Aberystwyth – Tregaron
Mapiau: OS Landranger 135, 146; Explorer 199
Parcio: Pentre Bach

1. O'r blwch llythyrau y tu allan i'r Pentre Bach, trowch i'r chwith ac i lawr y bryn tuag at y bont. Croeswch y bont, a dringwch yn serth at gyffordd-T. Trowch i'r chwith tuag at eglwys Blaenpennal ac yn eich blaen heibio i ffordd yr eglwys, at gyffordd ar ben chwarel fechan. Trowch i'r chwith yma eto (gan aros ar lôn fach wledig).

2. Gwyrwch i'r dde ar y ffordd fawr ger Bryn Saron, mae'r ffordd yn dringo'n fwy serth i fyny'r rhiw am ychydig, ac yna'n fwy gwastad ger Pen Lôn. Yna trowch i'r chwith ar y gyffordd-T tuag at Benuwch. (Os ydych am ffordd fyrrach heb fynd heibio i Lyn Fanod, trowch i'r dde a dilyn y cyfarwyddiadau o bwynt 6 ymlaen, ond dylech fynd hyd at y llyn o leiaf er mwyn cael ei weld).

3. Dilynwch y ffordd gyda Llyn Fanod ar yr ochr dde i chi. Anwybyddwch arwydd llwybr cyhoeddus sy'n arwain i'r dde, ac arhoswch ar y ffordd wrth iddi wyro'n siarp i'r dde (gyda phwll bach ar yr ochr chwith i chi) ac yna wrth y tro siarp nesaf i'r chwith, trowch i'r dde (ar ôl Bryn tair llyn), ar hyd trac mynediad mwdlyd yn union i'r chwith i ffens weiren bigog. Dilynwch linell y ffens yn fras – mae'r trac yn mynd yn gorsiog iawn ac yn anodd ei weld mewn mannau.



© Hawlfraint y Goron. Cedwir pob hawl Cyngor Sir Ceredigion, 100024419, 2011.

4. Wrth i'r llyn ddod i'r golwg, trowch i'r dde dros gamfa (gofalwch – gall fod tarw yn y cae a rhaid rhoi cŵn ar dennyn yma). Anelwch dros y tir twmpathog garw, tuag at hen bostyn pren yn gyntaf, ac yna fwy neu lai'n syth yn eich blaen tuag at lan ochr dde (y de ddwyrain) y llyn o'ch blaen. Gwyrwch i'r dde a thros gamfa ar ymyl y llyn.

5. Ewch yn eich blaen mor agos ag sy'n rhesymol bosibl at ymyl y llyn dros dir garw, corsiog, twmpathog, at gamfa arall. Ewch drosti, dilynwch ymyl y llyn, ac ewch dros ddwy gamfa arall er mwyn cyrraedd pen isa'r llyn. Trowch yn siarp i'r dde ar hyd llinell y ffens, ac ewch dros gamfa arall yng nghornel bellaf y cae hwn ar y dde er mwyn cyrraedd trac mynediad mwdlyd. Mae'r llwybr yn arwain yn ôl, dros un gamfa arall, at y gyffordd ar ddiwedd pwynt 2.

6. Trowch i'r chwith ar hyd y tarmac eto (i gyfeiriad Bontnewydd), ac ewch ymlaen gan bwyll bach i lawr y rhiw a heibio i blanhigfa ar y chwith. Cymerwch yr ail droad ar y dde (i Bontnewydd), gan fynd heibio i fynedfeydd Bryn Lociau a Maes Newydd er mwyn cyrraedd cyffordd ger iard sgrap bechan. Trowch i'r chwith i gyfeiriad Llanrhystud, a dringo'n raddol bach heibio i Goedwig Bronant (sydd wedi'i chlirio'n rhannol yn ddiweddar). Yn fuan wedi i'r ffordd ddechrau dringo eto, trowch i'r dde tuag at Lyn Eiddwen. Ewch yn eich blaen yn raddol i fyny'r rhiw, a gwelir ambell gip o'r llyn ar y chwith. Ewch heibio i'r mast radio, ble mae'r ffordd yn troi i'r chwith ac i lawr y bryn, a gwelir golygfeydd gwell fyth o'r llyn ar ei hyd.

7. Ewch yn eich blaen dros y grid gwartheg (mae angen cadw cŵn ar dennyn byr yma wrth i chi fynd i mewn i Warchodfa Natur Llyn Eiddwen), ac yna ar ôl 200 llath ar hyd y ffordd, trowch ar hyd y llwybr glaswelltog cul sy'n arwain tuag at dir agored twmpathog, gyferbyn fwy neu lai â bryncyn caregog bychan ar y chwith. Mae hwn yn esgyn tuag at lwybr glaswelltog mwy llydan sy'n torri ar draws y gefnen tua hanner ffordd rhwng y bryncyn a chofgolofn amlwg (cofeb Mynydd Bach) ar ben pellaf y gefnen. Croeswch lwybr rhychog er mwyn cyrraedd llwybr glaswelltog mwy llydan, ac ewch yn eich blaen dros y gorwel, trwy doriad bach, lle gwelwch chi olygfeydd o'r môr ac o Fae Ceredigion. Nawr ewch yn eich blaen ar hyd y gefnen laswelltog fwy llydan ar hyd llwybr anoddach ei weld, cyn troi i'r dde ar hyd llwybr mwy amlwg sy'n ymuno o'r chwith ac yn ailymuno â'r ffordd darmac. (Fel arall, gallwch grwydro ar hyd y gefnen fwy garw / glaswelltog tuag at gofeb Mynydd Bach ar y dde i chi, cyn troi yn ôl i'r chwith ac at y llwybr i'r dde tuag at y ffordd darmac).

8. Trowch i'r chwith ar hyd y ffordd darmac, ac yna gwyro i'r dde. Wrth i'r ffordd wyro i'r chwith, trowch i'r dde ar hyd trac caregog sy'n dilyn llinell y ffens ar y dde i chi. Ymunwch â thrac tarmac sy'n mynd i'r dde, ac yn fuan wedi mynwent lorïau fechan, trowch i'r dde ar hyd trac caregog (wrth i'r ffordd wyro i'r chwith). Ewch yn eich blaen heibio i gofeb i ddau beilot o'r llu awyr ac ewch yn ôl dros y gefnen.

9. Wrth i'r trac droi i'r chwith, dilynwch y trac mwy garw a mwdlyd i'r dde, sy'n gwyro gan bwyll i'r chwith cyn cyffordd gyda llwybrau llai amlwg. (Os am olygfa wych o Fae Ceredigion, Pen Llŷn a Mynyddoedd Preseli, ewch at y piler triongli ar ben Hafod Ithel). Ewch yn eich blaen ar draws tir sy'n gallu bod yn wlyb iawn, ac sydd weithiau o dan ddŵr. Bellach mae'r llwybr yn llai amlwg, ac mae'n troi i'r chwith yn raddol bach wrth i'r gefnen esgyn ar y dde. Ewch yn eich blaen gan fynd gan bwyll i lawr y bryn at lwybr caregog sy'n dod o'r dde. Trowch i'r chwith, a chroesi nant fechan. Yn union wedyn, trowch i'r dde; yna mae angen edrych am lwybr cul ac anodd iawn ei weld, sy'n anelu tuag at ymyl chwith y blanhigfa ar y dde. (Os byddwch chi'n dechrau dringo'r gefnen, byddwch chi wedi mynd yn rhy bell! Gall fod yn ddefnyddiol dod o hyd i res ddwbl isel o gyrs, yn union islaw'r llwybr, neu gafn crwn sydd wedi rhydu ymhellach ar hyd llinell y llwybr. Gall olion carnau arwain y ffordd hefyd). Waeth bynnag, yn y pen draw daw'r llwybr yn fwy amlwg.

10. Ewch drwy fwlch yn llinell y ffens ar yr ochr chwith i gornel y blanhigfa. Nawr mae' r llwybr yn gwyro'n raddol i'r chwith ac i fyny'r rhiw tuag at gât fetel sydd wedi rhydu. Ewch yn eich blaen drwyddi, ac mi welwch chi olion olwynion cerbydau'n ymuno â'r llwybr o'r dde. Wrth i'r olion wyro i'r chwith (ymhen 80m), trowch i'r dde, ac yna gwyro i'r dde o dan gefnen fer arall tuag at ail gât ger cornel arall o goedwig.

11. Dilynwch linell fras y llwybr i'r chwith tuag at drydedd gât, ac yma daw'r llwybr lawer yn fwy amlwg. Dilynwch y llwybr i lawr heibio i bedwaredd gât (sef gât Tanyresgair) a man cychwyn y tarmac. Dilynwch y trac darmac am tua 1 cilometr tuag at lôn wledig. Trowch i'r dde er mwyn disgyn yn weddol serth at gyffordd-T y tu allan i Bontnewydd.

12. Trowch i'r chwith, ac ewch am i lawr am 1 cilometr dros ddwy bont, ac yna ewch i fyny eto am bellter tebyg i ailymuno â'r gyffordd i'r gorllewin i Bentre Bach. Trowch i'r chwith yma (arwydd Tregaron), i lawr y bryn at y bont, ac i fyny eto at y Pentre Bach.

A wyddoch chi?

Cafodd y gofeb i'r beirdd BT Hopkins, T Hughes Jones, Prosser Rhys a JM Edwards ei dadorchuddio ym 1992 yn ystod wythnos Eisteddfod Genedlaethol Aberystwyth.

7. Taith Cwm Berwyn

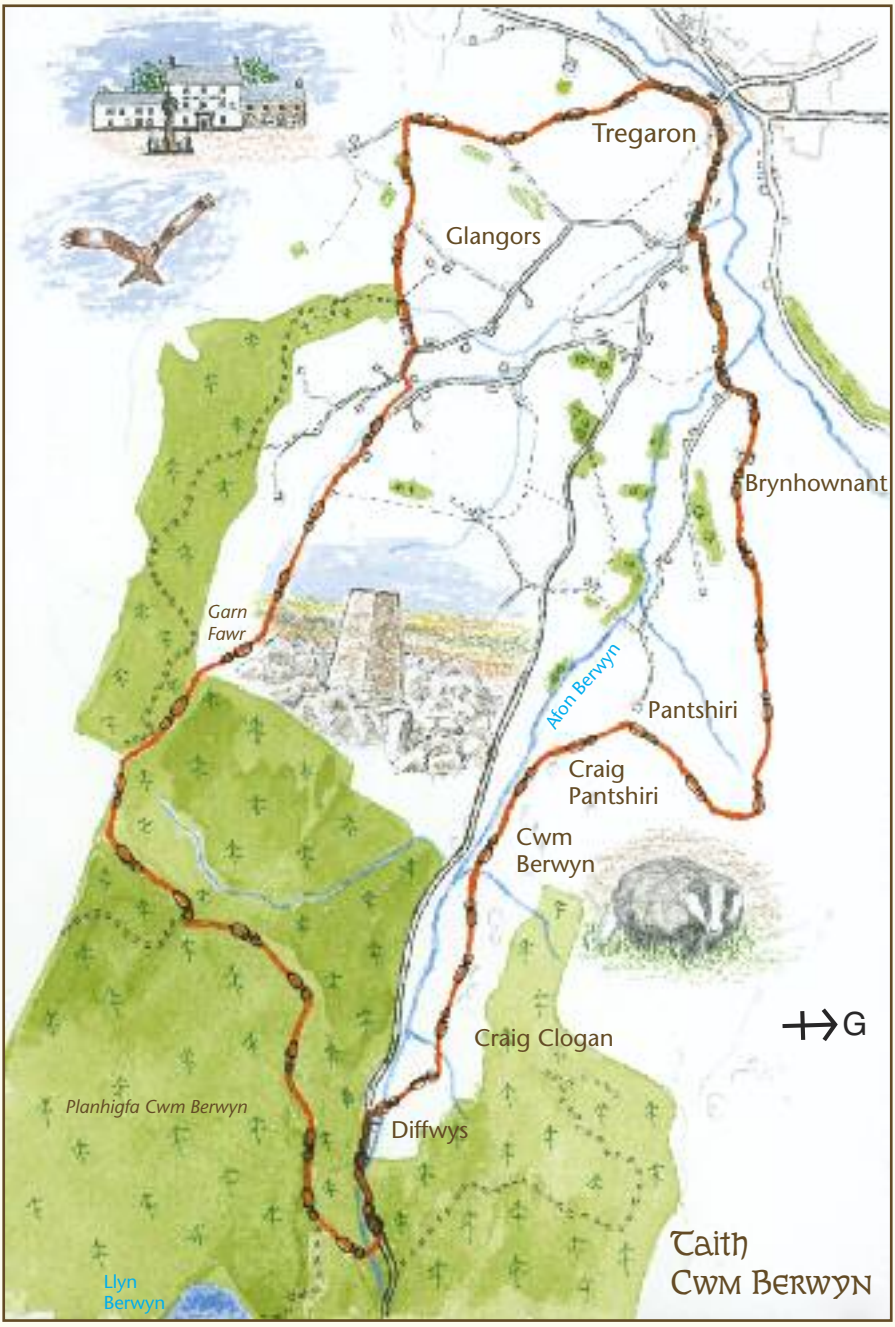
Pellter: 18 cilometr/11 milltir
Amser: 7 awr
Tirwedd: Tir garw'n bennaf, ond mae cymysgedd o dir uchel heb lwybrau, llwybrau ceffyl trwy gaeau a lonydd tarmac/concrit. Byddwch yn cerdded ar hyd y ffordd ar ddechrau'r daith ac ar ei diwedd.
Yn addas ar gyfer: Cerddwyr heini. Cŵn ar dennyn ger da byw.
Gradd: Caled
Dechrau/Diwedd: Tregaron SN681597
Lluniaeth: Tregaron
Toiledau cyhoeddus agosaf: Tregaron
Trafnidiaeth gyhoeddus: Bysus yn ystod yr wythnos ac ar ddydd Sadwrn i Dregaron o Aberystwyth
Mapiau: OS Landranger 146; Explorer 199, 187
Parcio: Maes parcio talu ac arddangos ger Sgwâr Tregaron

NODER: Efallai y bydd y rhan o'r llwybr sy'n pasio drwy Blanhigfa Cwm Berwyn y Comisiwn Coedwigaeth ar gau oherwydd gwaith yn y goedwig. Mae'n rhaid talu sylw i bob rhybudd er eich diogelwch eich hun. Mae'r dyddiadau y gwaherddir mynediad i'w gweld ar wefan Cyngor Cefn Gwlad Cymru ar **www.ccw.org.uk**

1. O Westy'r Talbot, trowch i'r dde ac ewch i fyny heibio'r troad i'r maes parcio talu ac arddangos. Ewch ymlaen gan ddilyn y ffordd at fyngalo gwyn o'r enw Llygad-y-rhiw ar y dde. Cymerwch y troad nesaf i'r chwith (ffordd bengaead) a chroesi pont dros nant fechan.

2. Ewch ymlaen gan ddilyn y ffordd hon a chroesi pont garreg arall dros nant lawer mwy. Yn fuan wedyn, trowch i'r chwith i lôn Brynhownant. Ar ôl tua 100m, trowch i'r dde ac ewch yn raddol bach i fyny'r bryn a thrwy'r buarth. Dewch allan ar drac glaswelltog byr a nifer o lwybrau'n arwain oddi arno – ewch yn syth ymlaen drwy gât bren fechan i'r cae o'ch blaen, gan ddilyn llinell y ffens i fyny'r rhiw ac i'r chwith, gan ymuno â thrac cerbydau llydan sy'n dod o'r cae ar y dde.

3. Ewch ymlaen drwy gât fetel (gan anwybyddu'r gât ar y dde i chi) ac i fyny'r bryn heibio i'r llwyni eithin (gan sicrhau eu bod nhw'n dynn wrth eich ochr dde). Ewch drwy'r gât bren ar draws y trac isel ar y chwith i chi, ac ymlaen gan gadw mor agos â phosib at linell y rhes o lwyni eithin (sydd bellach ar y chwith). Yng nghornel bellaf y cae ar y chwith mae bwlch bach



© Hawlfraint y Goron. Cedwir pob hawl Cyngor Sir Ceredigion, 100024419, 2011.

rhwng y llwyni eithin yn arwain at gât bren ger cornel y cae. Ewch drwyddi, gan ailymuno mewn dim o dro â'r llwybr isel, heb y llwyni eithin nawr diolch byth. Ewch ymlaen ar ei hyd (mae bellach yn arwain ar hyd cefnen las lydan sydd wedi'i rhannu'n gaeau), a thrwy fynedfa a gât fetel lletchwith. Mae gât fetel arall yn arwain at dir agored ar yr ochr chwith i linell y ffens.

4. Ewch ymlaen, gan ddilyn traciau'r cerbydau yn fras. Ewch ymlaen (heibio i gât rydlyd ar y dde i chi) dros dir corsiog at gât rydlyd arall mewn cornel gorsiog. Ewch drwyddi er mwyn aros ar dir mynediad (sydd bellach ar yr ochr dde i linell y ffens) ac ewch ymlaen gan ddilyn llinell "nant" garegog, lithrig, nes byddwch chi bron ar yr un gwastad ag adfeilion fferm Bryn-coch, ar y chwith. Ewch i'r dde ar draws y tir agored at lwybr eglur glas sy'n arwain ar letgroes i fyny'r bryn, nes byddwch chi fwy neu lai ar yr un gwastad ag ychydig o goed sy'n amgylchynu hen ysgubor adfeiliedig ar y dde. Trowch i'r dde tuag atynt, ar draws tir di-lwybr i gychwyn, gan groesi ffos fawn gerllaw ffens weiren. Yn fuan wedyn, daw llwybr defaid bras i'r golwg, sy'n arwain allan o'r tir mynediad yn union i'r dde i adfeilion y fferm.

5. Dilynwch y trac cul rhwng waliau y tu draw i adfeilion y fferm, ac anelwch at y goeden yng nghornel bellaf y cae ar y dde. Ewch drwy hen gât ger y goeden ac ewch ymlaen gyda hen wal / adfail arall ar y dde. Ewch ymlaen fwy neu lai i'r un cyfeiriad wrth i linell y ffens arwain i lawr y bryn, ar hyd llwybr glas sydd yn lletach ac yn fwy eglur erbyn hyn, sy'n arwain i lawr y bryn ar y chwith i hen wal gerrig adfeiliedig. Wrth i'r llwybr droi i'r chwith, ewch ymlaen i lawr y bryn tuag at Fwthyn Pantshiri.

6. Trowch i'r chwith i ddilyn trac cerbydau glas sydd uwchben ffens / hen wal gerrig arall. Dilynwch y trac hwn wrth iddo ddisgyn o amgylch y bryn ac wrth ymyl afon fechan. Yn y pen draw, mae'r llwybr i'w weld yn arwain i fyny'r bryn o amgylch cae; peidiwch â'i ddilyn, ond yn hytrach ewch dros gamfa yr ochr dde i'r gât er mwyn aros yn gyfochrog â'r afon. Croeswch ffrwd fechan gan, ddilyn y llwybr aneglur wrth iddo anelu am fwlch yn y coed o'ch blaen, er mwyn croesi ffrwd ochr fechan arall.

7. Yn fuan wedi hyn mi welwch chi gât bren fechan. Ewch drwyddi gan gadw'r wal gerrig ar yr ochr dde i chi nes y daw i ben yng nghornel y cae ar y dde. Nawr ewch i lawr y cwm gan anelu am wal gerrig fawr.

8. Bydd angen i chi ddringo'r bryn nes y daw'n llai serth (tua 100m uwchben bwlch sy'n amlwg yn fwlch bwriadol yn y wal gerrig) cyn mynd drwy'r wal. Ewch drwy fwlch yn y wal gerrig oddeutu 15m uwchben dau o byst yn y wal (uwchben lefel y goeden uchaf eich ochr chi i'r wal).

9. Dilynwch linell aneglur hen wal gerrig, gan wyro i'r chwith ac i fyny'r bryn tuag at adfail. Yn union o dan yr adfail, anelwch am lwybr (sy'n amlwg oddi isod!) sy'n arwain at gât yn y ffens. Ewch drwyddi yna dilyn llinell y ffens rownd i'r chwith, gan dorri drwy fwlch yn yr arglawdd ar gornel llinell y ffens.

10. Disgynnwch ar letraws at ben uchaf llwybr caregog (nant) sy'n arwain yn syth at fynedfa (pwynt isel yn ffens yr ardd) ar letraws islaw. Ewch drosti a dilyn y nant rownd i groesi pont bren. Ewch i'r chwith (mae cyfeirbwynt yn dangos y ffordd) i fyny grisiau cerrig, a throi i'r dde at gât bren fechan.

11. Trowch i'r dde ar y ffordd hyd at droad y Comisiwn Coedwigaeth* (gweler y nodyn ar ddechrau'r disgrifiad) i blanhigfa Cwm Berwyn. Dilynwch lôn y goedwig i'r dde, ac ymlaen ar hyd prif lôn y goedwig heibio i'r olygfan. Ewch ymlaen ar hyd prif lôn y goedwig am tua 2 cilometr, gan ddilyn arwyddion gwyn achlysurol y llwybr caniataol.

12. Ewch i'r dde ar gyffordd wrth i'r lôn droi i'r chwith at drac coedwigaeth llai, sy'n troi i'r chwith wrth fforch arall mewn dim o dro. Dilynwch y trac at y diwedd, ac ewch i'r dde ar hyd llwybr mwy garw (gydag arwyddion llwybr caniataol) sy'n newid yn sydyn o fod yn llwybr caregog i borfa gorsiog garw. Dilynwch y llwybr at ymyl y goedwig a thrwy gât bren at weundir agored.

13. Dilynwch lwybr sy'n garegog i ddechrau, at bostyn cyfeirio gwyn, ac yna dilynwch gyfeiriad y saeth i fyny dros dir garw, gan fynd i'r dde er mwyn gwyro at biler triongli Garn Fawr. Anelwch i'r chwith (i'r de-orllewin) ar hyd cefnen lydan am oddeutu 100m at bostyn gwyn sy'n nodi llwybr caniataol. Nawr edrychwch am bâr o rychau byrion yn y tir twmpathog tua 200m o'ch blaen, ac anelwch atynt, ac yna at gopa'r crugyn glas o'ch blaen. O'r copa, anelwch am ochr dde'r coed pinwydd islaw, a thrwy gât tua 50m i'r dde iddynt.

14. Dilynwch drac llydan corsiog i lawr y bryn, ac yn fuan wedi'r tŷ (ar y dde) a'r trac cerbydau (ar y chwith) mae llwybr ceffyl ar y chwith ac arno arwydd newydd. Dilynwch hwnnw, gan groesi'r nant a mynd trwy gât bren. Dilynwch y llwybr hwn sy'n garegog ac sy'n troi i'r chwith yn union cyn gât fetel. Trowch i'r dde heibio i Gwndwn Melyn at lôn sy'n arwain at Glan Gors. Dilynwch y lôn at gât fetel, trowch i'r chwith dros nant fechan a throi ar eich i'r dde rhwng dwy ffens. Ewch yn syth ymlaen ar hyd y llwybr ceffyl, a phasio drwy ddau o gatiau metel at lôn darmac. Croeswch y lôn, ewch drwy'r gât rydlyd gan anelu at hen drac concrit islaw.

15. Ewch i'r dde ar hyd y trac, a thrwy'r gât. Ewch ar hyd y trac gan edrych am gamfa ar y chwith. Ewch dros y gamfa, ac anelu'n lletraws i'r dde ar draws cae glas. Ewch dros y gamfa, ac yna'r nant. Ewch ymlaen i'r dde yn fras, a thros gamfa arall, ymlaen ar draws cae, gan anelu ar letraws i'r dde. Ewch dros y gamfa, ac i'r chwith a disgyn dros gamfa arall i'r cae olaf. Trowch i'r dde rhyw fymryn i'r pant, ac i fyny'r rhiw'n raddol a chyrraedd lôn darmac newydd ger y grid gwartheg.

16. Dros y gamfa a trowch i'r chwith ar hyd y lôn, heibio'r orsaf dân yn ôl i Dregaron.