National Trust

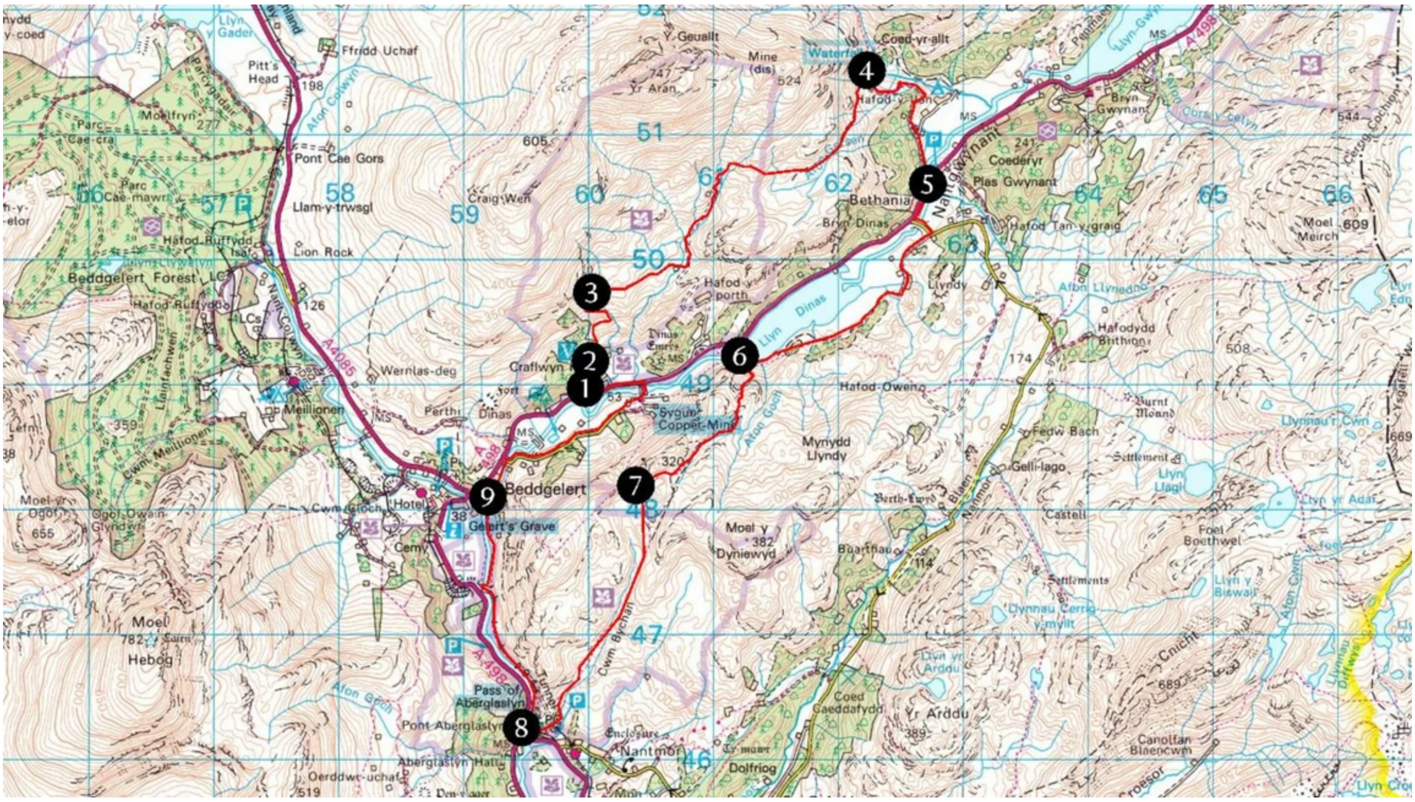
Ein partneriaid

WALES

Llwybr Rhedeg Craflwyn

Mae'r llwybr rhedeg yma'n cychwyn a gorffen yng Nghraflwyn, ond mae'n rhoi cyfle i chi weld dyffryn Nant Gwynant yn ehangach, pentref Beddgelert yn ogystal â llethrau isaf copa uchaf Cymru, Yr Wyddfa a Mynydd Sygun, lle mae hen weithfeydd copr.

> **Taith redeg heriol**
>
> Dyluniwyd y llwybr hwn ar gyfer rhedwyr mynydd profiadol. Dim ond rhannau o'r daith sydd wedi eu nodi ag arwyddion. Felly gofalwch bod gennych fap a chwmpawd hefo chi, edrychwch ar y tywydd cyn cychwyn a byddwch yn barod am ddiwrnod allan yn y mynyddoedd.



Gwybodaeth

Cyfeiriad: Maes parcio'r Ymddiriedolaeth Genedlaethol Craflwyn, LL55 4NG /Cyfeirnod Grid SH599489

Map AO: Explorer OL17

Gweithgaredd: Rhedeg

Heriol: Taith redeg heriol ar gyfer rhedwyr mynydd profiadol. Am ragor o fanylion, darllenwch yr adran Tirwedd.

Ddim yn addas i gŵn

Llwybr llawn: Milltiroedd: 10.5 (km: 16.8)

Mynediad: Heriol

Hyd: 2 awr 30 munud - 4 awr

Tirwedd

Mae'r llwybr yn cynnwys amrywiaeth o ran tirwedd heriol, gan gynnwys llwybrau serth, caregog, anwastad gyda cherrig rhydd, grisiau carreg a llwybrau gwlyb mwdlyd a chamfeydd.

Cyfanswm y camau: 9

Man cychwyn: Maes parcio'r Ymddiriedolaeth Genedlaethol Craflwyn, LL55 4NG. Cyfeirnod Grid SH599489

1. O faes parcio Craflwyn dilynwch y llwybr sy'n arwain i fyny trwy'r coetir. Lle mae'r llwybr yn fforchio, dilynwch y marciwr saeth du i'r dde. Ewch ymlaen heibio mainc y ddraig ac yna i fyny grisiau gyda rhaeadr fach ar y chwith i chi.
2. Ar ben y grisiau dilynwch y llwybr i'r dde, trwy goed bedw ac i lannerch. Daliwch i fynd ymlaen gan ddilyn y saethau du ac anwybyddu dau lwybr sy'n mynd i'r dde. Arhoswch i edmygu'r olygfa o Gadair y Cawr ar y dde cyn mynd ymlaen i'r chwith a dringo i fyny grisiau (anwybyddwch y gamfa ar y dde i chi). Dilynwch y llwybr wrth iddo ddolennu i fyny, croeswch gamfa fach dros ffens ac anelu i fyny am y ffridd.
3. Anelwch am y dwyrain tuag at Fylchau Terfyn. Croeswch gamfa ar y wal a dal i fynd gan ddilyn y marcwyr du. Pan fyddwch yn cyrraedd y bont yn agos i hen adfail, trowch i'r chwith ar drac a pharhau ar i fyny. Trowch i'r chwith eto wrth yr adfail nesaf. Daliwch i fynd hyd y llwybr nes y byddwch yn cyrraedd camfa arall dros wal. Dilynwch yr arwyddion i lawr tuag at Lwybr Watkin. Ar ddiwrnod clir gallwch weld Llyn Gwynant a Moel Siabod yn y pellter.
4. Pan fyddwch yn cyrraedd llwybr (llwybr Watkin) trowch i'r dde a mynd i lawr llethrau'r Wyddfa. Cofiwch bod y marcwyr ffordd du yn dod i ben yma.
5. Ar waelod y llwybr, trowch i'r dde i lôn ac yna i'r dde eto wrth gyrraedd y briffordd. Ar ôl pasio Caffi Gwynant, cymrwch y troad nesaf i'r chwith, gan groesi Afon Glaslyn. Ac yna'r cyntaf i'r dde, tuag at Fferm Llyndy Isaf. Dilynwch y llwybr heibio'r fferm a rhedeg ar hyd glannau Llyn Dinas, byddwch yn mynd trwy sawl giât ar y ffordd.

6. Ar ben y llyn, trowch i'r chwith ar hyd llwybr o gerrig sy'n mynd i fyny'r bryn yn igam-ogam. Ar y top daliwch i fynd am hanner milltir (anwybyddwch y llwybr cyntaf ar y dde). Lle mae'n fforchio, cadwch i'r dde.
7. O Fwlch y Sygun dilynwch y llwybr chwith (tua'r de) yna cadwch i'r dde, i lawr Cwm Bychan. Ar y gwaelod ewch ymlaen heibio'r maes parcio a thrwy'r coed nes y dewch chi at yr afon.
8. Trowch i'r dde wrth yr afon a dilyn y Glaslyn ar i fyny. Byddwch yn ofalus ar y tir anwastad, caregog ac wrth groesi'r rheilffordd. Ewch yn syth ymlaen at y groesfan reilffordd. Ewch heibio pont droed ar y chwith a dilyn yr afon ar i fyny, cyn croesi stryd a mynd trwy giât. Ar ôl mynd trwy Fwlch Aberglaslyn, dilynwch y llwybr ar hyd yr afon gyda llethrau isaf Mynydd Sygun ar y dde i chi.
9. Wrth y giât nesaf, trowch i'r dde i lôn gul a dilyn hon at Waith Copr Sygun. Yma, trowch i'r chwith i'r briffordd brysur a chwith eto nes cyrhaeddwch chi faes parcio Craflwyn ar y dde.

Man gorffen: Maes parcio'r Ymddiriedolaeth Genedlaethol Craflwyn, LL55 4NG. Cyfeirnod Grid SH599489