Teithiau Cerdded

Teithiau Cerdded Gŵyl Wanwyn Bae Trefdraeth

GWENER 1af MAI

4.00pm – Tref a Chastell – 2 filltir, 2.5 awr, hamddenol, cost £4. Archwilio gorffennol canoloesol Trefdraeth yng nghwmni'r hanesydd lleol, Julian Orbach.

SADWRN 2ail MAI

9.00am – Copaon y Preselau – 15 milltir, trwy'r dydd, egnïol, cost £6. Dewch â phecyn cinio a diod. Esgidiau cadarn. Dillad gwrthsefyll tywydd garw. Taith cerdded heriol ar draws tirwedd syfrdanol 'Copaon y Preselau.

10.00am – Carn Ingli a Cherrig Gleision Côr y Cewri. – 4 milltir, 3 awr, cymedrol, cost £4.

Ymunwch â'r awdur Brian John ar daith o amgylch Carn Ingli i archwilio dwy ffynhonnell cerrig gleision Côr y Cewri.

11.00am - O'r Arfordir i'r Cwm (Taith gerdded Gymraeg) - 6 milltir, 5 awr, cymedrol, cost £4. Dewch â phecyn bwyd. Archwilio hanes a daeareg Cwm Gwaun. Bydd Geraint Harries yn tywys y daith trwy gyfrwng y Gymraeg.

11.00am – Taith Gŵn – 3.5 milltir, 2 awr, hamddenol, cost £4. Caniateir cŵn teuluoedd!! Bydd Rosita Roles a'i chi, Charlie, yn arwain taith gylchol ar hyd y traeth ac ar hyd yr aber gan orffen yng nghaffi cŵn-gyfeillgar lleol, Fronlas.

2.30pm – Nanhyfer Hanesyddol -- 3 milltir, 4 awr, cymedrol, cost £4. Argymhellir esgidiau cryf, dillad gwrthsefyll tywydd garw. Dewch â diod a byrbryd. Canfyddwch hanes cyfoethog Nanhyfer ar daith gylchol yn nghwmni Jean Dunham.

SUL 3ydd MAI

9.30am - Panorama Trefdraeth - 11 milltir, trwy'r dydd, heriol, cost £6. Dewch â phecyn bwyd. Esgidiau cadarn, dillad gwrthsefyll tywydd garw. Mwynhewch olygfeydd syfrdanol o'r mynydd a'r môr ar y daith gerdded egnïol hon yng nghwmni Parcmon y Parc Cenedlaethol, Carol Owen.

10.00am - Pererindod o Nanhyfer i Gwmyreglwys, Dinas - 7 milltir, 2 awr, cymedrol i heriol. Dewch â phecyn bwyd. Esgidiau cadarn a dillad gwrthsefyll tywydd garw. Dilyn y ffordd ganoloesol o Eglwys Sant Brynach yn Nanhyfer i Eglwys Sant Brynach yng Nghwmyreglwy.

10.30am - Clychau'r Gog yn y Gwaun 3-4 milltir, 3 awr, hamddenol, cost £4. Dewch â phecyn bwyd. Taith hamddenol trwy goetir hudol a llwybrau hynafol Cwm Gwaun.

2.00pm - Cerdded Trwy Hanes Trefdraeth - 4 awr, cymedrol, cost £4. Dewch â phecyn bwyd, esgidiau cadarn a dillad gwrthsefyll tywydd garw. Yr Athro Geoffrey Wainwright, yr archeolegydd, yn archwilio'r dirwedd o amgylch Carn Ingli a Charn Ffoi.

LLUN 4ydd MAI

10.00am – Taith Gerdded Pedair Afon – 11 milltir, 6 awr +, cymedrol, cost £6.
Dewch â phecyn bwyd ac esgidiau cadarn. Caniateir cŵn os ar dennyn gydol yr amser. Taith drwy gefn gwlad nodedig o amgylch afon Nyfer a'i thair isafon.

10.30am - Gweithdy Cerdded Nordig - 45 munud, cost £2. Addas i ddechreuwyr.
Gweithdy'n cyflwyno technegau cerdded Nordig sef dull poblogaidd o gadw'n heini trwy ddefnyddio polion tebyg i bolion sgïo.

11.30am - Taith Gerdded y Dewin 2 awr, taith deuluol hamddenol, cost £4. Dewch â phecyn bwyd. Antur deuluol unigryw o amgylch siambr gladdu hynafol Pentre Ifan.

2.00pm – O Forwyr i Gestyll Tywod – 3 milltir, 2 awr, hamddenol, yn cynnwys rhai darnau serth. Cost £4. Reginald Davies a Rex Harries yn olrhain esblygiad y Parrog o fod yn seilfan diwydiannol Trefdraeth i'r gyrchfan ymwelwyr ydyw heddiw.

Gwybodaeth Cadw Lle

Teithiau Gŵyl Wanwyn Bae Trefdraeth

MANYLION a ffurflen gofrestru wrth:
enquiries@newportbayspringfestival.com,
- Ffôn: 01239 820912 neu 820352

Holl deithiau cerdded eraill

MANYLION a chadw lle gan:
Ffôn: 01834 862109
- Ebost: kated@planed.org.uk
Bydd arweinwyr profiadol addas ar gyfer dechreuwyr a cherddwyr cyson yn arwain pob taith. Codir rhwng £2 a £6, rhai teithiau am ddim.

Darparir cludiant ar gyfer cerddwyr gan Gymdeithas Cludiant Gwledig Preseli (Draig Werdd Preseli). Ffoniwch **0845 686 0242** os am rhagor o fanylion.

Am wybodaeth ynghylch llety
cysylltwch â **Gwyliau Lonydd Glas** ar **01834 862119** neu galwch heibio **www.greenwaysholidays.com**

Photo: Andrew Dugmore

Ariennir y prosiect hon yn rhannol drwy Gynllun Datblygu Gwledig I Gymru 2007-2013 a gyllidwyd gan Llywodraeth Cynulliad Cymru a'r Undeb Ewropeaidd.

Cronfa Amaethyddol Ewrop ar gyfer Datblygu Gwledig: Ewrop yn Buddsoddi mewn Ardaloedd Gwledig
The European Agricultural Fund for Rural Development: Europe Investing in Rural Areas

Llywodraeth Cynulliad Cymru
Welsh Assembly Government

PLANED, Yr Hen Ysgol, Heol yr Orsaf, Arberth, Sir Benfro SA67 7DU
Teleffon: **01834 862109** Ebosy: kated@planed.org.uk **www.planed.org.uk**

Gwyliau

Digwyddiadau Gŵyl Wanwyn Bae Trefdraeth 1af – 4ydd Mai

Pedwar diwrnod o weithgareddau awyr agored, achlysuron diwylliannol a chymdeithasol yn dathlu amgylchedd prydferth Bae Trefdraeth a'r dreftadaeth, ynni a gweithgareddau Trefdraeth.
Mae'n rhaid ei fod gennym p'un a yw'n seiclo, cerdded, celf, ceufadu neu adloniant! Cysylltwch â **enquiries@newportbayspringfestival.com** os am fwy o fanylion. Tel: **01239 820912** neu **820352**

Gŵyl Maenclochog 4ydd – 24ain Mai

LLUN 4ydd MAI

11.00am Eisteddfod Gadeiriol Maenclochog - Neuadd Gymunedol Maenclochog Cystadlaethau plant ac oedolion, corau, canu pwnc, cadeirio'r bardd a mwy. Ffoniwch **01994 448756** neu **01437 532392** os am raglen gyflawn.

GWENER 15fed MAI

7.00pm - Cadwn y mynyddoedd yn 'sanctaidd' – Caffi Beca, Efail-wen.
Darlith gan Hefin Wyn, awdur y gyfrol newydd ei chyhoeddi, 'Brwydr y Preselau', sy'n amlinellu hanes buddugoliaeth pobl y Preselau dros y Swyddfa Ryfel ar ddiwedd y 1940au. Bydd gwasanaeth cyfieithu ar gael. Rhaid cadw lle - ffoniwch **01834 862109**

SADWRN A SUL 23ain – 24ain MAI

10.00am – 4pm – Arddangosfa Hanes Maenclochog – Neuadd Gymunedol Maenclochog. Hen luniau, ffilmiau a recordiadau o hoelion wyth y pulpud slawer dydd. Lluniaeth ar gael.

SUL 24ain MAI

10.00am – Gŵyl Gymanfa Bwnc - Capel Tabernacl, Maenclochog. Traddodiad hynafol o lafarganu pennod o'r Beibl a gweinidog gwadd yn holi'r gynulleidfa ynghylch cynnwys yr adnodau.

Digwyddiadau Gŵyl Gelf Llandudoch 3ydd -16eg Mai

Cyfres o achlysuron celf a threfadaeth yn cynnwys cerddoriaeth, drama, gweithdai celf ac Eisteddfod Llandudoch 16eg Mai. Rhaglen lawn yn nes at yr amser, **ffoniwch Kate yn PLANED** ar **01834 862109** os ydych am fwy o wybodaeth.

SADWRN 16eg MAI

Eisteddfod Llandudoch – Eisteddfod bentref flynyddol Llandudoch yn cynnwys cystadlaethau llwyfan, llenyddol ac arlunio ar gyfer yr hen a'r ifanc.

Digwyddiadau Gŵyl Werin Abergwaun 22ain – 25ain Mai

Yn cynnwys cyngherddau, dangosfeydd dawnsio, twmpathau teuluol, achlysuron cyfarfod â'r artistiaid, gweithdai llais ac offerynnau, bysgio, sesiynau cerdd a chanu anffurfiol a bar cwrw go iawn. Ymhlith yr artistiaid bydd Kevin Dempsey, Neillidth a Fiachra Mulligan, Nick Wyke a Becki Driscoll. I gael y newyddion dyddiadur diweddaraf tarwch heibio **www.pembrokeshire-folk-music.co.uk**

Teithiau Cerdded

BOB DYDD LLUN YM MIS MAI

10.00am - Camau@Iechyd - 1-2 awr, hawdd, di-dâl.
Cyfarfod wrth gerflun y dyfrgi, Pont Aberteifi a cherdded i'r Ganolfan Bywyd Gwyllt i gael coffi (dewisol) a dychwelyd ar hyd rhan o Gylchdaith y Preseli.

Teithiau Cerdded yn ardal Crymych

SADWRN 9fed MAI

10.00am - Y Feidr Aur – 10 milltir, cymedrol. Cost £6. Dewch â phecyn bwyd. Esgidiau cadarn a dillad gwrthsefyll tywydd garw. Cyfarfod ym Mharc y Ffair Crymych. Darparir cludiant i Rhosybwlch. Dilyn llwybr y porthmyn o Rhosybwlch i Grymych gan orffen gyda Swper Porthmyn (dewisol) yn y Crymych Arms.

SUL 17eg MAI

10.00am - Taith Her Nordig - Y Feidr Aur i Gwm Gwaun - 11 milltir, cymedrol. Cost £6. Cyfarfod ym maes parcio Pontfaen i ddal bws. Taith syfrdanol ar draws y grib ar uchder o tua 1500 tr. ar hyd y Feidr Aur cyn disgyn i Gwm Gwaun. Cerddwyr Nordig profiadol yn unig.

Teithiau Cerdded Gŵyl Maenclochog

SADWRN 16eg MAI

10.00am Taith Gerdded Brwydr y Preselau – 7 milltir, tua 5 awr. Cyfarfod ym Mwlchgwynt. Dadorchuddio maen dehongli 'Brwydr y Preselau' cyn cerdded ar draws crib y mynydd ar gyfer dadorchuddio maen arall yng Nghroes Mihangel am 3pm.

Dewch i flasu'r amrywiaeth o dirweddau godidog a diwylliant gwahanol Gogledd Sir Benfro trwy ymuno ag ail Ŵyl Gerdded Preseli sy'n dathlu'r gorau o arfordiroedd, iseldiroedd a mynyddoedd syfrdanol - os nad cyfrinachol.
Ewch ati i archwilio gwylltineb y rhostiroedd a'r dreftadaeth archeolegol, canfyddwch afonydd a chymoedd cudd, coetiroedd hynafol, clogwyni arfordirol syfrdanol a thraethau diarffordd. Ceir dewis o lwybrau cerdded ar gyfer pob oed a gallu – o grwydro am ddwy filltir ar gyfer y teulu cyfan i hirdeithiau 17 milltir ar draws bryniau'r garreg las ar gyfer cerddwyr profiadol.
Tra byddwch yn mwynhau'r golygfeydd ysblennydd pam na wnewch chi flasu'r gwyliau a'r achlysuron a gynhelir yn ardal y Preselau. Ni fyddwch heb brofiadau i'ch diddori chi a'r teulu boed yn ymdiddori mewn bwyd, cerddoriaeth, treftadaeth neu'r iaith Gymraeg.

Mae **Taith Gerdded Gylchol y Preseli** sy'n 67 milltir (108cm) yn unigryw o ran amrywiaeth ei thirweddau a diwylliant neilltuol Gogledd Sir Benfro. Cychwynnir yn Abergwaun a cherdded i gyfeiriad Cwm Gwaun lle mae amser wedi aros yn stond. Wrth ffarwelio â Chwm Gwaun daw rhyfeddod y Preselau i'r golwg yn gymysgfa o safleoedd cynhanes a chof llwythol am bobloedd slawer dydd. Gellir cerdded ar hyd hen lwybr rheilffordd y Cardi Bach i Gilgerran a Cheunant Teifi. Dilynir Llwybr Arfordir Sir Benfro tuag at yn ôl heibio clogwyni trawiadol Bae Cemaes a Phen Dinas i Abergwaun wedi cyflawni siwrnai bythgofiadwy. Gellir gweld Taith Gerdded Gylchol y Preseli ar wefan **www.experiencepembrokeshire.com** sy'n cael ei ddatblygu gan PLANED ar hyn o bryd.

Cafodd yr uchod ei becynnu'n dwt yn gynnig pedwar diwrnod sy'n cynnwys y nodweddion mewndirol. Fe'ch gwahoddir i ymuno â'r daith lawn pedwar diwrnod neu am ddiwrnod neu ddau yn unig. Darparir cludiant cyswllt. Dewch â digonedd o fwyd a diod, esgidiau cadarn a dillad gwrthsefyll tywydd garw.

Diwrnod cyntaf – Sadwrn 9fed Mai – Cardi Bach (9 milltir)
Ail ddiwrnod – Sul 10fed Mai – Mynyddoedd y Preselau (10 milltir)
Trydydd diwrnod – Sul 24ain Mai – Mynyddoedd y Preselau (10 milltir)
Pedwerydd diwrnod – Llun 25ain Mai – – Cwm Gwaun – (10 milltir)

Y tywysydd fydd Andrew Dugmore a fu'n gyfrifol am ymchwilio ac ysgrifennu am daith gerdded y Preseli. Cost £6 fesul diwrnod neu £20 am bedwar diwrnod. Rhaid cadw lle. **Ffoniwch Kate ar 01834 862109.**

Photo: Andrew Dugmore

Teithiau Cerdded

Teithiau Cerdded Gŵyl Gelf Llandudoch

SUL 3ydd MAI

10.30am - Taith Gerdded Her Fechan - Tua 1.25 milltir o gerdded hawdd i'r rhai sy'n brin o amser, egni neu fudoledd. Di-dâl. Cyfarfod ar lawnt yr angorfa i'r gogledd o Dafarn Y Fferi i archwilio treftadaeth prentref Llandudoch gan gwpla gyda phaned o de (dewisol) yn Y Coetiws. Arthur Walters fydd yn arwain heibio'r mot a beili, y castell yr ochr draw i'r afon, Neppwl, Carreg y Fendith a llawer mwy.

10.30am – Taith Gerdded Tirwedd sy'n Ysbrydoli - 5½ milltir ar hyd tirwedd sy wedi ysbrydoli arlunwyr lleol. Cost £2.50 er mwyn talu am gludiant. Cyfarfod ym maes parcio'r Stryd Fawr yn Llandudoch a gorffen uwchben stiwdio Sarah Sharp yn edrych dros Dwyni Traeth Gwyn a Gwbert. Dewch â phecyn bwyd ac esgidiau cadarn. Darparir cludiant nôl. Arweinir gan Julie a Steve Wilson.

IAU 7fed MAI

10.00am – Taith Hanes – tua 1½ awr, hawdd. Cost £2. Cyfarfod wrth Ganolfan Ymwelwyr Coetiws a tharo heibio'r safleoedd hanesyddol o amgylch pentref Llandudoch yng nghwmni'r hanesydd lleol, Glen Johnson.

MAWRTH 12fed MAI

10.30am – Taith Bywyd Gwyllt – tua 2 awr, cymedrol, cost £2. Cyfarfod wrth Ganolfan Ymwelwyr Coetiws. Dysgu am fywyd gwyllt yng nghefn gwlad syfrdanol ardal Llandudoch.

MAWRTH 19eg MAI

10.30am – Taith Hanes – tua 1½ awr, hawdd. Cost £2. Cyfarfod wrth Ganolfan Ymwelwyr Coetiws a tharo heibio'r safleoedd hanesyddol o amgylch pentref Llandudoch yng nghwmni'r hanesydd lleol, Glen Johnson.

Teithiau Cerdded Gŵyl Werin Abergwaun

GWENER 22ain MAI

6.00pm – Taith Gerdded y Glaniad – byr – 3 milltir, 2 awr. Cost £1.
Cyfarfod ym maes parcio Caer Abergwaun a dilyn hanes y Glaniad Olaf wrth fwynhau'r golygfeydd prydferth o'r harbwr gan ddychwelyd mewn pryd ar gyfer y gigs gwerin yn y dref gyda'r nos (dewisol).

SADWRN 23ain MAI

10.00am – Taith Gerdded y Glaniad – hir – tua 10 milltir, 6 awr, cymedrol gyda rhai darnau serth. Cost £5. Elw i'r Ŵyl Werin. Dewch ag esgidiau cadarn, dillad addas a phecyn bwyd. Cyfarfod ym maes parcio Traeth Wdig gyferbyn â Gwesty Seaview a dilyn traed milwyr Prydain a Ffrainc yn ystod y Glaniad Olaf.

SUL 24ain MAI

11.00am - Morladron a Smyglwyr – 2½ milltir, cyfarfod ar Sgwâr Abergwaun. Taith ddwy awr hawdd ar hyd 400 mlynedd o hanes gan ddychwelyd i giniawa a mwynhau sesiwn gerddorol ar y Sgwâr (dewisol).

Gŵyl Gerdded Preseli

teithiau cerdded a digwyddiadau mai 2009