Love 2 Walk

Gŵyl Cerdded 2024

22 - 30 Mehefin 2024

Gwybodaeth Gyffredinol

- Mae gan bob un o'n teithiau cerdded ni dywyswyr gwybodus a phrofiadol ac maen nhw am ddim.
- Does dim angen archebu lle ar gyfer y teithiau cerdded ond os ydych chi'n dymuno archebu gallwch wneud hynny ar e-bost, ar Facebook neu dros y ffôn.

Canllaw cyflym i'r graddfeydd

Hawdd – addas i bawb heb unrhyw broblemau ffitrwydd neu symudedd difrifol, efallai y bydd angen codi cadeiriau gwthio dros rwystrau bach

Cymedrol – gall gynnwys llwybrau serth a chefn gwlad agored - Esgidiau cerdded yn hanfodol

Heriol – angen bod yn gerddwr cefn gwlad profiadol gyda lefel dda o ffitrwydd

Cynghorion Hanfodol

- Mae sanau ac esgidiau cyfforddus yn hanfodol, dewiswch esgidiau sy'n codi'r sawdl ychydig ac yn cynnal y droed a gwnewch yn siŵr bod digon o le i symud bysedd eich traed
- Gwisgwch ddillad cyfforddus sy'n ffitio'n llac ac yn eich galluogi i symud yn rhydd
- Bydd gwisgo sbectol haul ac eli haul yn amddiffyn eich llygaid a'ch croen rhag pelydrau UV yr haul
- Mae cerdded yn waith sychedig felly cariwch ddŵr, yn enwedig os ydych chi'n bwriadu cerdded am fwy na hanner awr
- Dewch â rhywbeth i'w fwyta gyda chi fel bod gennych chi ddigon o egni
- Cariwch ffôn symudol gyda chi
- Dilynwch y cod cefn gwlad bob amser
- Sylwch fod cerddwyr yn cymryd rhan yn y teithiau cerdded ar eu menter eu hunain a dylent sicrhau eu bod yn heini ac yn iach ar ddiwrnod y daith gerdded.

Cyrraedd yr ŵyl

Sut bynnag rydych chi'n bwriadu cyrraedd unrhyw un o'n teithiau cerdded gall Traveline Cymru wneud eich cynllunio ychydig yn haws gyda gwybodaeth am deithio ar fws, trên, awyren a fferi. Ewch i Traveline Cymru neu ffoniwch 0871 200 22 33.

Mae'n bosibl y bydd rhaid talu am barcio, gwiriwch cyn i chi deithio.

Mae'r amseroedd gorffen yn fras ac yn ganllaw yn unig.

Ffotograffau

Gall ffotograffwyr proffesiynol neu amatur fod yn bresennol ar eich taith gerdded. Ystyrir bod caniatâd ar gyfer ffotograffau'n cael ei roi pan fyddwch yn ymuno â'r daith gerdded. Fodd bynnag, cofiwch roi gwybod i arweinydd y daith gerdded neu'r ffotograffydd ar y diwrnod os byddwch yn dewis peidio â bod yn rhan o unrhyw ffotograffau. Efallai y bydd y lluniau'n cael eu defnyddio ar-lein neu ar gyfer cyhoeddusrwydd yn y dyfodol.

Y Cod Cefn Gwlad

Parchu pobl eraill

- Ystyriwch y gymuned leol a'r bobl eraill sy'n mwynhau'r awyr agored
- Gadewch giatiau ac eiddo fel rydych yn dod o hyd iddynt a dilynwch y llwybrau oni bai fod mynediad ehangach ar gael

Gwarchod yr amgylchedd naturiol

- Peidiwch â gadael unrhyw olion o'ch ymweliad ac ewch â'ch sbwriel adref gyda chi
- Cadwch gŵn dan reolaeth effeithiol

Mwynhau'r awyr agored a chadw'n ddiogel

- Cynlluniwch ymlaen llaw a byddwch yn barod
- Dilynwch gyngor ac arwyddion lleol

Teithiau cerdded hunan-dywys

Methu dod ar y diwrnod a'r amser ar gyfer y daith gerdded ar yr amserlen? Dim problem, mae gennym ni deithiau cerdded hunan-dywys y gallwch chi eu cwblhau yn eich amser eich hun. Mae llwybrau syml sy'n hawdd eu dilyn os ydi eich sgiliau mapio fymryn yn rhydlyd.

Gwybodaeth ac archebu

love2walk@bridgend.gov.uk
facebook.com/love2walk
01656 642081

Her Iechyd Cymru / Health Challenge Wales

Bactif – LLES EGNÏOL • ACTIVE WELLBEING

Cyngor Bwrdeistref Sirol Pen-y-bont ar Ogwr / Bridgend County Borough Council

Love2Walk

Gŵyl Cerdded 2024

22 - 30 Mehefin 2024

Diwrnod ac amser	Enw a lleoliad	Manylion	Gradd
Dydd Sadwrn 22 Mehefin 10am-12pm	Taith gerdded cadeiriau LAF Llwybr Treftadaeth Goetrehen	Dechreuwch yr Ŵyl Gerdded drwy ymuno ag aelodau'r Fforwm Mynediad Lleol i fwynhau'r golygfeydd ar hyd y Llwybr Treftadaeth o amgylch Goetrehen	Cymedrol
Dydd Sul 23 Mehefin dechrau am 9.45am	Taith Gerdded y Ramblers Cysylltwch am fanylion ymuno – www.bridgendramblers.org	Sain Ffraid – Taith Gerdded 5 milltir yn fras	Cymedrol
Dydd Llun 24 Mehefin 10.30-11.30am	Arwerthiannau Defaid Melin Ifan Ddu	Un daith o'n rhaglen o deithiau cerdded wythnosol cyfeillgar, sy'n digwydd ar yr un diwrnod ac amser bob wythnos. Cyfle i fanteisio ar y llwybr beicio ag arwyneb ar hyd llawr y dyffryn	Cymedrol
Dydd Llun 24 Mehefin 3-4pm	Canolfan Bywyd Ogwr	Un daith o'n rhaglen o deithiau cerdded wythnosol cyfeillgar, sy'n digwydd ar yr un diwrnod ac amser bob wythnos. Dechrau arni i fanteisio ar y llwybr beicio ag arwyneb ar hyd llawr y dyffryn	Cymedrol / Nordig
Dydd Llun 24 Mehefin 5.30-7pm	Taith gerdded ar ôl gwaith	Cyfarfod yn Ardal Chwarae'r Plant yng Nghaeau Newbridge	Hawdd
Dydd Mawrth 25 Mehefin 10-11.30am	Tro Bach Gymdeithasol	Cyfarfod ym Maes Parcio Tesco Maesteg	Cymedrol
Dydd Mawrth 25 Mehefin 2-3pm	Taith Gerdded Archwilwyr Parc Slip	Cyfarfod yn y Maes Parcio a mwynhau taith gylch o amgylch y warchodfa natur leol yma. Gall fod yn fwdlyd os yw'r tywydd wedi bod yn wlyb	Cymedrol / Nordig
Dydd Mawrth 25 Mehefin 2.30-6pm	Sgwâr Melin Ifan Ddu i Fynydd yr Gaer	Chwilio am daith gerdded hirach a'r cyfle i fwynhau'r golygfeydd o amgylch Melin Ifan Ddu? Os felly, mae'r daith yma ar eich cyfer chi	Cymedrol
Dydd Mercher 26 Mehefin, 1-2pm	Caeau Newbridge	Un daith o'n rhaglen o deithiau cerdded wythnosol cyfeillgar, sy'n digwydd ar yr un diwrnod ac amser bob wythnos	Cymedrol / Nordig
Dydd Mercher 26 Mehefin, 3-4.30pm	Taith Gerdded Fforest Cwm Garw	Cyfarfod ym maes parcio Canolfan Hamdden Cwm Garw. Un daith o'n rhaglen o deithiau cerdded archwilio, sy'n digwydd bob wythnos ar yr un diwrnod ac amser ond mewn llefydd gwahanol. Gall ychydig o'r darnau serth fod yn fwdlyd os yw'r tywydd wedi bod yn wlyb	Cymedrol / Nordig
Dydd Mercher 26 Mehefin, dechrau am 6pm	Taith Gerdded y Ramblers Cysylltwch am fanylion ymuno – www.bridgendramblers.org	Newton – Tua 4 milltir	Cymedrol
Dydd Iau 27 Mehefin 11am-12pm	Taith Gerdded Het Haul Porthcawl	RNLI Porthcawl. Cyfarfod y tu allan i'r siop gofroddion. Nawr bod y tywydd yn cynhesu'n braf chwiliwch am eich het haul orau a galwch heibio i ymuno	Hawdd – Cyfeillgar i Ddementia
Dydd Iau 27 Mehefin dechrau am 10.30am	Taith Gerdded y Ramblers Cysylltwch am fanylion ymuno – www.bridgendramblers.org	Sain Ffraid – Tua 3 milltir	Cymedrol
Dydd Gwener 28 Mehefin, 10-11.30am	Tro Bach Gymdeithasol	Cyfarfod ym Maes Parcio Rygbi Porthcawl	Cymedrol
Dydd Gwener 28 Mehefin, 5.30-6.30pm	Taith gerdded iechyd Maes Parcio Pwll Nofio Pencoed	Taith Gerdded Hawdd ar arwynebau tarmac, taith gerdded gylch yn dychwelyd i'r man cychwyn	Hawdd – Cyfeillgar i Ddementia
Dydd Sadwrn 29 Mehefin 10am-12pm	Dolen Black Rocks	Llwybr Glan y Môr sy'n Gyfeillgar i Deuluoedd Taith gerdded drwy Dwyni Newton i Draeth Newton ac ar hyd ymyl y dŵr, gan droelli drwy Black Rocks	Hawdd (rhai darnau ar dywod)
Dydd Sul 30 Mehefin 9.45am	Taith Gerdded y Ramblers Cysylltwch am fanylion ymuno – www.bridgendramblers.org	Margam – Tua 5.5 milltir	Heriol

• Mae'n bosibl y bydd angen talu am barcio, gwiriwch cyn i chi deithio •
• Mae'r amseroedd gorffen yn fras ac yn ganllaw yn unig •
• Nid yw archebu lle yn hanfodol •

Gwybodaeth ac archebu

love2walk@bridgend.gov.uk • facebook.com/love2walk • 01656 642081