



Llwybr Arfordir Cymru
Wales Coast Path

@llwybrarfordircymru
llwybrarfordircymru.gov.uk



LLANGRANNOG

Teithiau Cerdded Llwybr
Arfordir Cymru a'r Urdd:
pecyn adnoddau ar
gyfer profiad cerdded
a dysgu unigryw.

Bydd eich taith gerdded heddiw yn mynd â chi ar hyd Llwybr Arfordir Cymru. Un o'r unig llwybrau troed yn y byd i ddilyn arfordir gwlad gyfan! Mae 870 milltir / 1400 km o anturiaethau gwyd yn eich aros, heb sôn am fywyd gwyllt anhygoel, hanes hynod ddiddorol a chwedlau rhyfeddol. Edrychwch ar y map hwn i weld pa ran o lwybr yr arfordir sydd agosaf at eich cartref. Beth am gynllunio antur ar ei hyd?

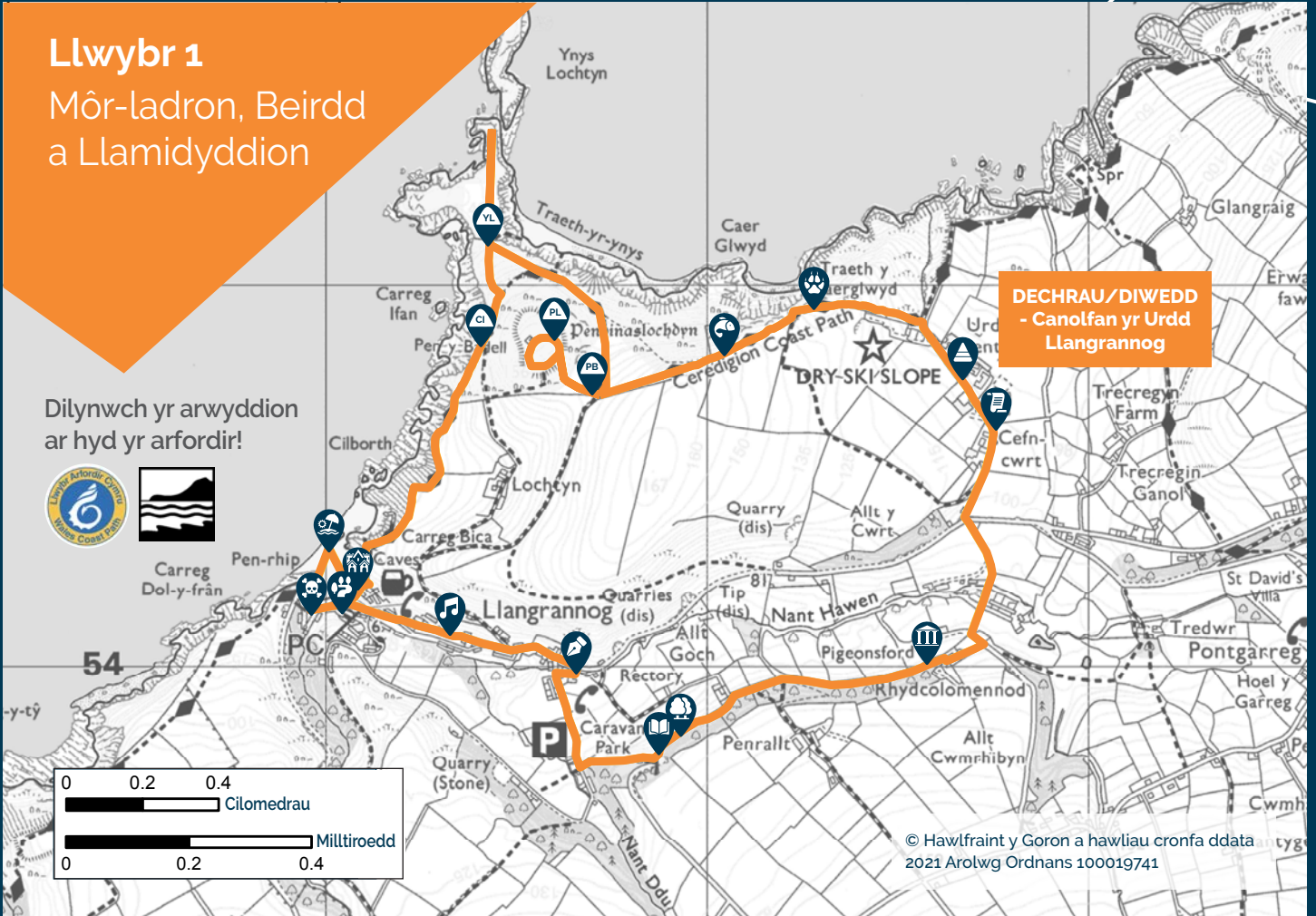




Llwybr 1

Môr-ladron, Beirdd
a Llamidyddion

Dilynwch yr arwyddion
ar hyd yr arfordir!



DECHRAU/DIWEDD
- Canolfan yr Urdd
Llangrannog


- | | | | |
|--|--------------------------------------|--|--------------------------|
| | Canolfan yr Urdd
Llangrannog | | Môr-ladron a
Smyglwyr |
| | Bywyd Gwyllt Lleol | | Nant Hawen |
| | Bywyd Gwyllt
Bae Ceredigion | | Edward Elgar |
| | Pen y Badell a
Phendinas Lochtyn | | Cranogwen |
| | Bryngaer Pendinas
Lochtyn | | T Llew Jones |
| | Ynys Lochtyn
a'r Bryngaer | | Coed
Rhydcolomennod |
| | Carreg Ifan
a Phen y Bilis | | Plas
Llangrannog |
| | Llangrannog | | Bois y Cilie |
| | Traeth Llangrannog
a Charreg Bica | | |

Pellter: 7km / 4.5 m.
Hyd y daith: 2 awr 45 munud
Ychwanegwch 30 munud
ychwanegol ar gyfer pob
gweithgaredd

Antur hanner diwrnod, llawn hanes a bywyd gwyllt sy'n cychwyn ac yn gorffen yng Ngwersyll yr Urdd Llangrannog. Mae'n cynnwys safleoedd, bywyd gwyllt a hanes caerau Pen y Badell a Phendinas Lochtyn, cyn disgyn i lawr i draeth Llangrannog. Mae'r siwrne trwy Llangrannog yn cynnig cyfle i archwilio hanes y pentref a chyfarfod â rhai cymeriadau lliwgar a chreadigol, cyn troi tuag at goedwig Rhydcolomennod a dychwelyd i'r ganolfan.



Nodiadau ychwanegol am llwybr y daith hon:

- Dilynwch y llwybr troed wedi'i farcio o faes parcio Canolfan yr Urdd Llangrannog, tuag at llwybr yr arfordir, gan gadw'r llethr sgïo i'r chwith.
- Daliwch i ddilyn marcwyr Llwybr Arfordir Cymru sy'n dangos y symbol hwn  tan draeth Llangrannog. Byddwch yn gwyro o'r llwybr unwaith wrth gymryd y ffordd i fyny i gopa Pen y Badell. Yn dilyn eich ymweliad â Phen y Badell, byddwch yn dilyn yr un llwybr i lawr i ailymuno â'r llwybr troed tuag at Ynys Lochtyn.
- O draeth Llangrannog, byddwch yn gadael Llwybr Arfordir Cymru ac yn dilyn yr heol, i fyny'r bryn trwy bentref Llangrannog, gan gadw Afon Hawen ar y dde i chi.
- Dilynwch arwyddion i ymweld a'r Eglwys, ac yna ewch yn ôl i'r ffordd yn y ffordd. Peidiwch â mynd yn ôl tuag at y traeth, yn lle hynny, cymerwch y ffordd tuag at y parc carafannau.
- Ychydig cyn i'r ffordd hon gymryd tro tynn yn ôl arni'i hun, fe welwch arwydd llwybr troed yn eich arwain i'r chwith. Dilynwch y llwybr yma trwy goedwig Rhydcolomennod.
- Bydd y llwybr troed yn eich tywys trwy fuarth eiddo hunanarlwyo, cyn dod â chi i heol. Cadwch i'r chwith ar y ffordd. Bydd yn dod â chi i lawr i bont dros Afon Hawen ac i glwstwr o hen adeiladau melino sydd bellach yn gartrefi. Bwrwch ymlaen ar y ffordd hon nes i chi ddod at groesffordd.
- Ewch yn syth ymlaen ar y groesffordd, gan ddilyn yr arwyddion i Wersyll yr Urdd Llangrannog.



Ynys Lochtyn a'r traeth



Llwybr 2 Adar y Môr, Seintiau a Smyglwyr

Dilynwch yr arwyddion
ar hyd yr arfordir!



© Hawlfraint y Goron a hawliau cronfa ddata
2021 Arolwg Ordnans 100019741

- | | | | |
|--|-----------------------------------|--|---------------------|
| | Canolfan yr Urdd Llangrannog | | Cranogwen |
| | Bywyd Gwylt Lleol | | Odynau Calch |
| | Bywyd Gwylt Bae Ceredigion | | Sant Carannog |
| | Pen y Badell a Phendinas Lochtyn | | Castell Bach |
| | Caer Pendinas Lochtyn | | Y Cod Cefn Gwlad |
| | Ynys Lochtyn a'r Bryngaer | | T Llew Jones |
| | Carreg Ifan a Phen y Bilis | | Coed Rhydcolomennod |
| | Llangrannog | | Plas Llangrannog |
| | Traeth Llangrannog a Charreg Bica | | Bois y Cilie |
| | Môr-ladron a Smyglwyr | | |

Pellter: 10km / 6.5 m
Taith gerdded grŵp 3 awr
a 30 munud + ychwanegwch
amser ar gyfer gweithgareddau
(gweithgaredd diwrnod llawn)


Antur epig, trwy'r dydd ar draws 2,000 o flynyddoedd o hanes, cyfoeth o chwedlau a chyfarfyddiadau â bywyd gwylt, gan ddechrau a gorffen yng Ngwersyll yr Urdd Llangrannog. Mae'n cynnwys golygfeydd godidog, bywyd gwylt a hanes caerau Pen y Badell a Phendinas Lochtyn, cyn disgyn i lawr i draeth Llangrannog i ddysgu am smyglwyr a chwilio am eu hogof.



O'r fan honno mae'r llwybr yn ailymuno â Llwybr Arfordir Cymru y pen arall i draeth Llangrannog, i gyfarfod â cherflun Sant Carannog, cyn datgelu golygfeydd dramatig o arfordir gogledd Sir Benfro. Mae trydedd caer o'r Oes Haearn yn cynnig blas o'r oes a fu, cyn i'r

llwybr droi tua'r tir, ar hyd llwybrau troed trwy gaeau amaethyddol toreithiog a phentrefi bach gwledig. Mae rhan olaf y daith yn cyffwrdd pen uchaf pentref Llangrannog, gan arwain at goedwig Rhydcolomennod cyn dychwelyd i'r gwerysll.

Nodiadau ychwanegol am lwybr y daith hon:

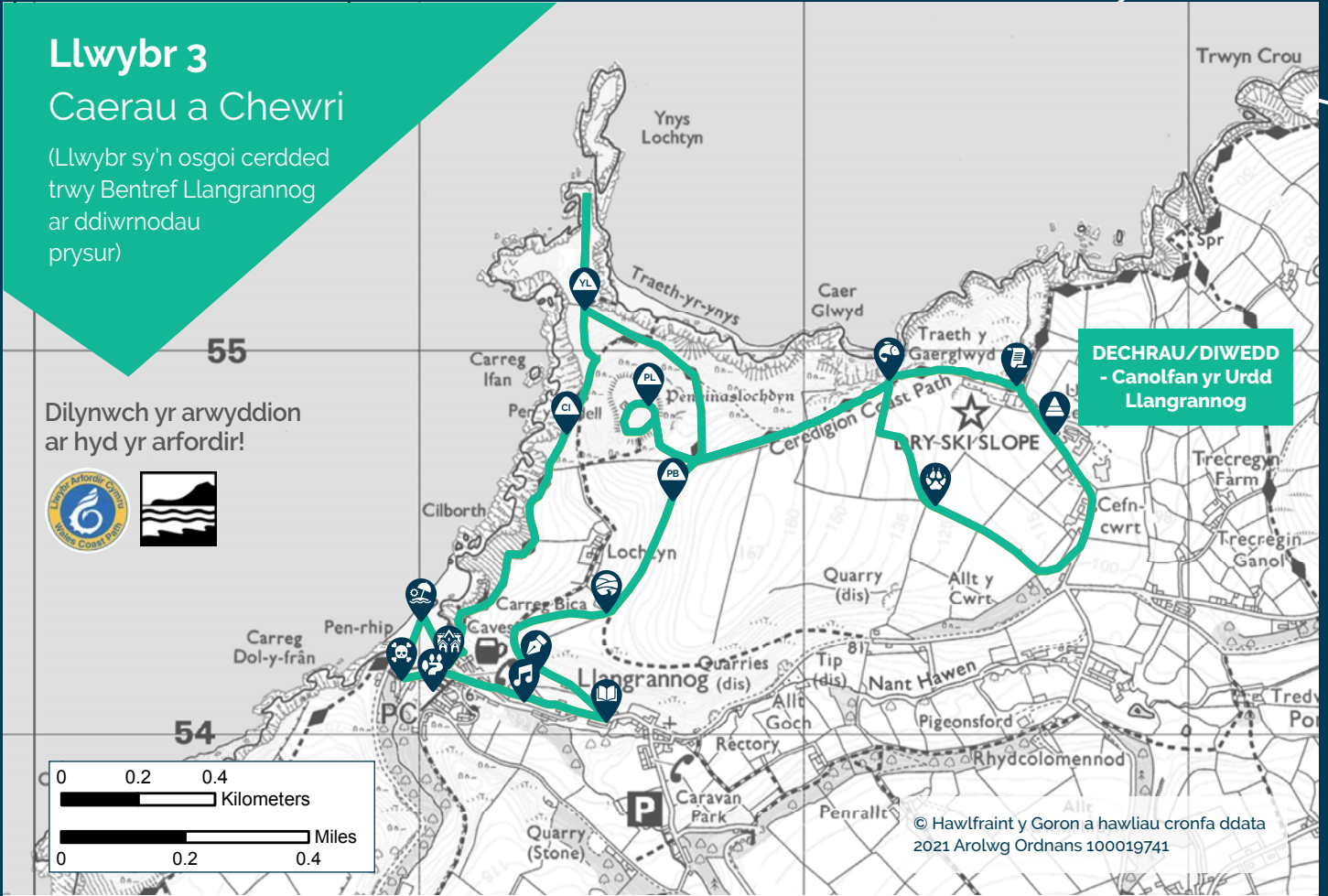
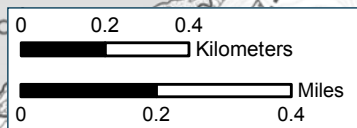
- Dilynwch y llwybr troed wedi'i farcio o faes parcio Gwerysll yr Urdd Llangrannog tuag at lwybr yr arfordir, gan gadw'r llethr sgiö i'r chwith.
- Daliwch i ddilyn marcwyr Llwybr Arfordir Cymru sy'n dangos y symbol hwn  tan draeth Llangrannog. Byddwch yn gwro o'r llwybr unwaith wrth gymryd y ffordd i fyny i gopa Pen y Badell. Yn dilyn eich ymweliad â Phen y Badell, byddwch yn dilyn yr un llwybr i lawr, i ailymuno â'r llwybr troed tuag at Ynys Lochtyn.
- O draeth Llangrannog, byddwch yn parhau ar hyd y ffordd sy'n dilyn ochr y traeth, heibio tafarn y Pentre Arms, ac i fyny ffordd serth, i ymuno â Llwybr Arfordir Cymru unwaith eto wrth gerflun Sant Carannog.
- Dilynwch Llwybr Arfordir Cymru tan ychydig ar ôl Castell Bach, pan fydd y llwybr yn mynd i lawr yn serth tuag at y cwm. Ar y pwynt hwn, croeswch y nant ac yna, yn lle dilyn llwybr yr arfordir, trowch i ffordd o'r arfordir, gan gadw dyffryn yr afon i'r chwith, ac ewch trwy'r giât i gerddwyr i'r cae o'ch blaen.
- Dilynwch y llwybr hwn yn groeslinol, i fyny'r bryn trwy gaeau fferm. Mae'n ymlwbro trwy dir ac adeiladau Morfa Isaf ac yna i heol fach darmac.
- Dilynwch y ffordd hon, gan basio Fferm Morfa Ganol ac yna cymerwch y troad chwith cyntaf ar y ffordd. Byddwch yn dod at droad i'r dde yn fuan wedi hynny. Cymerwch y ffordd i'r dde.
- Byddwch yn pasio tŷ o'r enw Rhyd Lwyd ar eich ochr dde. Ar y pwynt yma, edrychwch i'r chwith i ddod o hyd i arwydd llwybr troed a chamfa i fynd â chi ar draws caeau.
- Ewch yn syth ymlaen ar y llwybr wedi'i farcio trwy bedwar cae, nes croesi nant fach tuag at fferm Eisteddfa. Mae'r llwybr wedi'i arwyddo yn dilyn wal islaw beudai ac adeiladau fferm cyn croesi tri chae pellach. Yna mae'r llwybr yn mynd yn serth i lawr trwy goedwig.
- Ar ddiwedd y goedwig, pan fydd y llwybr yn cwrdd â'r heol, ewch yn syth ymlaen tuag at y Parc Carafannau. Wrth y gyffordd nesaf, trowch i'r dde.
- Ychydig cyn i'r ffordd hon gymryd tro tynn yn ôl arni'i hun, fe welwch arwydd llwybr troed yn eich tywys i'r chwith. Dilynwch y llwybr hwn trwy goedwig Rhydcolomennod.
- Bydd y llwybr troed hwn yn eich tywys trwy fuarth eiddo hunanarlwyo, cyn dod â chi i heol. Cadwch i'r chwith ar y ffordd. Bydd yn dod â chi lawr i bont dros Afon Hawen ac i glwstwr o hen adeiladau melino, sydd bellach yn gartrefi. Bwrwch ymlaen ar y ffordd hon nes i chi ddod at groesffordd.
- Ewch syth ymlaen ar y groesffordd, gan ddilyn yr arwyddion i Werysll yr Urdd Llangrannog.



Llwybr 3 Caerau a Chewri

(Llwybr sy'n osgoi cerdded trwy Bentref Llangrannog ar ddiwrnodau prysur)

Dilynwch yr arwyddion ar hyd yr arfordir!



DECHRAU/DIWEDD
- Canolfan yr Urdd Llangrannog

© Hawlfraint y Goron a hawliau cronfa ddata
2021 Arolwg Ordnans 100019741


- | | | | |
|--|-----------------------------------|--|-----------------------|
| | Canolfan yr Urdd Llangrannog | | Nant Hawen |
| | Bywyd Gwylt Lleol | | Edward Elgar |
| | Bywyd Gwylt Bae Ceredigion | | T Llew Jones |
| | Caer Pendinas Lochtyn | | Cranogwen |
| | Carreg Ifan a Phen y Bilis | | Y Cod Cefn Gwlad |
| | Llangrannog | | Caer Pen y Badell |
| | Traeth Llangrannog a Charreg Bica | | Caer Pendinas Lochtyn |
| | Môr-ladron a Smyglwyr | | Bois y Cilie |

Pellter: 7.5 km / 5 m
Taith gerdded grŵp 3 awr + ychwanegwch amser ar gyfer gweithgareddau (gweithgaredd hanner diwrnod)

Taith chwedlonol, hudol o amgylch pentir Pendinas Lochtyn. Mae'r llwybr cylchol hwn yn cychwyn ac yn gorffen yng Ngwersyll yr Urdd Llangrannog. Mae'n cynnwys safleoedd, bywyd gwylt a hanes Pendinas Lochtyn cyn disgyn lawr i draeth Llangrannog. Er mwyn osgoi cerdded ar hyd y briffordd trwy'r pentref ar adegau prysur, mae'r llwybr hwn yn dychwelyd ar hyd llwybrau troed trwy dir amaethyddol i archwilio caer Pen y Badell cyn dychwelyd i'r gwerysll.



Nodiadau ychwanegol am llwybr y daith hon:

- O faes parcio Gwersyll yr Urdd Llangrannog, ewch yn ôl i lawr y ffordd y gwnaethoch chi gyrraedd arni. Dewch o hyd i arwydd llwybr troed ar eich ochr dde cyn cyrraedd y groesffordd.
- Dilynwch y llwybr troed hwn trwy gaeau nes i chi gyrraedd Llwyr Arfordir Cymru.
- Daliwch i ddilyn marcwyr Llwyr Arfordir Cymru sy'n dangos y symbol hwn  tuag at draeth Llangrannog (i'r chwith). Peidiwch â mynd i fyny at gaer Pen y Badell. Byddwch yn ymweld â'r fan hon ar eich ffordd yn ôl.
- O draeth Llangrannog, byddwch yn gadael Llwyr Arfordir Cymru ac yn dilyn y briffordd am ychydig, i fyny'r bryn trwy bentref Llangrannog, gan gadw Afon Hawen ar y dde i chi.
- Cyn cyrraedd yr Eglwys, edrychwch am arwydd llwybr troed ar eich ochr chwith. Dilynwch y llwybr hwnnw i fyny ochr y bryn.
- Mewn ychydig llai na hanner km ar hyd y llwybr hwn byddwch yn cyrraedd ffordd. Dilynwch y llwybr i'r dde sy'n glynu at y llechwedd uwchben fferm Lochtyn.
- Bydd y llwybr yn rhannu eto ychydig yn nes ymlaen. Y tro hwn, dilynwch y llwybr i'r chwith tuag at fryn a chaer Pen y Badell.
- Wrth droed Pen y Badell, dilynwch y trac i gopa bryn Pen y Badell. Byddwch yn dod i lawr ar hyd y trac hwn ar ddiwedd eich ymweliad hefyd.
- Wrth ddychwelyd o fryn Pen y Badell, ymunwch â Llwyr Arfordir Cymru, gan gadw at yr arfordir i gyfeiriad y gogledd-ddwyrain, tuag at Aberystwyth.
- Tua km ar hyd y llwybr hwn, fe welwch Wersyll yr Urdd Llangrannog ar eich ochr dde. Ewch trwy'r giât i gerddwyr ac ymlaen i'r llwybr troed trwy Wersyll yr Urdd ac yn ôl i'r maes parcio.



Carreg Bica (ffurfiant creigiau)



CANOLFAN YR URDD, LLANGRANNOG

Urdd Gobaith Cymru yw ein sefydliad ieuenctid cenedlaethol, gyda dros 50,000 o aelodau rhwng 8 a 25 oed. Fe'i sefydlwyd gan Syr Ifan ab Owen Edwards ym 1922. Ei nod oedd amddiffyn y Gymraeg ar adeg pan oedd yr iaith Saesneg yn dominyddu pob agwedd ar fywyd y tu allan i'r cartref. Nod parhaus y sefydliad yw sicrhau bod pob person ifanc yng Nghymru yn cael cyfleoedd, trwy gyfrwng y Gymraeg, i chwarae rhan adeiladol yn y gymuned ac i ddatblygu sgiliau personol a chymdeithasol da.

Mae Gwersyll Llangrannog yn un o bum canolfan breswyl Urdd Gobaith Cymru ar gyfer plant a phobl ifanc. Y lleill yw Glan Llyn yn y Bala, Gwersyll Caerdydd yng Nghanolfan Mileniwm Cymru, Bae Caerdydd, Pentre Ifan yn Sir Benfro a Thŷ Kisbodak Ház yn Hwngari sy'n cynnig profiad rhyngwladol.

O'r rhain, Llangrannog oedd y cyntaf. Cynhaliwyd y preswyliau gwreiddiol yma dros bedair wythnos yn ystod haf poeth 1932. Lletywyd 150 o bobl ifanc mewn pebyll cynfas a drefnwyd o amgylch caban pren y ffreutur. Dros y blynyddoedd datblygwyd mwy o gyfleusterau gan gynnwys ysgubor a llwybr marchogaeth, llethr sgïo, pwll nofio a chanolfan ddringo dan do, er mawr lawenydd y nifer cynyddol o blant ysgol a theuluoedd sy'n ymweld am gyrsiau preswyl, penwythnosau hamdden a diwrnodau gweithgareddau trwy gydol y flwyddyn.

GWEITHGAREDD

CWIS YR URDD

Gall hwn fod yn gwis llafar, neu os ydych chi'n defnyddio'r pecyn gweithgaredd cysylltiedig, gellir nodi'r atebion yno. Os yw'r grŵp yn fwy na 5, ystyriwch eu rhannu'n dimau. Dyfarnwch 5 pwynt ar gyfer pob cwestiwn, i'r tîm â'r ateb cyntaf, cywir. Fel arall, gallai grŵp bach gwblhau'r cwis trwy ysgrifennu'r atebion yn eu pecynnau. Nodir yr atebion cywir isod.

1. Beth yw tri lliw yr Urdd?

A: Coch, Gwyn a Gwyrdd

2. Beth yw enw masgot yr Urdd?

A: Mr Urdd

3. Pryd ffurfiwyd yr Urdd?

A: 1922

4. Faint o ganolfannau preswyl eraill sydd gan yr Urdd YN YCHWANEGOL at Langrannog?

A: 4 canolfan breswyl arall (+ Llangrannog)

5. Ym mha wlad mae canolfan ryngwladol yr Urdd?

A: Hwngari

Caniatewch 10 munud ar gyfer y dasg hon.



BYWYD GWYLLT LLEOL

Mae arfordir Sir Aberteifi yn frith o fywyd gwyllt. Mae'r tir rydych chi'n cerdded trwyddo'n doreithiog o greaduriaid fel cwingod, llwynogod a moch daear.

GWEITHGAREDD

ARWYDDION O FYWYD GWYLLT

A allwch chi ddod o hyd i unrhyw arwyddion o fywyd gwyllt? Defnyddiwch eich synhwyrau: golwg, arogl a chlyw yn benodol. Edrychwch ar y taflenni gweithgaredd i gael arweiniad ar yr hyn i edrych amdano.

Sefydlwch y dasg ac yna caniatewch i'r plant archwilio'r ardal.

Caniatewch 10 - 15 munud ar gyfer y dasg hon.

BYWYD GWYLLT BAE CEREDIGION

Yn esgyn uwch eich pennau ac weithiau'n disgyn yn sydyn at y môr islaw, efallai y gwelwch chi Wylanod Cefnddu Mwyaf, Gwylanod y Penwaig a Phiod y Môr.

Mae poblogaeth breswyl fwyaf Prydain o ddolffiniaid neu 'forhychod' trwyn potel yn byw yma ym Mae Ceredigion. Rhwng Ebrill a Hydref yw'r amser gorau i'w gweld yn tasgu ac yn llamu ymysg y tonnau. Os ydych chi'n lwcus, efallai y cewch gipolwg ar siarcod a llamdyddion hefyd yn y dyfroedd oddi ar y darn hwn o'r arfordir.

GWEITHGAREDD

ADAR BAE CEREDIGION (gweler y pecyn)

GWEITHGAREDD

BYWYD GWYLLT YN Y TONNAU (gweler y pecyn)

Gellir rhedeg y gweithgareddau hyn yr un pryd. Os oes ysbieन्द्रych wrth law - gorau oll! Anogwch nhw i ddefnyddio eu siartiau adnabod bywyd gwyllt i enwi'r adar a'r bywyd morol maen nhw'n eu gweld. Gofynnwch iddyn nhw adrodd yn ôl ar yr hyn maen nhw wedi'i weld ar ddiwedd y gweithgaredd.

Caniatewch 10-15 munud gan gynnwys adborth (ychydig mwy ar gyfer grwpiau mwy).

PEN Y BADELL A PHENDINAS LOCHTYN

Pen y Badell yw'r enw ar y bryn o'ch blaen - oherwydd ei fod fel padell wyneb i waered! Yn goron iddo, mae caer o'r Oes Haearn o'r enw Pendinas Lochtyn.

Er y byddai hwn wedi bod yn lle agored iawn i anheddiad, mae ei welededd a'i amddiffynfeydd naturiol yn golygu y byddai, yn ôl pob tebyg, yn ddeniadol i bobl fel lle i orffwys ac i fyw ers oesoedd maith.



CAER PENDINAS LOCHTYN (AR GOPA PEN Y BADELL)

Yn ystod yr Oes Haearn (800 CC hyd nes i'r Rhufeiniaid gyrraedd yn 43 OC), pan roedd pobl ynsoedd Prydain yn byw mewn llwythau a feddiannai wahanol rannau o'r dirwedd, roedd yr ardal hon yn gorwedd ar y ffin rhwng tiroedd llwyth Celtaidd yr Ordovices i'r gogledd a'r Demetae i'r de. Felly, mae'n bosib y bu hon yn fan strategol bwysig iawn, ac oherwydd hynny, roedd angen ei hamddiffyn yn dda.

Mae'r bryn yn dal i fod yn bwynt gwyllo strategol, pwysig hyd heddiw. Mae'r adeilad sydd bellach ar ben y bryn yn orsaf olrhain taflegrau fodern sy'n berchen i'r Weinyddiaeth Amddiffyn!

GWEITHGAREDD

LLWYTHAU CYMRU (gweler y pecyn)

ATEB CYWIR:



Caniatewch 10 munud ar gyfer y gweithgaredd hwn, gan gynnwys adborth.

Cloddiwyd y gaer hon ym 1990-91. Datgelodd archeolegwyr ran o dŷ crwn a strwythur pedair postyn o'r hyn a oedd, yn ôl pob tebyg, yn storfa wedi'i chodi oddi ar y llawr. Fe wnaethant hefyd ddod o hyd i glwstwr prin o ddeuddeg o gerrig mân crwn i'w defnyddio mewn catapwlt. Mae'n debyg iddynt gael eu gadael ar ôl pan aeth y gaer allan o ddefnydd. Maent yn cael eu harddangos yn amgueddfa Ceredigion.

Byddai lle tân wrth ganol y tŷ crwn yng Nghaer Penlochlyn, lle byddai teulu, ffrindiau a chymdogion yn ymgynnull gyda'r nos i rannu caneuon a straeon. Byddent hefyd wedi defnyddio'r gofod hwn i wehyddu ffabrig ar gyfer dillad, coginio bwyd, bwyta a chysgu. Mae'n bosib y byddai'r waliau y tu mewn wedi'u haddurno. Gwirionai'r Celtaid ar batrymau natur ac roeddent wrth eu bodd â phethau hardd. Fe wnaethant gyfuno'r pethau yma mewn arddull patrwm o'r enw clymwaith Celtaidd.



GWEITHGAREDD

CLYMWAITH

Tynnwch lun o'r darn o'r clymwaith sydd ar goll (gweler y pecyn)

Caniatewch 5 - 8 munud ar gyfer y gweithgaredd hwn.

Cwestiwn ychwanegol:

Beth ddysgoch chi am sut mae clymwaith yn gweithio?

A: Mae edefynnau'r clymwaith yn gwehyddu dros ac o dan ei gilydd am yn ail.

Felly, beth am esgus bod mewn tŷ crwn, ac eistedd mewn cylch i wrando ar stori.

GWEITHGAREDD

ADRODD STORI CANTRE'R GWAELOD

Caniatewch 10 - 15 munud ar gyfer y gweithgaredd hwn.

CANTRE'R GWAELOD

O gopa Pen y Badell, os edrychwch i'r gogledd-ddwyrain, ar ddiwrnod clir efallai y gwelwch fryngaer Pen Dinas yn Aberystwyth, a thu hwnt at Benrhyn Llŷn ar y gorwel. Ond unwaith, amser maith yn ôl, pe byddech chi wedi sefyll yn edrych y ffordd honno, yr hyn a fyddai wedi bod oddi tanoch - lle bellach y mae môr - oedd tir!

O dan ddyfroedd Bae Ceredigion mae olion coetir hynafol. Yn y Borth, i'r gogledd o fryngaer Pen Dinas yng Ngheredigion, pan fydd y llanw allan, gwelir gwaelod boncyffion coed a rhai gwreiddiau. Olion coedwig hynafol ydyn nhw a oedd yn ffynnu ryw 5,000 o flynyddoedd yn ôl.

Yn ôl y chwedl, ar un adeg, roedd yr ardal honno yn dir cyfoethog a ffrwythlon - mor ffrwythlon nes y dywedir bod un erw ohono'n werth pedair yn rhywle arall. Yn ôl y chwedlau, fe'i gelwid yn Maes Gwyddno, teyrnas Gwyddno Garanhir. Roedd yn ymestyn rhyw 20 milltir i'r gorllewin, o dan ddyfroedd y bae. Roedd hefyd yn cael ei alw'n Gantre'r Gwaelod. Yn ôl y chwedlau, câi ei amddiffyn rhag y môr gan forglawdd mawr a chanddo lifddorau wrth gegau'r afonydd, a fyddai'n gadael llanw a physgod i mewn ac allan o aberoedd, ond yn cadw'r môr hallt o'r tir amaethyddol da. Dyma'r stori.

Fe wawriodd yn ddiwrnod godidog ar gyfer priodas merch y Brenin Gwyddno, ac roedd caer Cantre'r Gwaelod yn fwrlwm o weithgaredd a chyffro wrth i baratoadau gael eu gwneud ar gyfer y seremoni a'r wledd a fyddai'n dilyn. Daeth masnachwyr â bwydydd a gwinoedd moethus o bob rhan o Brydain, a daeth diddanwyr, telynorion, beirdd a storiwyr ynghyd i berfformio yn y dathliadau. Roedd fel pe bai Cantre'r Gwaelod i gyd yn llawn cyffro, ac yn llawn disgwyliad am briodas eu tywysoges hyfryd â thywysog teyrnas gyfagos - pawb heblaw am un. Seithenyn oedd prif wylwr y tŵr. Ef oedd yn gofalu am y morglawdd mawr, ac yn sicrhau bod y llifddorau yn cael eu hagor a'u cau ar yr adeg briodol.

Roedd yn agos at y Brenin a'i deulu, ac wedi bod dros ei ben a'i glustiau mewn cariad â'r dywysoges ers amser maith. Roedd ei galon yn drom ar y diwrnod heulog hwn.



Yn fuan roedd hi'n hanner dydd a daethpwyd â'r briodferch a'r priodfab i eglwys y llys ar gyfer y seremoni briodasol. Yn dilyn y briodas daeth y wledd, lle gosodwyd arlwy amheuthun Cantre'r Gwaelod gerbron y ddwy fil o westeion yn y neuadd fawr. Daethpwyd â phedwar cwrs ar ddeg o gigoedd a physgod, llysiau a photesau, melysion a danteithion godidog allan ar blatiau euraidd. I dorri syched, darparwyd gwinoedd gwych, medd a chwrw mewn ffilau o aur, arian a chyrn.

Y tu allan, gwyliodd Seithenyn yr haul yn machlud trwy lygaid llawn dagrau. Aeth i'r ceginau a chymryd rhai poteli o fedd melys cryf. Yn ôl ag ef wedyn i wyllo wrth y tŵr tro bo'r lleuad llawn yn hwylio uwchben y tonnau. Yfodd bob diferyn o'r gwirod euraidd. O fewn ychydig oriau roedd yn feddw gaib ac yn cysgu'n sownd.

Roedd yn cysgu pan ddechreuodd y cymylau gasglu ar y gorwel ac wrth i'r gwynt ddechrau rhuo a throi'n storm ar y môr. Roedd yn cysgu pan ddechreuodd glaw guro waliau'r llys. Roedd yn dal i gysgu pan ddechreuodd y tonnau chwalu ar y morglawdd a phan ruthrodd y tonnau i mewn trwy gatiau agored y llifddorau.

Ar anterth y storm, wrth i'r gwynt chwibanu trwy'r tyredau ac wrth i gaeadau'r ffenestri agored daro yn erbyn waliau'r llys, deffrodd Seithenyn. Straffaglodd i'w draed ac edrych tuag at y morglawdd, ond nid oedd dim byd ond môr i'w weld. Roedd y llanw'n ffyrnig yn erbyn muriau'r gaer ac roedd tonnau hallt yn llyncu'r tir. Rhuthrodd i'r clochdy a chanu'r larwm, ond roedd y ddwy fil o westeion yn y neuadd fawr yn dawnsio i gerddoriaeth fywiog y telynau a'r pibellau. Rhedodd Seithenyn i'r neuadd a gweiddi ar y gwesteion i adael ar frys, ac anelu am y tir uchel, ond roedd hi'n rhy hwyr.

Hawliwyd tir Cantre'r Gwaelod gan y môr y noson honno. Felly hefyd un pentref ar bymtheg Maes Gwyddno a'r holl drigolion oedd yn cysgu yn eu gwelyau. Dim ond llond llaw o'r gwesteion priodas a gyrhaeddodd y tir uwch yn ddiogel. Yn eu plith roedd y Brenin a rhai o'i deulu a ddihangodd trwy redeg ar hyd Sarn Cynfelin, ffos uchel a godwyd i amddiffyn y tir rhag y môr. Dywed rhai i Seithenyn gael ei foddi wrth geisio tywys ei dywysoges annwyl a'i gŵr i dir sych.

Os gwrandewch yn ofalus wrth lannau Bae Ceredigion - yn enwedig pan fydd storm yn dechrau cyniwair ar y môr - gallwch glywed clychau Cantre'r Gwaelod yn canu o dan y dyfroedd tywyll. Allwch chi eu clywed heddiw?

- Gellid ymestyn y gweithgaredd hwn trwy ofyn i'r grŵp rannu eu hoff foment o'r stori.



YNYS LOCHTYN A CHAER YNYS LOCHTYN

Ar y pentir o dan Ben y Badell, wrth ichi gerdded tuag at Ynys Lochtyn, efallai y sylwch ar wrthglawdd tua metr o uchder yn rhedeg ar draws y pentir. Dyma beth sydd ar ôl o amddiffynfeydd caer arall. Y llall yw'r un ar gopa Pen y Badell, y tu ôl i chi.

Yn wreiddiol, byddai ardal y gaer hon wedi cynnwys tir Ynys Lochtyn, sydd bellach wedi'i gwahanu o'r tir mawr oherwydd erydiad arfordirol. Byddai'r gwrthglawdd wedi ffurfio amddiffynfa dirol y gaer, wrth i'r clogwyni serth a'r môr tymhestlog ei hamddiffyn i bob cyfeiriad arall.

Wrth ichi droi eich cefn ar Ynys Lochtyn ac anelu tuag at lwybr yr arfordir a fydd yn eich tywys tuag at Langrannog, yn ystod y gwanwyn a dechrau'r haf, efallai y gwelwch Wylandod y Penwaig yn nythu ar glogwyni tywyll y tir mawr. Mae'n bur debyg y gwelwch chi wylandod ifanc brychfrown yn hedfan o gwmpas.

- Mae'r pecyn gweithgaredd yn cynnwys canllaw adnabod adar môr y gellir ei ddefnyddio i adnabod gwylandod sy'n nythu yma hefyd.

CARREG IFAN A PHEN Y BILIS

O amgylch y pentir hwn mae nifer o greigiau mawr a ffurfiannau sydd wedi'u gwahanu o'r pentir trwy erydiad. Y mwyaf o'r rhain yw Carreg Ifan, ond os edrychwch yn ôl tuag at Ynys Lochtyn, efallai y byddwch hefyd yn gweld Pen y Bilis ar y gornel sy'n wynebu'r de at y pentir. Enwyd hwn am y bilidowcars sy'n heidio i gildraeth ger Pen y Bilis lle maen nhw'n gwledda ar heigiau penwaig. Weithiau fe welwch forloi llwyd yn torheulo yn y cildraethau bach hyn hefyd.

Ar ben y pentir hwn ac o amgylch gwaelod Pen y Badell, cadwch eich llygad ar agor am glochdariaid y cerrig, mae gan yr adar gwryw ben du, cefn brown, gwddf du gyda hanner coler wen, a bron orengoch. Mae'r adar benyw a'r clochdariaid ifanc yn welwch. Yn bwysicach fyth, gwrandewch am eu galwad nodedig sy'n swnio fel dwy garreg yn cael eu taro gyda'i gilydd – dyna sy'n rhoi'r enw i'r adar bach yma.

GWEITHGAREDD

LLOCHESWYR LOCHTYN

Dysgu adnabod morloi llwyd, mulfrain a chlochdariaid y cerrig (gweler y pecynnau)
Caniatewch 5-8 munud ar gyfer y gweithgaredd hwn.



TRAETH LLANGRANNOG A CHARREG BICA

Mae llwybr yr arfordir yn dod â chi i lawr wrth ymyl parlwr hufen iâ arbennig Llangrannog, a'r traeth. Carreg Bica yw enw'r graig enfawr drawiadol sy'n sefyll rhwng Llangrannog a thraeth Cilborth.

Yn ôl y chwedl, roedd y cawr, Bica yn byw yn y mynyddoedd. Un diwrnod cafodd y ddannoedd yn ofnadwy a chwyno a strancio ar hyd y lle. Clywodd corrach o'r enw Lochtyn ei gwynion a chredai y medrai helpu trwy awgrymu wrth Bica y gallai gosod ei draed yn y môr leddfu'r ddannoedd.

Bant â Bica, gan frasgamu dros y tir nes iddo ddod i gyrion Bae Ceredigion. Rhoddodd ei droed i lawr yn y môr bas, a thrwy hynny creodd draeth Llangrannog. Y foment y gwnaeth hynny, syrthiodd y dant poenus allan o'i geg a glanio wrth ei droed. Yno y mae o hyd – dant enfawr, du yn sownd yn y tywod, sy'n cael ei adnabod hyd heddiw fel Carreg Bica. Beth ddigwyddodd i Lochtyn? Wel, roedd Bica mor ddiolchgar i'r corrach, nes iddo redeg ei fys ar draws y pentir cyfagos gan greu ynys, lle diogel i Lochtyn ymgartrefu Rydyn ni'n dal i alw'r ynys honno'n Ynys Lochtyn.

GWEITHGAREDD

CREU GWAITH CELF AR Y TRAETH

Caniatewch 30 munud ar gyfer y gweithgaredd hwn.

LLANGRANNOG

Yn ystod y chweched ganrif, tyfodd cymuned fechan o amgylch yr eglwys ymhellach i fyny'r bryn. Yn wreiddiol, adeiladwaith pren bach oedd hwnnw, a adeiladwyd tua 500 OC gan Sant Carannog.

Yn ddiweddarach o lawer, tua chanol y ddeunawfed ganrif, datblygodd porthladd bach i gynnal y twf yn y diwydiannau pysgota ac adeiladu llongau lleol. Sefydlwyd y pentref isaf ger y môr tua'r adeg hon. Erbyn 1825 roedd y mwyafrif o ddynion a oedd yn byw yn Llangrannog yn forwyr.



CRANOGWEN

Mae Llangrannog wedi bod yn gartref i lawer o forwyr gwych, ond mae un yn sefyll allan: dynes o'r enw Sarah Jane Rees. Fe'i ganed yn Llangrannog ac mae wedi'i chladdu ym mynwent yr eglwys. Roedd yn blentyn peniog, ac erbyn iddi droi'n 15 oed roedd wedi dysgu llywio gan ei thad a oedd yn gapten llong, ac aeth ymlaen i ennill ei Thystysgrif Meistr Llywio. Sefydlodd ysgol i ddysgu sgiliau mordwyo gwell i forwyr yr ardal a fyddai'n helpu i'w cadw'n fyw ar y môr. Roedd hi hefyd yn fardd dawnus iawn, ac ym 1865 enillodd y goron yn Eisteddfod Genedlaethol Aberystwyth, gan ysgrifennu dan yr enw Cranogwen.

GWEITHGAREDD

CREU DARN O FARDDONIAETH ACROSTIG (gweler y pecyn)

Gofynnwch i'r plant gadw eu barddoniaeth yn ddiogel fel y gellir ei rhannu yn nes ymlaen ar y daith gerdded.

Caniatewch 20 munud ar gyfer y gweithgaredd hwn.

NANT HAWEN

Nant Hawen yw'r brif nant sy'n llifo trwy Langrannog. Mae'n syrthio fel rhaeadr ger y canol - 'Y Gerwn' yw'r enw lleol ar y rhan yma. Defnyddiwyd Nant Hawen i bweru melin wlân wedi'i lleoli daflad carreg i ffwrdd. Ar un adeg, roedd y felin hon yn cyflenwi brethyn, ffabrig ar gyfer dillad, blancedi a dodrefn i'r rhan fwyaf o'r pentrefwyr.

EDWARD ELGAR

A ydych chi erioed wedi clywed am y cyfansoddwr cerddoriaeth glasurol o Loegr, Edward Elgar?

Heb fod ymhell o'r fan hon, ger y rhaeadr ar hyd Nant Hawen mae plac yn cofnodi ei ymweliad â Llangrannog ym 1901. Arhosodd yma ar wahoddiad ffrind, mewn bwthyn i lawr ger glan y môr. Yn ystod ei amser yma, fel chithau, roedd yn mwynhau teithiau cerdded ar hyd yr arfordir.

Ar un o'r rhain, clywodd swm tawel côr yn canu. Fe'i hysbrydolodd i ysgrifennu'r darn o gerddoriaeth, 'Introduction and Allegro for String Orchestra', a berfformiwyd gyntaf yn Neuadd y Frenhines, Llundain ar 8 Mawrth, 1905. Yn nodiadau'r rhaglen ar gyfer y gyngerdd honno, fe nododd yr ysbrydoliaeth ar gyfer y darn o'i amser yn Llangrannog a'i deithiau cerdded ar hyd y pentir.



T LLEW JONES

Roedd T Llew Jones yn fardd ac yn awdur toreithiog a phoblogaidd a ysgrifennai yn y Gymraeg yn bennaf. Yn ystod ei yrfa hir cyhoeddodd ryw 100 o lyfrau, y mwyafrif ohonynt i blant, gan ennill y teitl 'Brenin Llên Plant Cymru'.

Bu'n dysgu mewn amryw o ysgolion cynradd gerllaw am 25 mlynedd cyn dod yn awdur amser llawn. Yn ystod ei amser yn yr ystafell ddosbarth, daeth i ddeall pwysigrwydd cael llyfrau da, gafaelgar yn Gymraeg i helpu plant i ddarllen a mwynhau llenyddiaeth. Felly, penderfynodd eu hysgrifennu, ac annog eraill i wneud yr un peth.

Ychydig sy'n gwybod am gysylltiad T Llew Jones â gwyddbwyll. Roedd yn chwaraewr gwyddbwyll brwd, ac ysgrifennodd yr unig lawlyfr gwyddbwyll Cymraeg gyda'i fab, Iolo - a oedd yn Feistr Gwyddbwyll ar lefel ryngwladol.

Bu farw yn 93 oed ar 9 Ionawr 2009, gan adael gwaddol rhyfeddol o straeon a llenyddiaeth, llawer wedi'u hysbrydoli gan fôr-ladron, smyglwyr, twyllwyr, dihirod ac arwyr gwerin y rhan hon o'r byd.

Nid nepell i ffwrdd, ym Mrynhoffnant, mae ysgol gynradd Gymraeg newydd wedi ei henwi ar ei ôl: Ysgol Gynradd Gymunedol T Llew Jones.

MÔR-LADRON A SMYGLWYR

Mae yna nifer o ogofâu yn y clogwyni ar hyd y traeth. Gelwir un o'r rhain, i'r chwith yn Ogof Halen lle câi halen oedd wedi'i smyglo ei laniô.

Yn ystod y ddeunawfed ganrif, roedd yr ardal hon yn enwog am ei smyglwyr. Yn eu plith roedd dihirod milain fel y Capten William Owen. Lladdodd o leiaf chwech o ddynion cyn iddo gael ei grogi ym 1747.

Byddai un arall, Siôn Cwilt, yn marchogaeth o'i gartref yn Synod Inn yn rheolaidd, wedi'i arfogi â chleddyf a phistol, i gyfarfod llongau oedd yn cludo cargo anghyfreithlon i mewn i Gwmtedu a Chei Bach ymhellach i fyny'r arfordir o Langrannog. Er gwaethaf tîm o filwyr arfog, ni ddaliwyd Siôn Cwilt erioed. Roedd manteision i gael cwsmeriaid mewn swyddi pwysig; roedd tafarnwyr, uchelwyr a siryfion i gyd yn dibynnu ar ei wasanaeth am eu gwinoedd a'u diodydd meddwol!

GWEITHGAREDD

ARCHWILIO OGOFÂU

Os yw'r llanw'n ddigon pell allan, archwiliwch rai o ogofâu'r traeth.
Caniatewch 15 munud ar gyfer y gweithgaredd hwn.



ODYNAU CALCH

Wrth i chi gerdded heibio'r Pentre Arms ac i fyny'r bryn i ailymuno â llwybr yr arfordir, byddwch chi'n pasio strwythur carreg byr, crwn. Dyma'r unig odyn galch sy'n weddill o bump a fyddai wedi gwasanaethu Llangrannog yn wreiddiol. Yn yr odybau hyn, llosgwyd calchfaen wedi'i fewnforio i gynhyrchu powdr calch. Gwerthwyd hwn i ffermwyr lleol a fyddai'n ei daenu ar bridd asid gwael yr ardal i'w wella a helpu i dyfu cynydau gwell, cryfach a gwella glaswellt i anifeiliaid fferm bori arno.

SANT CARANNOG

Mae pentref Llangrannog yn cael ei enw o 'lan' neu 'blwyf' Sant Carannog a elwir hefyd yn Sant Carantoc a Karanteg. Wrth i chi ymuno â Llwybr Arfordir Cymru o'r ffordd, byddwch chi'n cyfarfod â Sant Carannog yn edrych allan dros Langrannog a Bae Ceredigion.

Fe'i ganed yng Ngheredigion, yn or-wŷr i frenin y rhanbarth. Yn ôl y stori, mae'n debyg iddo ffoi i Langrannog er mwyn osgoi cael ei ethol yn frenin. Ar ôl cyrraedd y cwm, roedd am adeiladu tân i gynhesu, ac felly casglodd goed tân. Ond cyn i Carannog fedru cynnau'r tân, dygwyd y pren hwn i ffwrdd gan golomen. Cymerodd Carannog hyn fel arwydd. Dilynodd yr aderyn ac yn y fan lle glaniodd, adeiladodd Carannog eglwys fach bren. Mae'r eglwys bresennol wedi'i lleoli yn yr un lle, ond mae'n llawer mwy nawr, ac wedi'i hailadeiladu nifer o weithiau trwy gydol y canrifoedd.

Mae'n ymddangos iddo deithio i Gernyw ac Iwerddon lle sefydlodd eglwysi hefyd, ac mae rhai'n credu iddo dreulio amser yn Llydaw hefyd, gan sefydlu tref yno o'r enw Carantec.

Caiff ei ddygwyl ei ddathlu ar 16 Mai.

GWEITHGAREDD

YMGASGLWCH MEWN CYLCH I RANNU BARDDONIAETH

Amser i'w neilltuo: Mae hyn yn dibynnu ar faint y grŵp ac a fydd pawb yn rhannu eu cerdd. Caniatewch tua 1 funud ar gyfer darllen pob cerdd.



CASTELL BACH

Dyma fryngaer arfordirol arall o'r Oes Haearn, un o nifer ar hyd yr arfordir hwn. Gellir gweld amlinelliad rhai o'r amddiffynfeydd clawdd a ffos yn y cae o hyd. Efallai nad oes llawer i'w weld yma heddiw, ond dychmygwch glwstwr o dai gwellt, crwn, wedi'u goleuo o'r tu mewn gan olau tân a chanhwyllau, clawdd pridd a cherrig uchel a ffens dal o foncyffion coed wedu eu naddu'n bigau. O'r tŷ crwn mwyaf, daw arogl blasus rhostio cig, sŵn chwerthin ac efallai rywfaint o ganu, a rhai o'r milwyr yn gweiddi wrth baratoi i ysbeilio gwartheg o dir yr Ordovices i'r gogledd ar draws ffiniau'r llwythau.

GWEITHGAREDD

BROLIO

Roedd gan yr Eingl Sacsoniaid a ddaeth i fyw i'r rhan o Brydain rydyn ni'n ei hadnabod fel Lloegr heddiw, yn ystod y chweched ganrif, draddodiad o'r enw'r bēot neu'r ymfrost. Yn eu neuaddau medd, yn enwedig y noson cyn brwydr, byddai rhyfelwyr yn ceisio rhagori ar ei gilydd gydag ymfrost, a byddai disgwyl iddynt wedyn brofi nad geiriau gwag oedd eu honiadau. Nid ydym yn gwybod a oedd y traddodiad hwn yn bodoli yn y tiroedd hyn cyn hynny, nac ychwaith a oedd yn draddodiad yn neuaddau brenhinoedd a thywysogion Cymru. Ond gan eich bod yn agos at ble unwaith y byddai tŷ crwn a gwledda, a rhyfelwyr Celtaidd, efallai y byddai'n werth rhoi cynnig arni.

Gosodwch y dasg ger Castell Bach wrth i chi droi i ddilyn y llwybr i lawr yr allt i'r dyffryn. Mae hyn yn rhoi amser i'r plant feddwl, ystyried a chreu eu hymffrost. Ar ochr arall y dyffryn, fe ddewch i mewn i gae. Byddai hwn yn lle da i redeg y gystadleuaeth frolio. Fe allech chi osod un tîm yn erbyn tîm arall am ychydig o hwyl ychwanegol!

RHEOLAU:

- Un ymfrost y pen (neu os mewn timau, gallant ddewis cyflwyno'r tri ymfrost gorau gan aelodau'r tîm)
- Anogir gwawdio a bloeddio
- Mae'n rhaid i chi allu profi eich ymfrost

e.e. Galla i chwarae Chopsticks ar y piano mewn llai nag 1 funud – DOES DIM MODD PROFI HWN MEWN CAE HEB BIANO!

Galla i ganu nodyn uwch na neb yma... OK, PROFA FE!

Galla i gyffwrdd fy nhrwyn â fy nhafod... OK, PROFA FE!

Yr enillydd yw...

Yr ymfrost mwyaf anhygoel sy'n derbyn y gymeradwyaeth fwyaf - ac y gellir ei gyflawni neu ei brofi!

Yn achos grwpiau o fwy na 10 ystyriwch rannu'n dimau a chyfyngu ymfrostiadau i 2-3 y tîm.

Caniatewch 10-20 munud yn dibynnu ar faint y grŵp.



Y COD CEFN GWLAD

Bydd y rhan hon o'r daith yn eich tywys trwy dir fferm. Yn ogystal â bod yn gynefin i fywyd gwylt, mae hefyd yn dirwedd weithredol sy'n gartref i anifeiliaid fferm gwerthfawr ac yn fan lle cynhelir gwaith sy'n helpu i gynnal ein tirwedd, ond fel pob diwydiant gall gyflwyno peryglon.

Mae'r Cod Cefn Gwlad yn set o reolau ar gyfer ymwelwyr mewn rhanbarthau gwledig - yn enwedig dir amaethyddol ar draws y Deyrnas Unedig. Crëwyd Cod y Wlad yn y 1930au, ac fe'i diwygiwyd yn 2021 fel Y Cod Cefn Gwlad. Dyma ganllaw'r Cod Cefn Gwlad:

- Cadwch yn ddiogel - cynlluniwch ymlaen llaw a dilynwch unrhyw arwyddion
- Gadewch gataiau ac eiddo fel yr oeddent cyn i chi gyrraedd
- Gofalwch am blanhigion ac anifeiliaid, ac ewch â'ch sbwriel adref
- Cadwch gŵn dan reolaeth
- Ystyriwch bobl eraill

Mae'n bwysig dilyn y cod hwn pryd bynnag y byddwn yn ymweld ag ardaloedd cefn gwlad.

GWEITHGAREDD

COD CEFN GWLAD

BETH YW'R CANLYNIADAU OS NA FYDDWN NI'N EI DDILYN?

Gan weithio trwy bob rhan o'r cod, gofynnwch i'r plant feddwl am yr hyn a allai ddigwydd pe na bai pobl yn dilyn yr agwedd honno o'r cod - beth yw'r canlyniadau posibl? Gellid rhedeg hyn fel trafodaeth yn hytrach na chwestiwn ac ateb.

Beth yw agwedd bwysicaf y cod?

Pam?

Caniatewch 20 munud ar gyfer y gweithgaredd hwn.

COED RHYDCOLOMENNOD

Mae'r goedwig yma'n lle hyfryd i gerdded. Mae'n gynefin i lawer o wahanol rywogaethau coed gan gynnwys bedw a derw.

GWEITHGAREDD

ADNABOD COED (gweler y pecyn)

Caniatewch 10 - 15 munud ar gyfer y gweithgaredd hwn.



PLAS LLANGRANNOG

Wrth ichi gerdded ar hyd llwybr coetir Rhydcolomennod ceisiwch ddychmygu coets â cheffyl yn gyrru heibio i chi. Yn yr oes a fu, mae'n ddigon posib eu bod yn tywys boneddigion a boneddigesau i Blas Llangrannog, a elwir hefyd yn Pigeonford Mansion.

Cofnodir y tŷ gyntaf ym 1612 pan gâi ei alw'n Rhyd-y-Colomennod ac roedd yn eiddo i George Parry. Cyfeirir at yr enw Saesneg 'Pigeonford' gyntaf ym 1762. Mae'n gysylltiedig yn bennaf â theulu Price a oedd yn ddylanwadol yn lleol ac yn gysylltiedig â Diwygiad Methodistiaidd y ddeunawfed ganrif. Yn wir, arhosodd llawer o bregethwyr Methodistiaidd mawr yr oes fel gwesteion yn y tŷ hwn.

Yn ystod ei hanes byddai wedi cynnal nifer o bartïon crand a dawnsfeydd lliwgar lle byddai pobl gyfoethog yr ardal wedi ymgynnull ar gyfer adloniant. Byddai'r tŷ a'r ystad hefyd wedi bod yn gyflogwr pwysig i bobl leol.

BOIS Y CILIE

Ychydig filltiroedd ar draws y caeau oddi yma, tuag at Gwmtymdu mae fferm o'r enw Ciliau. Roedd yn gartref i deulu enwog o lenorion, ffermwyr a morwyr yn ystod y bedwaredd ganrif ar bymtheg a'r ugeinfed ganrif. Er gwaethaf eu magwraeth cymharol ddi-nod, daeth llawer o feibion y teulu hwn yn feirdd a llenorion talentog. Ysbrydolwyd eu gwaith gan harddwch natur, teulu, heddwch a gwleidyddiaeth ymhlith pethau eraill. Roeddent mor llwyddiannus, gan ennill nifer o wobrau yn ogystal â medalau, coronau a chadeiriau Eisteddfodol, nes eu bod, mae'n debyg, yn adrodd eu cerddi i'r teulu Brenhinol!

Dros amser, daethant yn adnabyddus fel 'Bois y Cilie'. Yn fwy diweddar, mae disgynyddion Bois y Cilie wedi bod yr un mor enwog, ac yn cynnwys y canwr gwerin a'r gwleidydd, Dafydd Iwan a'r actor Huw Ceredig.

GWEITHGAREDD

YMGASGLWCH YN Y CYLCH I RANNU UNRHYW FARDDONIAETH RYDYCH CHI WEDI'I HYSGRIFENNU AR HYD Y SIWRNE

(oni bai eich bod ar lwybr 2 pan wneir hyn ger cerflun Sant Carannog).

Caniatewch 1 funud y gerdd ar gyfer y gweithgaredd hwn.



Llwybr Arfordir Cymru
Wales Coast Path

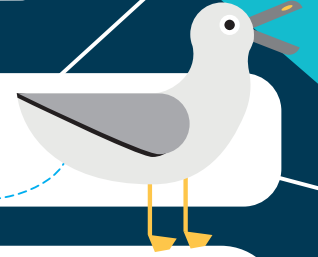
@llwybrarfordircymru
llwybrarfordircymru.gov.uk

PECYN GWEITHGAREDDAU I BLANT



Mae yna lawer i'w weld, ei wneud, ei greu a'i ddysgu wrth i chi archwilio Llwybr Arfordir Cymru. Mae'r pecyn hwn wedi'i lenwi ag awgrymiadau a gweithgareddau i'ch helpu chi i fwynhau'ch antur.





CWIS YR URDD

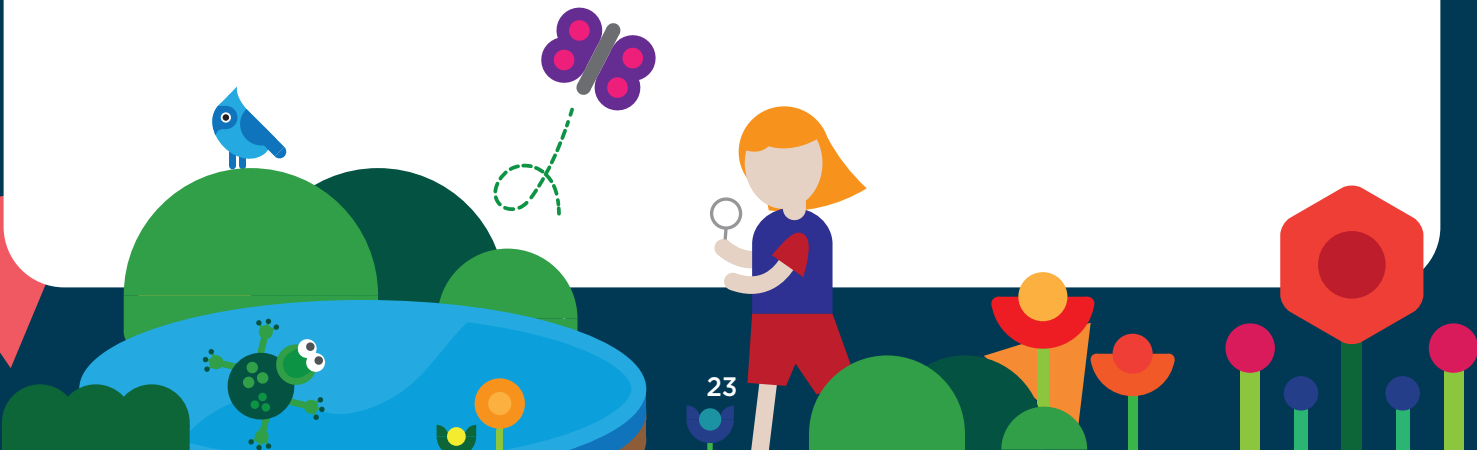
1. Beth yw tri lliw Yr Urdd?

2. Beth yw enw masgot yr Urdd?

3. Pryd ffurfiwyd yr Urdd?

4. Faint o ganolfannau preswyl eraill sydd gan yr Urdd YN YCHWANEGOL at Langrannog?

5. Ym mha wlad mae canolfan ryngwladol yr Urdd?





BYWYD GWYLLT LLEOL



Mae'r ardal rydych chi'n cerdded arni yn doreithiog o greaduriaid fel cwningod, llwynogod a moch daear. Defnyddiwch eich synhwyrâu: golwg ac arogl yn benodol, i ddarganfod beth sydd o gwmpas. Yr arwyddion mwyaf amlwg o fywyd gwyllt, yw'r hyn y maent yn ei adael ar ôl, ar ffurf baw neu ysgarthion! Felly...

GADEWCH I NI EDRYCH AM FAW ANIFEILIAID!

Edrychwch ar hyd yr ardaloedd glaswelltrog bob ochr i'r llwybr, gan fod yn ofalus i beidio â mynd yn rhy agos at ymyl y clogwyn. Edrychwch o dan lwyni eithin a grug ac ar ymyl gwrychoedd a ffensys. Defnyddiwch eich trwyn a'ch llygaid i ddod o hyd i ysgarthion!

Bydd y siart hon yn eich helpu i nodi ysgarthion rhai o'r mamaliaid gwyllt mwyaf cyffredin sy'n byw ar hyd y llwybr hwn. Wrth gwrs, efallai y byddwch hefyd yn dod o hyd i faw gan anifeiliaid domestig, cŵn, defaid a cheffylau yn benodol. Bydd y siart hon yn eich helpu i ddweud y gwahaniaeth.

SUT MAE'N EDRYCH NEU RYWBETH TEBYG



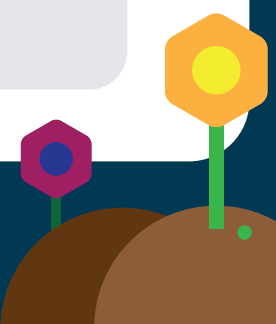
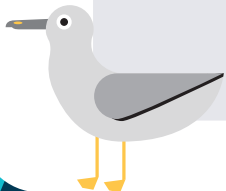
DISGRIFIAD

Maint: 5-20cm
Hir a throellog.
Os yw'n gymharol ffres, bydd ganddo arogl cryf ac annymunol. Yn aml bydd yn cynnwys gwallt, esgyrn bach, aeron a gweiriau. Mae baw cŵn yn tueddu i fod yn llai troellog ac yn gyffredinol nid yw'n cynnwys cymaint o falurion gwallt ac esgyrn.

ANIFAIL

Llwynog

NIFER?





**SUT MAE'N EDRYCH
NEU RYWBETH TEBYG**



DISGRIFIAD

Maint: yn amrywio.
Blêr a gwlyb. Yn dibynnu ar ddeiet, yn aml bydd yn cynnwys olion o aeron, mwydod ac esgyrn anifeiliaid bach. Fe'i ceir amlaf yn agos at ddaearau moch daear felly edrychwch o gwmpas i weld a allwch ddod o hyd i dwll yn arwain i'r ddaear gydag ochrau llyfn a thipyn o dwmpath priddlyd wrth y fynedfa.

ANIFAIL

Mochyn daear

NIFER?



Maint: pelenni 1cm.
Pelenni maint pys, du i frown golau. Yn aml gellir gweld darnau planhigion a glaswellt yn y pelenni. Byddwch ofalus i beidio â'u drysu â baw defaid. Mae pelenni baw defaid yn fwy.

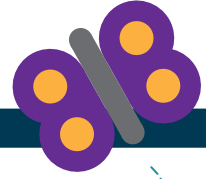
Cwningen

Beth wnaethoch chi ei ddarganfod?





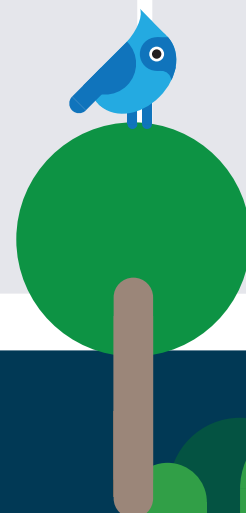


ADAR BAE CEREDIGION



O edrych i lawr at y ddaear, nawr edrychwch i fyny i'r awyr. Gadewch i ni weld a allwch chi weld rhai o'r adar môr mwyaf cyffredin sydd i'w cael o amgylch yr arfordir hwn.

SUT MAE'N EDRYCH	GWYBODAETH	ENW'R RHYWOGAETH	FAINT WELOCH CHI?
	<p>Mae ganddyn nhw gefnau du a choesau pinc a thraed gweog, gyda gwyn ar bwynt ac ymyl ôl eu hadenydd. Aderyn môr mawr gydag adenydd llydan a phig melyn. Mae gan adar ifanc ben golau a chefn brith a phig llwyd-ddu.</p>	<p>Gwylan Gefnddu Fwyaf</p>	
	<p>Mae gan y gwylanod mawr, swnllyd yma gefnau llwyd golau a brest a stumog wen gyda marciau du ar flaenau eu hadenydd. Mae ganddyn nhw bigau trwm, bachog wedi'u marcio â smotyng coch. Mae adar ifanc yn frown brith.</p>	<p>Gwylan y Penwaig</p>	





**SUT MAE'N
EDRYCH**



GWYBODAETH

Aderyn rhydio stwc, du a gwyn yw hwn. Mae ganddo big hir, oren goch a choesau cochbinc. Yn aml fe'i gwelir yn bwydo ar ymyl y dŵr.

**ENW'R
RHYWOGAETH**

Pioden
y Môr

**FAINT
WELOCH
CHI?**



Acrobat yr awyr yw'r aderyn hwn ac efallai y byddwch chi'n ei weld yn plymio ac yn hedfan o amgylch y clogwyni.

Brân
Goesgoch

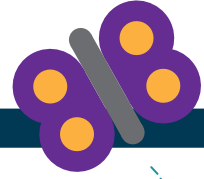
Fel ei gefndryd y frân a'r gigfran, mae ganddo blu du, ond yn wahanol iddyn nhw mae gan y frân goesgoch big oren goch nodedig a choesau a thraed o'r un lliw.

Beth weloch chi?





ANIFEILIAID Y MÔR



Os ydych chi'n lwcus, wrth ichi gerdded llwybr yr arfordir, efallai y gwelwch rai creaduriaid arbennig yn nofio yn y tonnau. Maen nhw'n anoddach i'w gweld nag adar, ond mae'n werth rhoi cynnig arni.

SUT MAE'N EDRYCH	GWYBODAETH	ENW'R RHYWOGAETH	FAINT WELOCH CHI?
 	<p>Y dolffiniaid trwyn potel sy'n byw yn y dyfroedd oddi ar ein harfordir yw'r mwyaf yn y byd! Mae eu maint yn eu helpu i ymdopi â'n dyfroedd oer. Maent yn gymdeithasol iawn ac yn aml yn nofio mewn grwpiau o hyd at 15. Maent yn bwydo ar bysgod, yn aml yn gweithio fel tîm i hela.</p> <p>Dolffin llwyd eithaf plaen yw hwn, yn dywyllach ar ei ochr uchaf nag ar ei fol. Mae ei drwyn neu ei 'big' yn fyr a byrgrwn ac mae ei asgell ddorsal fel triongl ar oleddf, gyda llinell grom ar un ochr. Cadwch lygad am dasgu a llamu bywiog yn y dŵr. Lle mae yna un, mae yna fwy fel arfer!</p>	<p>Dolffin trwyn potel</p>	



**SUT MAE'N
EDRYCH**



GWYBODAETH

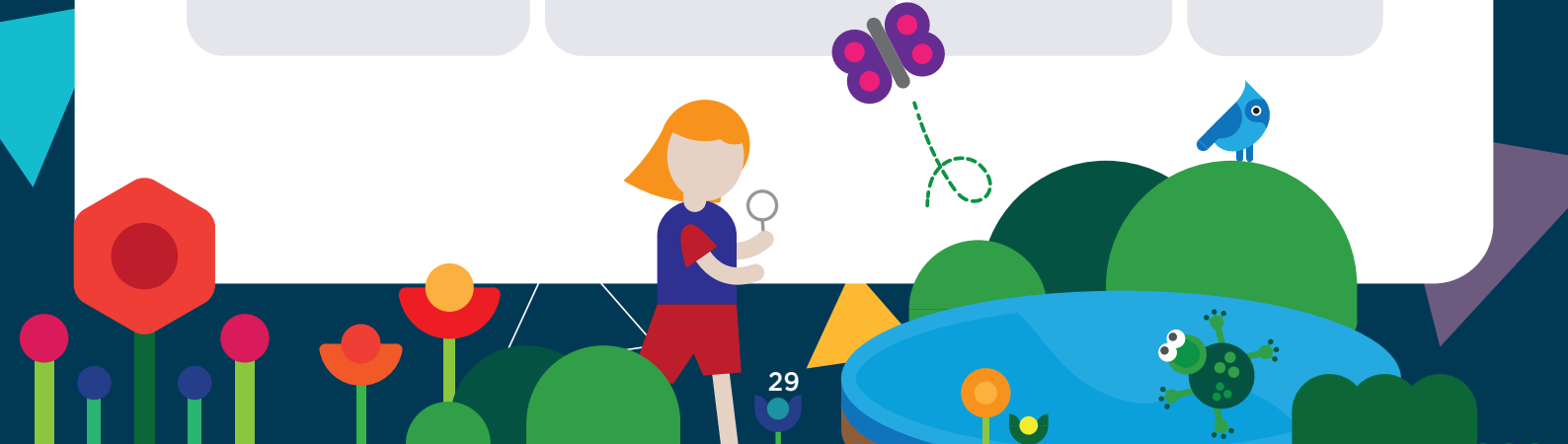
Efallai eu bod yn edrych yn ddychrynlyd, ond y rhain yw cewri tyner siarcod y moroedd o amgylch Prydain. Maent yn bwydo ar blancion yn unig, ac yn gwneud hyn trwy hidlo dŵr wrth nofio yn ôl ac ymlaen gyda'u cegau enfawr yn llydan agored.

Bydd gennych y siawns orau o'u gweld yn yr haf pan fyddant yn cyrraedd ein dyfroedd. Yn bennaf maent yn ymddangos fel cysgodion sy'n symud yn araf ychydig o dan wyneb y dŵr. Os ydych chi'n ddigon ffodus i weld eu esgyll dorsal, mae'n driongl unionsyth, ac yn bwyntiog iawn.

**ENW'R
RHYWOGAETH**

Heulgi

**FAINT
WELOCH
CHI?**





**SUT MAE'N
EDRYCH**



GWYBODAETH

Er bod Llamidyddion yn eithaf swil, gellir eu gweld yn hawdd mewn dyfroedd bas, yn agos at y lan, naill ai ar eu pennau eu hunain neu mewn grwpiau bach. Os llwyddwch i ddod yn ddigon agos efallai y byddwch yn clywed eu sŵn 'pwffian' wrth iddynt ddod i'r wyneb am aer, mae hyn yn rhoi eu llysenw "puffing pig" iddynt!

Mae llamidyddion yn fach ac yn bwt, gyda chefn llwyd tywyll a bol mwy golau. Mae eu hwynebau yn grwn a heb big.

Cadwch lygad am esgyll dorsal trionglog bach yn torri wyneb y tonnau.

**ENW'R
RHYWOGAETH**

Llamhidydd

**FAINT
WELOCH
CHI?**

Beth weloch chi?





CYFARFOD LLWYTHAU CELTAIDD CYMRU

Celtiaid oedd y bobl a oedd yn byw ledled Prydain yn ystod yr hyn a elwir yr Oes Haearn (800 CC - 43 OC). Roeddent yn byw mewn llwythau mawr ac yn perthyn i'r rhain fel yr ydym ni heddiw'n adnabod ein hunain fel Cymry neu Wyddelod neu Albanwyr. Er bod llawer am y llwythau hyn yn debyg, roeddent yn ymladd â'i gilydd am dir, cyfoeth, gwartheg ac anifeiliaid dof eraill.

Fe nododd y Rhufeiniaid, a gyrhaeddodd Brydain yn 43 OC, enwau'r llwythau yma, a gadael gwybodaeth am y 5 llwyth gwahanol oedd yn byw yn yr hyn rydyn ni'n ei alw'n Gymru heddiw. Gan ddefnyddio'r cliwiau isod, a allwch chi labelu pob ardal gyda'r llwyth cywir.

DECEANGLI/ TEGEINGL: Daeth y Deceangli yn wreiddiol o Iwerddon ac ymgartrefu yng nghornel ogledd-ddwyreiniol yr hyn rydyn ni'n ei adnabod heddiw fel Cymru. Mae'n ymddangos eu bod wedi'u gwasgaru ar draws bryngaerau, ond roedd canolfan eu llwyth yn Canovium, sef Caerhun yng ngogledd Cymru heddiw.

SILURES: Roedd eu tiriogaeth yn cynnwys Bannau Brycheiniog a chymoedd de Cymru.

Fel llwythau eraill mynyddoedd Cymru, cafodd y Rhufeiniaid drafferth yn ceisio'u goresgyn a'u rheoli. Mae Tacitus, y croniclydd Rhufeinig, yn eu disgrifio fel cenedl gref a rhyfelgar.

DEMETAE: Roedd pobl y llwyth hwn yn byw yn nhiroedd ffrwythlon Sir Benfro a llawer o Sir Gaerfyrddin yn ne-orllewin Cymru. Roeddent yn byw mewn ffermydd bach wedi'u gwasgaru ledled cefn gwlad.

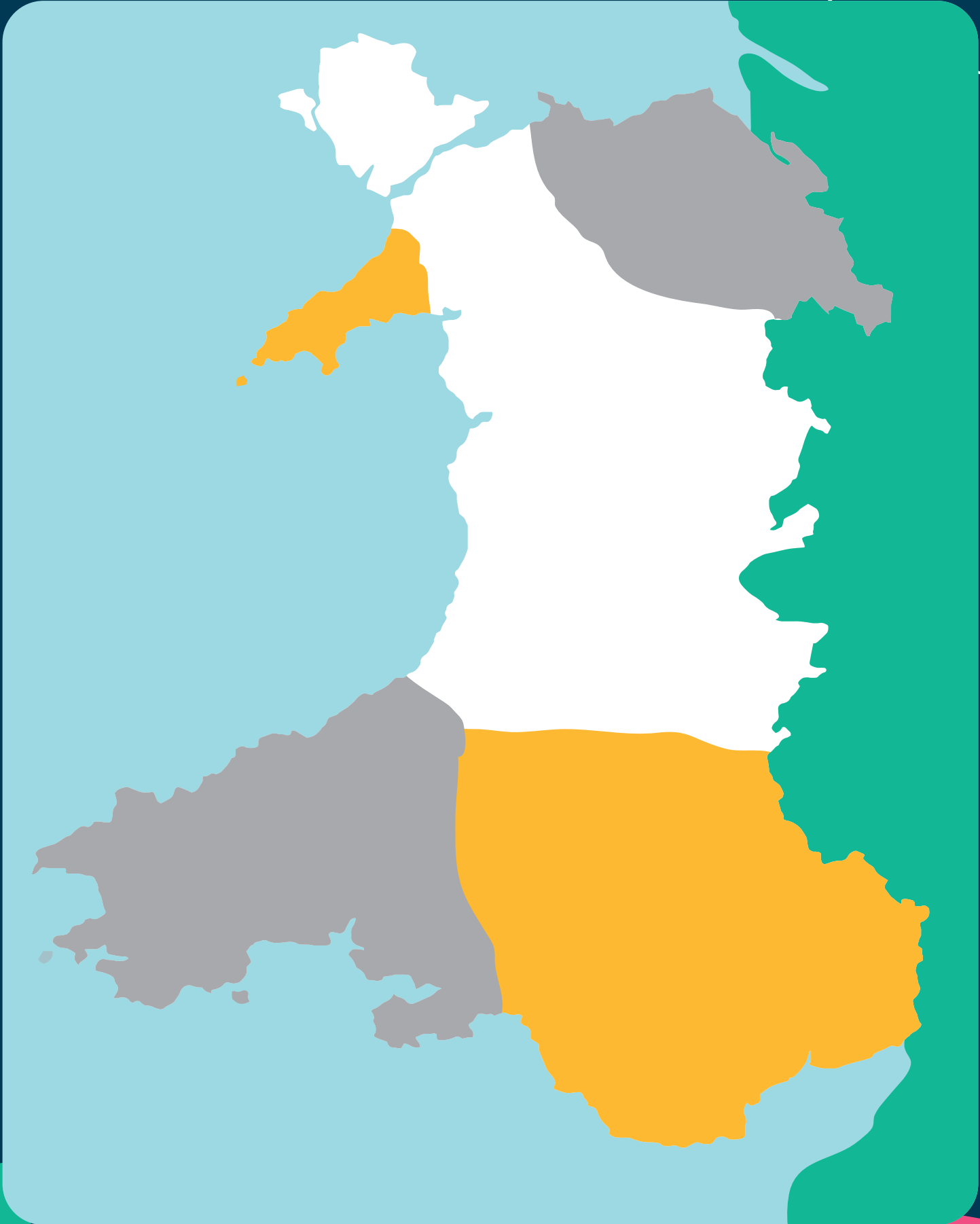
ORDOVICES: Roedd y llwyth hwn yn byw ar draws llawer o fynyddoedd a chymoedd Eryri a'r hyn a adwaenir heddiw fel canolbarth Cymru. Fel y Silures a'r Deceangli, roedd y bobl hyn yn byw mewn ffermydd bach amddiffynnol.

GANGANI: Mae'n ymddangos bod gan y bobl hyn berthynas agos â'r Deceangli, ac mae'n bosib y daethon nhw draw i ymgartrefu ar dir mawr Prydain o'r un ardal yn Iwerddon.

Roeddent yn byw ar benrhyn gogledd-orllewinol yr hyn a alwn heddiw yn Gymru.

DERWYDDON: Nid llwyth oedd y Derwyddon. Offeiriaid y Celtiaid oedden nhw ac yn ôl croniclwyr Rhufeinig, roedd un o'u canolfannau ysbrydol pwysicaf a 'choleg' Derwyddol pwysig wedi'i leoli ar Ynys oddi ar ein harfordir.

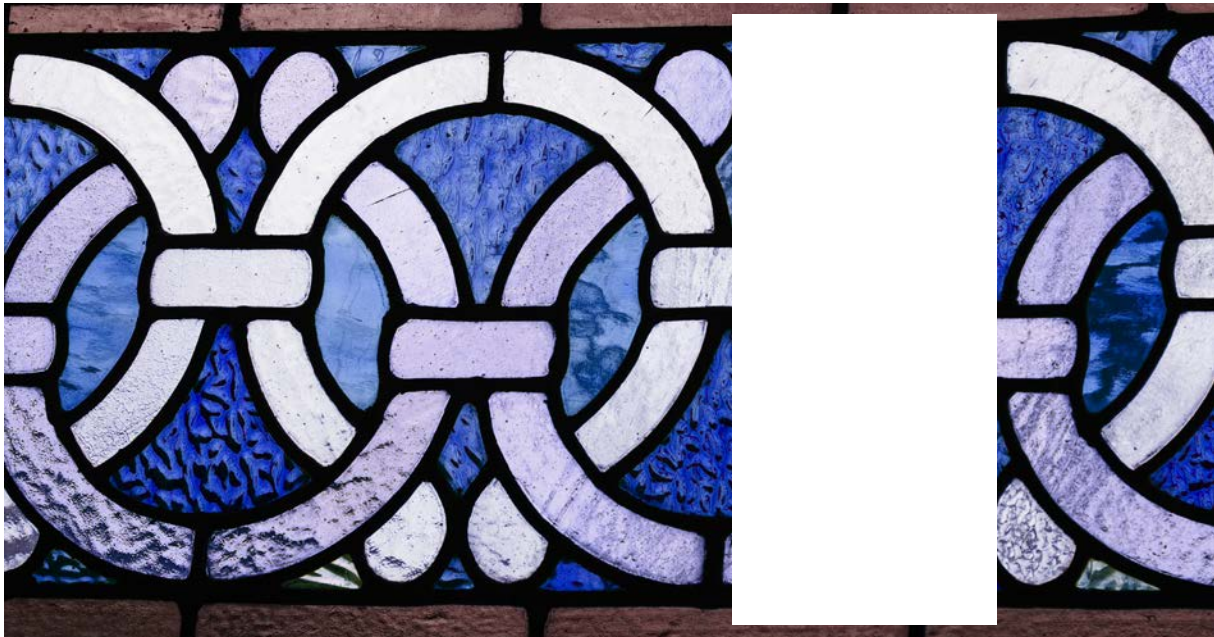




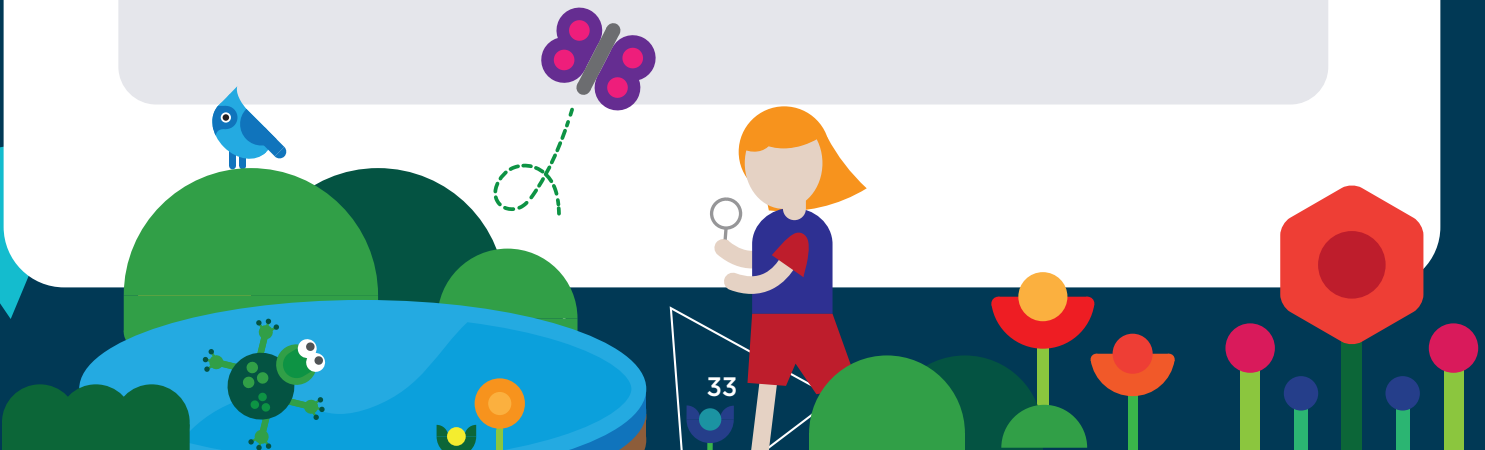
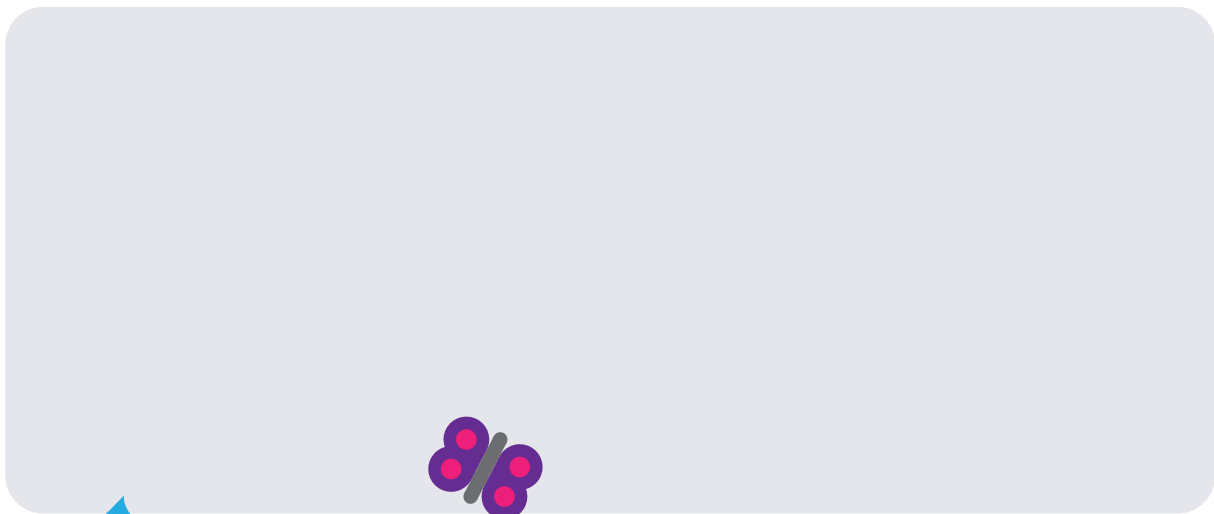


CLYMWAITH CELTAIDD

Allwch chi lenwi'r lle gwag yn y clymwaith hwn, a gweithio allan sut y gwnaethon nhw greu'r patrymau plethu cymhleth hyn.




Beth ddysgoch chi am sut mae clymwaith yn gweithio?





LLOCHESWYR LOCHTYN

Dyma rai o'r creaduriaid y gallech ddod o hyd iddynt o amgylch Ynys Lochtyn.

SUT MAE'N EDRYCH	GWYBODAETH	ENW'R RHYWOGAETH	FAINT WELOCH CHI?
	<p>Yn aml gwelir yr adar ddŵr mawr hyn yn sefyll ar lannau yn sefyll ar lannau a chreigiau gyda'u hadenydd ar led i'w sychu. Maent yn bysgotwyr arbennig sy'n dal pysgod trwy blymio.</p> <p>Maent yn ddeifwyr rhagorol, a than ddŵr maent yn gyrru eu hunain â'u traed gweog gyda chymorth eu hadenydd; gwyddom bellach fod rhai rhywogaethau mulfrain yn plymio mor ddwfn â 45 metr!</p>	<p>Mulfrain</p>	





**SUT MAE'N
EDRYCH**



GWYBODAETH

Y morlo llwyd yw'r mwyaf o'r ddwy rywogaeth o forloi sy'n byw yn y dyfroedd o amgylch Prydain. Mae ei enw gwyddonol *Halichoerus grypus* yn golygu mochyn môr trwyn-bachyn! Os byddwch chi'n eu gweld nhw'n agos, byddwch chi'n deall pam.

Mae morloi llwyd yn esgor ar loi bach gwyn blewog yn yr hydref.

**ENW'R
RHYWOGAETH**

Morlo
Llwyd

**FAINT
WELOCH
CHI?**



Mae clochdar y cerrig o faint robin goch. Mae gan y gwryw ben du gyda gwyn o amgylch ochr ei wddf, bron orengoch a chefn brown brith. Mae gan y fenyw liwiau llai trawiadol, heb y pen du, ond mae ganddi gefn brown ac arlliw oren i'w brest. Fel y mae ei enw'n awgrymu, mae gan glochdar y cerrig alwad uchel a all swnio fel dwy garreg yn cael eu tapio yn erbyn ei gilydd.

Clochdar
y cerrig





CELF TRAETH

Mae gennych dywod i ysgrifennu ynddo neu i'w gerflunio, a cherrig mân i adeiladu, cydbwysu a chreu patrymau a gwymon a beth bynnag arall mae'r llanw wedi'i olchi i mewn i addurno. Byddwch yn greadigol! Gweithiwch ar eich pen eich hun, mewn pâr neu mewn grŵp a chael hwyl wrth greu rhywfaint o gelf traeth. Dyma rai enghreifftiau i danio'ch dychymyg.



PWYSIG

Dychwelwch gerrig mân i gefn y traeth ac unrhyw ddarnau mawr o froc môr neu bethau eraill y gallai'r llanw fod wedi'u golchi i'r traeth, i'r man lle daethoch o hyd iddynt ar ôl i chi greu a thynnu llun o'ch gwaith celf. Bydd cerfluniau tywod yn cael eu golchi i ffwrdd gan y llanw ac nid oes angen eu symud, ac mae hyn yn wir am wymon a darnau llai o froc môr ac ati, hefyd.





CYFANSODDWCH GERDD ACROSTIG

Cyfansoddwch gerdd acrostig am Langrannog. Defnyddiwch lythrennau'r enw **LLANGRANNOG** fel llythyren gyntaf y gair cyntaf ym mhob llinell. Nid oes rhaid i'ch cerdd odli. Dyma enghraifft o gerdd acrostig am gath.

Cath frith, fras, faldodus,
Allan dan heulwen haf yn
Torheulo a chanu grwndi.
Hon sydd â bywyd braf.

L

L

A

N

G

R

A

N

N

O

G





ADNABOD COED

COEDEN, DAIL A HADAU



**ENW'R
RHYWOGAETH**

Ffawydden

**FAINT WELOCH
CHI?**

GWYBODAETH

Mae gan goed ffawydd ddail hirgrwn 4-9cm o hyd gyda blaen pigfain ac ymylon tonnog. Gall y rhain fod yn wyrdd neu hefyd yn borffor-frown.

Mae eu rhisgl yn llyfn ac yn llwydfrown, yn aml gydag ysgythriadau llorweddol bach. Maent yn cynhyrchu cnau ffawydd trionglog mewn casys hadau pigog yn yr hydref.



**ENW'R
RHYWOGAETH**

Derwen

**FAINT WELOCH
CHI?**

Mae gan Brydain ddau fath o goed derw brodorol: y dderwen goesog a'r dderwen ddigoes. Mae eu dail yn wahanol o ran siâp.

Mae pob deilen dderw yn hirach nag y maen nhw'n llydan ac mae ganddyn nhw bump neu chwech o labedau crwn dwfn a choesyn byr. Mae rhisgl derwen aeddfed yn arw ac wedi'i orchuddio â chribau siâp bys gyda chrychau dwfn rhyngddynt.

Mes yw hadau'r dderwen sy'n cael eu dal yn dynn mewn cwpanau bach. Mae'r rhain yn ymddangos ddiwedd yr haf ac yn troi'n frown trwy'r hydref.



COEDEN, DAIL A HADAU



**ENW'R
RHYWOGAETH**

Bedwen

**FAINT WELOCH
CHI?**

GWYBODAETH

Mae dail bedw yn wyrdd golau, yn fach ac o siâp triongl gydag ymyl danheddog. Maen nhw'n pylu i felyn yn yr hydref. Mae'r rhisgl gwyn gwelw yn gollwng haenau fel papur sidan ac yn dod yn ddu ac yn arw oddi tanynt.

Mae eu blodau, a elwir yn gynffonau ŵyn bach, yn ymddangos rhwng Ebrill a Mai.



**ENW'R
RHYWOGAETH**

Celynnen

**FAINT WELOCH
CHI?**

Mae'n anodd methu dail pigog, gwyrdd tywyll, sgleiniog y gelynnen. Wrth iddi aeddfedu, mae'r dail yn mynd yn llai pigog. Mae aeron coch y celyn yn sblash o liw yn y goedwig dros y gaeaf. Gan ei bod yn goeden fythwyrdd, y dail a'r aeron yw'r ffyrdd gorau o adnabod y goeden hon trwy gydol y flwyddyn.





COEDEN, DAIL A HADAU



ENW'R
RHYWOGAETH

Collen

FAINT WELOCH
CHI?

GWYBODAETH

Mae gan y gollen risgl llyfn, llwydfrown, sy'n pilio wrth i'r goeden aeddfedu.

Mae'r dail crwn i hirgrwn, danheddog a phigfain, yn feddal wrth eu cyffwrdd oherwydd y blew bach ar yr ochr isaf.

Mae'n cynhyrchu blodyn a elwir yn 'gynffonau ŵyn bach' yn y gwanwyn, a bydd rhai o'r rhain yn troi'n gnau cyll yn yr hydref, sy'n flasus i ni ac i fywyd gwylt.



ENW'R
RHYWOGAETH

Castanwydden

FAINT WELOCH
CHI?

Mae rhisgl coed castan yn llyfn ac yn llwydbinc pan maent yn ifanc. Mae'n tywyllu ac yn datblygu platiau cennog wrth i'r goeden aeddfedu.

Mae gan y gastanwydden ddail mawr sy'n cynnwys 5-7 o ddail bach pigfain, danheddog yn ymledu o goesyn canolog.

Mae clystyrau amlwg o flodau gwynbinc yn ymddangos ddiwedd y gwanwyn. Bydd rhai o'r rhain yn cael eu peillio ac yn datblygu i fod yn gasys gwyrdd pigog sy'n cuddio concyrs browngoch sgleiniog y tu mewn. Mae'r rhain yn syrthio yn yr hydref, a gellir eu defnyddio ar gyfer gemau concyrs!

