



Cerdded

Conwy
Walks

Teithiau Cerdded yr Hydref Autumn Walks

Medi 25 - 27 September

Hydref 2 - 4, 9 - 10 October

O deithiau byrion i deithiau ar gribau Eryri
From short walks to the peaks of Snowdonia



www.cerddedconwywalks.org

cerddedconwywalks@outlook.com



Croeso i Deithiau Cerdded yr Hydref 2015!

Mae gennym dri phenwythnos yn llawn o deithiau cerdded gwahanol, o helpa ffwng tymhorol a taith cerdded byr o amgylch tai chwarae, pictiwrws a gerddi pleser Bae Colwyn, i deithiau cerdded ar hyd rhostiroedd y Migneint a bryniau a mynyddoedd Eryri.

Rydym hefyd â dwy daith gerdded fforio i'r teulu cyfan ar 9 Hydref.

Dewch i ddarganfod gyda ni ar:

25 – 27 Medi

2 - 4 Hydref

9 - 11 Hydref

Bydd angen i chi archebu lle ar deithiau cerdded.

Gweler enw a manylion cyswllt yr arweinydd ar waelod y wybodaeth daith.

Os hoffech gael gwybod mwy amdanom ni, ewch i'n gwefan newydd www.cerddedconwywalks.org, dewch o hyd i ni ar Facebook neu ffoniwch ein hysgrifennydd (manyion ar gefn y rhaglen).

Cefnogir Cerdded Conwy Walks gan Gyngor Bwrdeistref Sirol Conwy. Fodd bynnag, gwirfoddolwyr sydd yn arwain yr holl deithiau cerdded. Gyda chyllid cyfyngedig ar gael, gofynnwn felly am gyfraniad gan gerddwyr (awgrymir £2). Bydd pob rhodd yn mynd tuag at gefnogi gwaith **Cerdded Conwy Walks**, i barhau i gynnal teithiau cerdded dan arweiniad er eich mwynhad.

David Masding
Cadeirydd, Cerdded Conwy Walks

Welcome to Autumn Walks 2015!

We have three weekends filled with a variety of walks from a seasonal fungus foray and short walk about the playhouses, picture houses and pleasure gardens of Colwyn Bay to walks on the moors of the Migneint and hills and mountains of Snowdonia.

We also have two foraging walks for all the family on October the 9th.

Come and explore with us on:

25 – 27 September

2 - 4 October

9 - 11 October

You will need to book onto walks. Please see the leader's name and contact at the bottom of the walk information.

If you'd like to find out more about us please visit our website www.cerddedconwywalks.org, find us on Facebook or call our secretary (details at the back of the programme).

Cerdded Conwy Walks is supported by Conwy County Borough Council. However all walks are led by volunteers. With limited funding available we therefore ask for a donation (suggested £2) from walkers. All donations go towards supporting the work of **Cerdded Conwy Walks** to continue to put on led walks for you to enjoy.

David Masding
Chairman, Cerdded Conwy Walks

Pa mor hawdd neu galed ydi'r teithiau cerdded?

Hawdd: Fflat gan fwyaf, o dan 4.8km / 3 milltir.

Cymedrol: Rhai llethrau serth a thir anwastad 4.8-11km / 3-8 milltir.

Caled: Gallai fod yn serth iawn, dros 11km / 7 milltir.

How easy or hard are the walks?

Easy: Mainly flat, under 4.8km / 3 miles.

Moderate: Some steep slopes and uneven ground 4.8-11km / 3-8 miles.

Strenuous: May be very steep, over 11km / 7 miles.

Er eich diogelwch..... mae angen darllen copi o'r amodau archebu (a geir ar waelod y rhaglen hon) a chytuno iddynt cyn mynd ar unrhyw daith gerdded.

For your safety.... You must read a copy of the booking conditions (at the bottom of the programme) and agree to them before attending any walks.

Dydd Gwener 25 Medi

Sgiliau Mordwyo Penmaenmawr

Bwriedir y daith gerdded hon ar gyfer y rheiny sydd â gafael ar y sgiliau sylfaenol o ddarllen map OS ac sy'n dymuno datblygu eu sgiliau. Bydd y llwybr yn mynd â ni i odre'r Carneddau uwchben Penmaenmawr a defnyddir llwybrau troed a llwybrau sefydledig. Y nod yw datblygu cymhwysedd mewn cynllunio a thechnegau megis rheoli cyflymdra ac amseriad fel ffordd o asesu cynnydd a safle yn ystod taith gerdded.

Os oes gennych unrhyw ymholiadau am y daith gerdded, cysylltwch ag arweinydd y daith.

Hyd: 5-6 awr

Pellter: 7-8 cilomedr / 4.5-5 milltir, 380m/1250 troedfedd o lethr

Cyfarfod: Maes parcio'r llyfrgell, Penmaenmawr. Parcio a thoiledau ar gael. Mae bysiau'n stopio ger y llyfrgell.

Dechrau: 09.15am ar gyfer 09:30am.

Archebu: Peter Collins ar 01492 680353. Os ydych yn gadael neges gadewch eich rhoi **rhif ffôn tŷ** fel bod modd i ni gysylltu â chi.

Cymedrol

Friday 25 September

Navigation Skills Penmaenmawr

This walk is intended for those who have a grasp of the basics of reading an OS map and wish to develop their skills. The route will take us into the Carneddau foothills above Penmaenmawr and will use established footpaths and tracks. The aim is to develop competence in route planning and techniques such as pacing and timing as a means of assessing progress and position during a walk. If you have any queries about the walk, please contact the walk leader.

Duration: 5-6 hours

Distance: 7-8 km / 4.5-5 miles, 380m/1250ft of ascent

Meet: Library car park, Penmaenmawr. Shops and toilets available. Buses stop near the library.

Start: 09:15am for 09:30am start

Booking: Peter Collins 01492 680353. If leaving a message, please give a **landline** number on which you can be reached.

Moderate

O Ystumod i Gwrw, Rowen

Cerdded gyda'r nos o amgylch coed Parc Mawr, dringo'n serth ar hyd Ffordd y Pererinion i fwynhau'r golygfeydd (tywydd yn caniatáu!) o Llangelynnin dros Ddyffryn Conwy. Wrth i'r ystumod ddod allan ar gyfer eu siawns olaf i gasglu bwyd ar gyfer y gaeaf, mae'r arweinwyr yn bwriadu encilio i groeso tafarn y Tŷ Gwyn yn Rowen ac mae croeso i gerddwyr ymuno â nhw! Dylai cerddwyr ddod â fflachlamp rhag ofn y bydd yn anodd gweld wrth iddi nosi. Mae rhai rhannau serth/rhydd.

Hyd: 2.5 awr

Pellter: 4.5 cilomedr / 3 milltir

Cyfarfod: Maes parcio coedwig Parc Mawr, SH 760744, LL32 8EZ

Toiledau a lluniaeth ar gael yn Rowen neu Gonwy.

Dechrau: 5:45pm ar gyfer 6:00pm

Archebu: cysylltwch â Kylie Jones Mattock 0343 770 5785

kyliejonesmattock@woodlandtrust.org.uk

Cymedrol

From Bats to Beer, Rowen

An evening ramble around Parc Mawr woods, climbing steeply on the Pilgrim's Way to take in the views (weather permitting!) from Llangelynnin over the Conwy Valley. As the bats emerge to take their last chances to feed up for winter, the leaders plan to retreat to the welcome of the Ty Gwyn pub in Rowen and walkers are welcome to join them! Walkers should bring a torch in case of poor visibility toward dusk. Some steep/ loose sections/ steps

Duration: 2.5 hours

Distance: 4.5 km / 3 miles

Meet: Parc Mawr woods car park, SH 760744, LL32 8EZ.

Public conveniences and refreshments available in Rowen or Conwy.

Start: 5:45pm for 6:00pm start

Booking: To book please contact Kylie Jones Mattock 0343 770 5785

kyliejonesmattock@woodlandtrust.org.uk

Moderate

Dydd Sadwrn 26 Medi

Eglwysbach a Llwybr y Pererinion

Mae'r daith gerdded yn dechrau yn Nyffryn Hir-aethlyn tua'r de ar lonydd, yna dringo'n gyson at Fynydd Esgair-Ebrill ac mae'n mynd o'r fan hyn ar un lefel dros gaeau a thrwy goedwig coed derw tua'r gogledd. Mae ffyrdd di-ri sy'n arwain yn ôl i Eglwysbach – bydd y tywydd ac ysbryd y grŵp yn gwneud y penderfyniad. Hawdd i'w gerdded ond gwaith cerdded hirbarhaol serth dros bant a bryn a rhannau o'r ddaear yn anwastad.

Hyd: 3-4 awr

Pellter: 6.4-8 cilometr / 4-5 milltir

Cyfarfod: yn Eglwysbach, Maes Llan, gyferbyn â'r Eglwys a'r arhosfan Bws (25). Mae yna le parcio ar y chwith. Toiledau, siop a thafarn ar gael yn y pentref.

Dechrau: 9.45am ar gyfer 10.00am

Archebu: Jutta Lorenz-Kubis 01492 650705
Cymedrol

Saturday 26 September

Eglwysbach and the Pilgrims' Way

Walk starts in the Hiraethlyn Valley southwards on lanes, then steady rise to Mynydd Esgair - Ebrill and goes from here on one level over fields and through an oak wood northwards. There are countless ways leading back to Eglwysbach - the weather and the group spirit will make the decision. Easy to walk but with long-lasting steepish up and down hill sections and some uneven ground.

Duration: 3-4 hours

Distance: 6.4-8 km / 4-5 miles

Meet: in Eglwysbach, Maes Llan, opposite Church and Bus stop (25). There is parking space on the left hand side. Toilets, pub and shop are available in the village.

Start: 9.45am for 10.00am start

Booking: Jutta Lorenz-Kubis 01492 650705
Moderate

Dydd Sul 27 Medi

Diwrnod allan ar y Migneint

Yn y man cyfarfod byddwn yn mynd mewn bws mini i fan cychwyn y daith gerdded ger Llyn Celyn. Oddi yma byddwn yn cerdded i ben Carnedd y Filiast, gan ddychwelyd i Ysbyty Ifan ar hyd hen lwybr y porthmyn.

Golygfeydd panoramig o fynyddoedd canolbarth a Gogledd Cymru, yn enwedig yr Arenig. Bydd yn wlyb iawn o dan draed mewn rhannau yn ystod y daith gerdded. Mae esgidiau da yn hanfodol ac argymhellir gwisgo socasau.

Hyd: 6-7 awr (gan gynnwys amser teithio)

Pellter: 14 cilometr / 8.5 milltir, 470m/1550 troedfedd i ddringo'r mynydd

Cyfarfod: Maes parcio yn Ysbyty Ifan, ger Pentrefoelas, SH 842488. Toiledau ar gael.

Dechrau: 09.15am ar gyfer 09.30am

Archebu: Peter Collins 01492 680353. Os ydych yn gadael neges gadewch eich **rhif ffôn tŷ** fel bod modd i ni gysylltu â chi.

Caled

Sunday 27 September

A day out in the Migneint

At the meeting place we will get a mini-bus to the start of the walk near Llyn Celyn. From here we will walk to the top of Carnedd y Filiast, returning to Ysbyty Ifan via an old drovers' route.

Panoramic views of the mid and north Wales ranges, especially the Arenigs.

Parts of this walk will be very wet underfoot. Good boots are essential and gaiters highly recommended.

Duration: 6-7 hrs (including travelling time)

Distance: 14km / 8.5 miles, 470m / 1550ft of ascent

Meet: Car park at Ysbyty Ifan, near Pentrefoelas SH 842488, Toilets available.

Start: 09:15am for 09:30 start

Booking: Peter Collins, 01492 680353. If leaving a message, please give a **landline** number on which you can be reached.

Strenuous

Dydd Sul 27 Medi

Manod Mawr ac adfeilion hanesyddol pentref chwarel Rhiwbach, Cwm Penmachno

Llwybr serth sy'n dringo trwy'r chwarel ac sy'n ein harwain at chwarel a phentref Rhiwbach. Yna, i fyny gogwydd serth ac wedi mynd heibio chwarel Cwt y Bugail byddwn yn troi am y mynydd cyn cyrraedd copa Manod Mawr. Byddwn yn dychwelyd ar hyd yr un llwybr.

Hyd: 4-5 awr

Pellter: 9.5 cilomedr / 6 milltir

Cyfarfod: ger biniau ailgylchu Cwm Penmachno

Dechrau: 09.45am ar gyfer 10.00am

Archebu: Aled Owen 01690 760112 aled-ocwm@uwclub.net

Taith Fynydd Caled

Sunday 27 September

Manod Mawr and the historic ruins of Rhiwbach quarry village, Cwm Penmachno

A steep climb through the quarry takes us to the ruined quarry and village of Rhiwbach. Up a steep incline, past Cwt y Bugail quarry, we then take to the mountain before reaching the summit of Manod Mawr. Return the way we came.

Duration: 4-5 hours

Distance: 9.5 km / 6 miles

Meet: recycling bins Cwm Penmachno

Start: 09:45am for 10:00am

Booking: Aled Owen 01690 760112

aledocwm@uwclub.net

Strenuous Mountain

Dydd Gwener 2 Hydref

Cefn Deuddwr, Dolwyddelan

Byddwn yn defnyddio bysus (rhaid defnyddio cerdyn teithio neu dalu am docyn) i gyrraedd man dechrau'r daith wrth Westy Pen y Gwryd. O'r fan honno byddwn yn croesi gweundir agored a garw'r cefn deuddwr ac yn croesi ar hyd y grib i gyrraedd copa Carnedd y Cribau. Ceir golygfeydd da o brif fynyddoedd Eryri oddi yno, gyda golygfa odidog o Bedol yr Wyddf. Wrth ddod i lawr o Garnedd y Cribau byddwn yn dod at brydferthwch anghysbell Cwm Edno ac yn cerdded drwyddo wrth ddychwelyd i Dolwyddelan. Mae am-bell ddarn serth wrth ddod i lawr oddi ar Garnedd y Cribau.

Mae'n ddrwg gennym, dim cŵn ar y daith gerdded hon.

Hyd: 7-7.5awr (gan gynnwys amser teithio)

Pellter: 13.5 cilomedr / 8 milltir

380ml/1250 troedfedd i ddringo'r mynydd.

Cyfarfod: maes parcio gorsaf Dolwyddelan. Toileddau a siop yn Nolwyddelan

Dechrau: 08.15am ar gyfer 08.30am

Archebu: Peter Collins ar 01492 680353. Os ydych yn gadael neges gadewch eich **rhif ffôn tŷ** fel bod modd i ni gysylltu â chi.

Caled

Friday 2 October

On the Watershed, Dolwyddelan

We will use buses (pass or fare payable) to the starting point of the walk at the Pen y Gwryd Hotel. From here we cross the rough, open moorland of a watershed and then traverse a ridge to reach the summit of Carnedd y Cribau. There is a good panorama of the main Snowdonia ranges, with a stunning view of the Snowdon Horeseshoe. The descent from Carnedd y Cribau brings us in to the beautiful and desolate Cwm Edno through which we walk on the way back to Dolwyddelan. There are a couple steep sections on the descent from Carnedd y Cribau. Sorry, no dogs on this walk.

Duration: 7-7.5hr (including travelling time)

Distance: 13.5km / 8 miles

380m/1250ft of ascent

Meet: at the station car park at Dolwyddelan.

Toilets and shop at Dolwyddelan

Start: 08:15am for 08:30 start

Booking: Peter Collins, 01492 680353. If leaving a message, please give a **landline** number at which you can be reached.

Strenuous

Dydd Gwener 2 Hydref

Crwydr trwy Goetir ac ar hyd yr Arfordir

Taith gerdded trwy'r dydd o bromenâd Llandudno dros nant-y-Gamar ac ymlaen i Goedwig Neuadd Marl ac yn ôl gyda gwirfoddolwyr Coed Cadw. Bydd y daith yn dringo i fyny llwybrau coetir i lecyn lle ceir golygfeydd ysblennydd o ddyffryn Conwy. Rhai llethrau serth a thir anwastad drwy goetir a all fod yn llithrig pan yn wlyb.

Hyd: 5 awr

Pellter: 11.3 cilomedr / 7 milltir

Cyfarfod: Dechrau a gorffen ger pwll padlo Traeth y Gogledd ar The Parade, Craig-y-Don, Llandudno. Parcio wrth ochr y ffordd a thoiledau gerllaw. SH799821.

Dechrau: 10:15am ar gyfer 10.30am

Archebu: Kylie Jones Mattock 0343 7705785 kyliejonesmattock@woodlandtrust.org.uk

Cymedrol

Friday 2 October

A Coastal Woodland Wonder

An all-day walk from Llandudno promenade inland over Nant-y-Gamar and on to Marl Hall Woods and back with Woodland Trust volunteers. Climbing by woodland paths to a spectacular vantage point overlooking the Conwy Valley. Some steep slopes and uneven ground through woodland which can be slippery when wet.

Duration: 5 hours

Distance: 11.3 km / 7 miles

Meet: Start and finish at the North Shore paddling pool on The Parade, Craig-y-don, Llandudno. Roadside parking and toilets nearby. SH799821.

Start: 10:15am for 10:30 start

Booking: Kylie Jones Mattock 03437705785 kyliejonesmattock@woodlandtrust.org.uk

Moderate

Fforio Ffwng, Trefriw

Taith gerdded araf ac oedi i drafod rhywogaethau ffwng a ganfyddir. Cychwyn o'r Felin Wlân a cherdded i fyny'r allt, ar hyd Rhaeadr y Tylwyth Teg, i Fynwent Trefriw lle dylid cael rhywfaint o gapiau cwyr, gan ddychwelyd drwy Goed y Creigiau lle dylid gweld detholiad o rywogaethau coetir. (Efallai y bydd yr union leoliad yn newid yn dibynnu os bydd digonedd o ffyngau).

Hyd: 3 awr

Pellter: 5 cilomedr / 3 milltir

Cyfarfod: Maes Parcio Ffordd Gower gyferbyn Melin Wlân Trefriw, caffi yn y Felin Wlân, thoiledau cyhoeddus, bws rhif 19

Dechrau: 1:00pm ar gyfer 1:15pm

Archebu: Joan Prime 01492 642605, 07837048223 joandavetytop@btinternet.com

Hawdd/Cymedrol

Fungus Foray, Trefriw

A slow walk pausing to discuss the species of fungi found. Starting from the Woollen Mill and walking uphill, via the Fairy Falls, to Trefriw Cemetery where there should be some wax caps, returning via Coed y Creigiau where there should be a selection of woodland species. (The actual location may change depending on the abundance of fungi).

Duration: 3 hours

Distance: 5 km / 3 miles

Meet: Gowers Road Car Park opposite Trefriw Woollen Mill, cafe in Woollen Mill, public toilets, no. 19 bus

Start: 1:00pm for 1:15pm start

Booking: Joan Prime 01492 642605, 07837048223 joandavetytop@btinternet.com

Easy/Moderate

Er mwyn helpu i ddod o hyd i unrhyw un o'r teithiau cerdded ewch i www.gridreferencefinder.com a nodwch y Cyfeirnod Grid (GR) sydd i'w gael yn y wybodaeth am y daith.

To help find any of the walks go to www.gridreferencefinder.com and enter the Grid Reference (GR) found in the walk information.

Dydd Sadwrn 3 Hydref

Moel Hebog, Moel yr Ogof a Moel Lefn

Mae'r daith hon yn dechrau trwy ddringo Moel Hebog, sy'n llywyddu dros Feddgelert, cyn parhau i'r gogledd at ddwy gopa isaf Moel Ogof ac yna Moel Lefn cyn dychwelyd trwy Goedwig Beddgelert.

Hyd: 5 awr

Pellter: 12.5 cilomedr / 7.8 milltir

Cyfarfod: Maes Parcio Cyhoeddus Beddgelert oddi ar Ffordd Aberglaslyn yr A498.

Dechrau: 09:00am ar gyfer 09:15am

Archebu: Sue Hibbert 01352 711648 gadewch neges ar y peiriant ateb neu e-bostiwrch

susan.hibbert@btinternet.com

Taith Fynydd Caled

Saturday 3 October

Moel Hebog, Moel yr Ogof and Moel Lefn

This walk starts with an ascent of Moel Hebog, Hill of the Hawk, which presides over Beddgelert, before continuing north to the two lower summits of Moel Ogof followed by Moel Lefn before returning via Beddgelert Forest.

Duration: 5 hours

Distance: 12.5 km / 7.8 miles

Meet: Beddgelert Public Car Park off the A498 Aberglaslyn Road.

Start: 09:00am for 09:15am start

Booking: Sue Hibbert on 01352 711648 leaving a message on the answerphone or email

susan.hibbert@btinternet.com

Strenuous Mountain

Coed Dwyieithog ar gyfer pob oedran, Bodlondeb

Ydych chi erioed wedi meddwl beth oedd enw'r goed-en yna? Ymunwch â Warden Safle Bodlondeb am dro a chwis coed ar gyfer ffordd hwyliog i adnabod y coed yn Gymraeg a Saesneg.

Mae'r cwis yn addas ar gyfer plant hŷn ac oedolion. Gall plant iau wneud coronau dail wrth iddynt gerdded. Rhywfaint o dir anwastad.

Mae'n rhaid i blant fod yng nghwmni oedolyn.

Hyd: 1-2 awr

Pellter: 1.6 cilomedr / 1 filltir

Cyfarfod: mynedfa Swyddfeydd y Cyngor ym Modlondeb. Maes parcio (talw ac arddangos) ym Modlondeb.

Dechrau: 1:45pm ar gyfer 2:00pm

Archebu: AFfCh 01492 575337

affch@conwy.gov.uk

Hawdd

Bilingual Trees for all ages, Bodlondeb

Have you always wondered what that tree was? Join Bodlondebs site Warden for a walk and tree quiz for a fun way to identify the trees in Welsh and English.

The quiz is suitable for older children and adults. Younger children can make leaf crowns as they walk. Some uneven ground.

Children must be accompanied by an adult.

Duration: 1-2 hours

Distance: 1.6 km / 1 mile

Meet: at the entrance of the Council Offices at Bodlondeb. Car park (pay and display) at Bodlondeb.

Start: 1:45pm for 2:00pm start

Booking: ERF 01492 575337 erf@conwy.gov.uk

Easy

Er eich diogelwch..... mae angen darllen copi o'r amodau archebu (a geir ar waelod y rhaglen hon) a chytuno iddynt cyn mynd ar unrhyw daith gerdded.

For your safety.... You must read a copy of the booking conditions (at the bottom of the programme) and agree to them before attending any walks.

Dydd Sul 4 Hydref

Hwyl o fforio i bob oedran

Gweithgaredd i'r teulu yn y bore, sy'n cael ei ailadrodd yn y pwn. Ar y daith gerdded byddwn yn adnabod bwyd gwyllt y gellir ei fwyta. Byddwn yn dod â'r holl bethau rydym wedi'u dysgu ynghyd i baratoi diod a bwyd o'n cynhaeaf natur. Ni fydd y daith gerdded yn galed ond efallai na fydd ar lwybr bob amser, felly dylid gwisgo esgidiau addas.

Hyd: 3 awr

Cyfarfod: Tu allan i Ysgol Aberconwy, Morfa Dr, Conwy, LL32 8ED

Pellter: 3km ar y mwyaf

Dechrau: Taith y bore: 08:45am ar gyfer 09:00am
Taith prynhawn: 12:45pm ar gyfer 1:00pm

Archebu: Jim Langley 01248 361142

Os ydych yn gadael neges gadewch eich **rhif ffôn tŷ** fel bod modd i ni gysylltu â chi.

Sunday 4 October

Foraging fun for all ages

A family activity in the morning, repeated in the afternoon. On the walk we will be identifying edible wild-foods. We will bring this learning together to prepare drinks and foods from our nature harvest. The walk will not be strenuous but may be away from paths and tracks so suitable footwear is required.

Duration: 3 hours

Distance: max 3km

Meet: Outside Ysgol Aberconwy, Morfa Dr, Conwy LL32 8ED

Start: AM walk: 08:45am for 09:00am start
PM walk: 12:45pm for 1:00pm start

Booking: Jim Langley 01248 361142

Please leave a landline number for contact.

Taith Hiraethlyn, Eglwysbach

Taith gerdded gylchol o gwmpas pentref Eglwysbach gyda golygfeydd da o'r dyffryn a'r Carneddau. Hawdd i'w gerdded ond gyda dau raddiant serth iawn a thir anwastad.

Hyd: 2 awr

Pellter: 5.5 cilomedr / 3.5 milltir

Cyfarfod: yn Eglwysbach, Maes Llan, gyferbyn â'r Eglwys ac Arhosfan Bysus (25)

Mae yna le parcio ar yr ochr chwith. Toiledau, tafarn a siop ar gael yn Eglwysbach.

Dechrau: 9:45am ar gyfer 10:00am

Archebu: Jutta Lorenz-Kubis 01492 650705

Cymedrol

Hiraethlyn Walk, Eglwysbach

A circular walk around the village of Eglwysbach with good views of the valley and the Carneddau. Easy to walk but with two very steep gradients and uneven ground.

Duration: 2 hours

Distance: 5.5km / 3.5 miles

Meet: in Eglwysbach, Maes Llan, opposite Church and Bus stop (25)

There is parking space on the left hand side. Toilets, pub and shop are available in Eglwysbach.

Start: 9:45am for 10:00am start

Booking: Jutta Lorenz-Kubis 01492 650705

Moderate



Er eich diogelwch..... mae angen darllen copi o'r amodau archebu (ar waelod y rhaglen hon) a chytuno iddynt cyn mynd ar unrhyw daith gerdded.

For your safety.... You must read a copy of the booking conditions (at the bottom of the programme) and agree to them before attending any walks.

Dydd Sul 4 Hydref

Tai Chwarae, Palasau a Gerddi Pleser, Bae Colwyn

Taith gerdded hawdd o gwmpas Bae Colwyn, yn chwilio am y lleoedd adloniant a gollwyd a'u hanes. Cyfle i fwynhau hel atgofion am y dyddiau a fu, pan oedd Bae Colwyn **y lle** i ymweld ag ef. Llwybr gwastad yn bennaf gyda rhywfaint o risiau, y gellir eu hosgoi drwy ddefnyddio llethr. Palmentydd yn bennaf. Dewch â bwyd a diod gyda chi. Taith gerdded hygrych. Cŵn cymorth yn unig ar dennyn byr bob amser.

Hyd: 3 awr

Pellter: 4.8 cilomedr / 3 milltir

Cyfarfod: Theatr Colwyn cod post: LL29 7RU
maes parco ar y ffordd gyferbyn.

Bysus: 12,13,14,15, 24, 27

Dechrau: 1:45pm ar gyfer 2:00pm

Archebu: Rosemary 01492 540 152.

Gadewch rif ffôn tŷ er mwyn cysylltu.

Hawdd

Sunday 4 october

Playhouses, Picture Palaces & Pleasure Gardens, Colwyn Bay

An easy walk around Colwyn Bay, looking for the lost places of entertainment and their history. A chance to wallow in the nostalgia of bygone days, when Colwyn Bay was **the** place to visit. Mainly flat with some steps, which can be avoided by using a slope. Pavements mostly. Please bring a snack and a drink. Accessible walk. Assistance dogs only; on a short lead at all times.

Duration: 3 hours

Distance: 4.8 km / 3 miles

Meet: Theatr Colwyn, postcode: LL29 7RU car park in road opposite.

Buses: 12,13,14,15, 24, 27

Start: 1:45pm for 2:00pm start

Booking: Rosemary 01492 540 152. Please leave a landline number for contact.

Easy



Dydd Gwener 9 Hydref

Eglwysi a Llynnoedd yn Fforest Gwydir

Mae rhywfaint o'r daith ar draciau coedwig, ond cynghorir eich bod yn gwisgo esgidiau cerdded ar gyfer y llwybrau troed sy'n aml yn fwdlyd.

Pellter: 9.6 cilomedr / 6 milltir

Cyfarfod: Maes parcio Capel Gwydir, ar yr allt gyferbyn â Chastell Gwydir, Llanrwst. SH 795 608.

Dechrau: 09:45am ar gyfer 10:00am

Archebu: Margaret Norwood 01492 584738

norwood.m@sky.com

Cymedrol

Friday 9 October

Churches & Lakes in the Gwydir Forest

Discover the beautiful churches and lakes of the Gwydir Forest. Some of the walk is on forestry tracks but boots are advised for the often muddy footpaths.

Distance: 9.6km / 6 miles

Meet: Gwydir Chapel car park, on the hill opposite Gwydir Castle, Llanrwst. SH 795 608.

Start: 09:45am for 10:00am start

Booking: Margaret Norwood 01492 584738

norwood.m@sky.com

Moderate

Dydd Sadwrn 10 Hydref

Gweithdy Mordrwyo Penmaenmawr

Bwriedir y daith gerdded hon ar gyfer y rhai sy'n meddu ar wybodaeth ymarferol dda o dechnegau mordwyol megis rheoli cyflymdra ac amseriad a byddwch yn datblygu'r technegau hyn a'r defnydd o gwmpawd fel ffordd o wneud cynnydd diogel ar draws cefn gwlad agored.

Bydd llawer o'r llwybr yn dirwedd digyfeiriad garw wrth droed y Carneddau uwchben Penmaenmawr.

Os oes gennych unrhyw ymholiadau am y daith gerdded, cysylltwch ag Arweinydd y Daith.

Mae esgidiau da yn hanfodol ar gyfer y daith hon ac argymhellir gwisgo socasau.

Mae'n ddrwg gennym, dim cŵn ar y daith gerdded hon.

Hyd: 6-7 awr

Pellter: 8-12 cilomedr / 5-7 milltir.

230-450m/700-1300troedfedd o lethr.

Cyfarfod: Maes parcio'r llyfrgell, Penmaenmawr. Siopau a thoiledau ar gael. Arhosfan bysus ger y llyfrgell.

Dechrau: 09:15am ar gyfer 09:30am

Archebu: Peter Collins 01492 680353. Os ydych yn gadael neges gadewch eich **rhif ffôn tŷ** fel bod modd i ni gysylltu â chi.

Cymedrol / Caled

Saturday 10 October

Navigation Workshop Penmaenmawr

This walk is intended for those who have a good working knowledge of navigational techniques such as pacing and timing and will develop these techniques and the use of compass bearings as a means of making safe progress across open country.

Much of the route will be in rough, trackless terrain in the Carneddau foothills above Penmaenmawr.

If you have any queries about the walk, please contact the Walk Leader.

Good boots are essential for this walk and gaiters recommended.

Sorry no dogs on this walk.

Duration: 6-7 hours

Distance: 8-12 km / 5-7 miles.

230-450m / 700-1300ft of ascent.

Meet: Library Car Park, Penmaenmawr. Shops and toilets available. Buses stop near the library.

Start: 09:15am for 09:30 start

Booking: Peter Collins: 01492 680353. If leaving a message, please give a **landline** number on which you can be reached.

Moderate/Strenuous

Taith Hanesyddol Pensychnant

Tua 4.5 milltir ar hyd llwybrau sydd o bosibl wedi bod yno ers yr Oes Efydd. Mae'r daith gerdded heibio hengerau cerrig o'r Oes Efydd, ffermydd Oes yr Haearn a phentrefi canoloesol, yn dathlu hanes hir yr ardal hon o adeg pan allforiwyd bwyell cerrig Penmaenmawr ar draws Ewrop i'r ffermydd defaid traddodiadol. Er bod yr ucheldiroedd yn ymddangos i fod yn anialwch naturiol, mae'r tirlun yn cael ei ddylanwadu yn fawr iawn gan hanes hir o ddefnydd gan bobl.

Hyd: 4 awr

Pellter: 7 cilomedr / 4.5 milltir

Cyfarfod: Canolfan Gadwraeth Pensychnant SH751770. Digon o le parcio, Toiledau ar gael yn y Tŷ. Te a Choffi ar gael ar ôl dychwelyd o'r daith gerdded. 2.5 milltir o'r arhosfan bws agosaf yng Nghonwy neu Ddwygyfylchi.

Dechrau: 09:45am er mwyn dechrau am 10:00am

Archebu: Julian Thompson 01492 592595

Cymedrol

Pensychnant Historical Trail

About 4.5 miles along paths which may have been there since the Bronze Age. The walk past Bronze Age stone henges, Iron Age farmsteads and mediaeval villages, will celebrate the long history of this area from a time when Penmaenmawr exported stone axes across Europe to the traditional sheep farms now. Though the uplands appear to be a natural wilderness, the landscape is very much influenced by a long history of use by people.

Duration: 4 hours

Distance: 7km / 4.5 miles

Meet: Pensychnant Conservation Centre SH751770. Ample parking, Toilets available at the House. Tea & Coffee available on return from walk. 2.5 miles from nearest bus in Conwy or Dwygyfylchi.

Start: 09:45am for 10:00am start

Booking: Julian Thompson 01492 592595

Moderate

Dydd Sul 11 Hydref

Moel Siabod

Dringo serth ar hyd llwybrau, dros rostir gyda sgrialfa hawdd i gopa Moel Siabod sy'n 872m. Gan obeithio am tywydd da i fwynhau golygfeydd panoramig o gop a'r mynydd.

Hyd: 5.5-6.5 awr

Pellter: 11.5 cilomedr / 7 milltir

Cyfarfod: Caffi Moel Siabod, Capel Curig, maes parcio a thoiledau

Dechrau: 09:15 ar gyfer 09:30am

Archebu: Aled Owen 01690 760112

aledocwm@uwclub.net

Mynydd Caled

Sunday 11 October

Moel Siabod

A steep ascent along tracks, over moorland with an easy scramble to the summit of Moel Siabod at 872m. Let's hope the weather is good for some panoramic views from the top of this solitary mountain.

Duration: 5.5-6.5 hours

Distance: 11.5 km / 7 miles

Meet: Moel Siabod Café, Capel Curig, car parking and toilets

Start: 09:15 for 09:30am start

Booking: Aled Owen 01690 760112

aledocwm@uwclub.net

Strenuous Mountain

Nant y Glyn, Bae Colwyn

Byddwn yn cerdded i fyny ar hyd un ochr o Nant y Glyn a dychwelyd i lawr yr ochr arall. Byddwn yn stopio am ginio ar ben y Nant ac os bydd y tywydd yn caniatáu, byddwn yn mwynhau rhai o olygfeydd anhygoel y môr a'r mynyddoedd. Dewch â chinio a dillad sy'n dal dŵr gyda chi. Dim cŵn yn anffodus.

Hyd: 4 awr

Pellter: 8 cilomedr / 5 milltir

Cyfarfod: Cyffordd Ffordd Rhiw a Ffordd Seafield, Bae Colwyn.

Dechrau: 10.00am ar gyfer 10.15am

Archebu: archebu drwy neges destun os gwelwch yn dda, Colin Devine 07770964716.

Cymedrol

Nant y Glyn, Colwyn Bay

We will walk up along one side of Nant y Glyn and return down the other. We'll stop for lunch at the top of the Nant and, depending on the weather, enjoy some great sea and mountain views. Please bring packed lunch and waterproofs. Sorry, no dogs.

Duration: 4 hours

Distance: 8 km / 5 miles

Meet: Junction of Rhiw Road and Seafield Road, Colwyn Bay.

Start: 10:00am for 10:15 start

Booking: booking by text message please, Colin Devine 07770964716

Moderate



Gwybodaeth ac Amodau Archebu

Archebu Gofynnir i bob cerddwr archebu lle ar daith gerdded o flaen llaw oni nodir yn wahanol yn y rhaglen. Mae hyn am y rhesymau canlynol:

Er mwyn i'r cyfranogwr fwynhau'r daith gerdded.

Iechyd a Diogelwch: er mwyn sicrhau cymhareb gywir o ran arweinwyr a cherddwyr. Gall hyn amrywio o'r naill daith i'r llall gan ddibynnu ar y dirwedd, y math o daith gerdded a'r arweinydd.

Er mwyn i arweinwyr fod â'r manylion gofynnol am bob cerddwr.

Os bydd taith gerdded yn llawn, gellir cadw eich enw wrth gefn. Os bydd cyfranogwr yn cyrraedd ar ddechrau'r daith gerdded ond nad yw wedi archebu lle, mae hawl gan yr arweinydd i beidio â derbyn yr unigolyn ar y daith gerdded.

Iechyd Cyfrifoldeb y cerddwyr yw gwneud yn siŵr eu bod yn ddigon corfforol heini i gymryd rhan yn y daith y maent wedi'i dewis. Bydd Arweinwyr yn gofyn i gerddwyr ddatgelu unrhyw wybodaeth feddygol a allai effeithio arnynt ar unrhyw adeg yn ystod y daith. Mae'r wybodaeth yma er mwyn diogelwch a lles y cerddwr.

Dillad, Esgidiau, Bwyd a Diod Cyfrifoldeb y cerddwyr yw gwneud yn siŵr eu bod yn gwisgo dillad ac esgidiau addas ar gyfer yr amodau h.y. esgidiau cadarn a dillad gwrth ddŵr. Argymhellir y dylai cerddwyr ddod â bwyd a diod sy'n addas ar gyfer eu hanghenion a hyd y daith. Dewch ag eli haul efo chi os oes angen. Mae gan yr arweinydd hawl i wrthod cerddwr sydd heb yr offer priodol.

Oed Mae croeso i blant dan 18 ond mae'n rhaid i riant neu oedolyn dros 18 ddod gyda nhw.

Efallai y bydd rhai o'r teithiau cerdded yn anaddas i blant, os hoffech ddod â phlant ar daith gerdded a wnewch chi gysylltu ag arweinydd y daith i wneud yn siŵr y byddai hynny'n addas?

Amser Dechrau Fel y nodwyd yn y rhaglen, dylech gyrraedd o leiaf 15 munud cyn dechrau bob taith er mwyn cofrestru. Bydd y teithiau yn dechrau ar yr amser dechrau, dim ots a yw pawb wedi cyrraedd neu beidio.

Tywydd Bydd arweinwyr y teithiau yn y man cychwyn dim ots beth yw'r tywydd. Ond, mewn amodau tywydd eithriadol, efallai y bydd y daith yn cael ei haddasu neu'n cael ei chanslo i sicrhau diogelwch.

Newidiadau Mae'r trefnwyr yn cadw'r hawl i addasu'r rhaglen heb rybudd. Credir bod y manylion yn y rhaglen yn gywir ar adeg argraffu.

Mae arweinydd y daith yn cadw'r hawl i addasu'r daith yn ystod y daith os oes angen oherwydd rhesymau diogelwch.

Lluniau Yn ystod y teithiau cerdded, bydd staff Conwy yn tynnu lluniau o gerddwyr y gellir eu defnyddio ar gyfer deunydd hyrwyddo yn y dyfodol. Dylai unrhyw un sy'n dymuno i ni beidio eu cynnwys nhw neu eu plentyn mewn lluniau ar gyfer deunyddiau hyrwyddo roi gwybod i'r arweinwyr a'r staff ar ddechrau'r daith.

Cŵn Mae croeso i gŵn ar bob taith oni nodir yn wahanol yn y rhaglen. Mae'n rhaid cadw cŵn ar dennyn bob amser.

Trogod Pan fyddwch yng nghefn gwlad rydych mewn perygl o gael eich brathu gan drogen. Gall trogod gludo amrywiaeth o glefydau felly mae'n bwysig eich bod yn gwybod beth i'w wneud os byddwch yn cael eich brathu, neu sut i osgoi cael eich brathu yn y lle cyntaf. I gael rhagor o wybodaeth ewch i www.bada-uk.org.

Ysmygu Ni chaniateir ysmygu ar y teithiau cerdded

Atebolrwydd

Mae'r trefnwyr wedi gwneud pob ymdrech ymarferol i sicrhau diogelwch yr holl unigolion sy'n cymryd rhan yn Cerdded. Ond, ni fydd y trefnwyr yn derbyn cyfrifoldeb am unrhyw anaf, golled neu ddifrod i unigolion nac eiddo, sut bynnag y bydd yn cael ei achosi, os nad yw'n deillio o esgeulustod uniongyrchol gan y trefnwyr, ac os oes gan y trefnwyr ddyletswydd gofal. Rydym yn eich cynghori i drefnu yswiriant ar gyfer damweiniau ac anaf personol. Cyfrifoldeb yr unigolion sy'n cymryd rhan yn y teithiau yw sicrhau eu bod yn ddigon heini ar gyfer y daith a bod ganddynt y cyfarpar addas. Mae arweinwyr y teithiau yn cadw'r hawl i wrthod i unrhyw gerddwr heb gyfarpar addas gymryd rhan.

www.cerddedconwywalks.org

01492575290

Booking Information and Conditions

Booking All walkers are asked to pre book onto walks unless otherwise stated in the programme.

This is for the following reasons:

For the participant to enjoy the walk:

Health and Safety: to have the correct ratio of leaders to walkers. This can vary from walk to walk depending on the terrain, type of walk and the leader.

For leaders to have the details that are required of each walker.

If a walk is fully booked, your name can be held in reserve. If a participant turns up at the start of the walk who has not booked the leader reserves the right not to accept the person on the walk.

Health It is the responsibility of all walkers to ensure that they are physically fit enough to take part in the walks that they have chosen.

Leaders will ask walkers to disclose any medical information that may affect them at any time of the walk. This information is for the walker's safety and well being.

Clothing, Footwear, Food and Drink It is the responsibility of all walkers to ensure that they wear appropriate clothing and footwear for the conditions likely to be encountered ie sturdy footwear and waterproof clothing. It is recommended that walkers bring food and drink adequate for their needs and the duration of the walk. Please bring sun cream if required. The leader has a right to turn away walkers who are not adequately equipped.

Young People All children under the age of 18 are welcome but must be accompanied by a parent or guardian over the age of 18.

Some of the walks may be unsuitable for children, if you would like to bring children on the walk please contact the walk leader to check that this will be appropriate.

Starting Time As noted in the programme, please arrive at least 15 minutes prior to the start of each walk in order to register. Walks will commence at the quoted start time whether all participants have arrived or not.

Weather The walk leaders will be at the starting point whatever the weather. However, in exceptional weather conditions, the walk may be re-routed or cancelled to ensure walkers safety.

Alteration The organisers reserve the right to alter the programme without prior notice. The details in the programme are believed to be correct at the time of going to print.

The walk leader reserves the right to change the route of the walk during the walk if necessary for safety purposes.

Photographs During the walks leaders may take photographs of walkers that may be used for promotional material in future years. Anyone who does not wish themselves or their child to be photographed for promotional material should notify leaders and staff at the start of the walk.

Dogs Dogs are welcome on all walks unless otherwise noted in the programme. Dogs must be kept on a lead at all times.

Ticks When you are in the countryside you are at risk of being bitten by a tick. Ticks can carry a variety of diseases so it is important that you know what to do if you are bitten, or how to avoid being bitten in the first place. For more information go to www.bada-uk.org.

Smoking All walks are non smoking.

Liability The organisers have endeavoured to ensure so far as is reasonably practicable the safety of all participants during the walks. However, the organisers cannot be held liable, for any injury to, loss of or damage to, personal or any other property, however caused except to the extent to which it results from the direct negligence of the organisers and where the organisers owed a duty of care. We advise you to take out insurance against accident and personal injury. It is the responsibility of those taking part in the walks to satisfy themselves that they are sufficiently fit and adequately attired for the walk. The walk leaders reserve the right to refuse any ill-equipped walkers.

www.cerddedconwywalks.org

01492575290