



## Croeso i Bont Wen, y man cychwyn ar gyfer taith gerdded hawdd ar lan Afon Irfon.

Mae nifer o feini mawr wedi'u gosod ar hyd y llwybr er mwyn i chi eistedd a gorffwys am ychydig a mwynhau golygfeydd a synau'r afon. Mae hefyd llwybr ychydig yn hirach ar gael sy'n gadael yr afon ac yn dychwelyd i'r maes parcio ar hyd ffordd y goedwig.

Ychydig i fyny'r ffordd o'r fan hon, os trowch i'r dde wrth fynd allan o'r maes parcio hwn, byddwch yn dod i ardal bïcnic ar lan yr afon ym Mhwll Bo (Bogey Pool). Mae digonedd o feini mawr i eistedd arnynt yma hefyd.

Peidiwch ag anghofio am y Pwll Golchi i lawr y ffordd, tuag at Lanwrtyd, ble roedd y ffermwyr yn arfer golchi eu defaid cyn eu cneifio. Mae'r rhaedrau uwchben y pwll yn gallu bod yn ddramatig, yn enwedig ar ôl llawer o law. Mae llwybr ceffylau cyhoeddus yn croesi'r afon, gan ddefnyddio hen ryd.

## Welcome to Pont Wen (White Bridge), the starting point for an easy riverside walk along the Afon Irfon.

There are several boulders placed along the walk that you can sit on to rest awhile and enjoy the sights and sounds of the river. There is also a slightly longer route that leaves the riverside and returns to the car park along the forest road.

Just up the road from here, if you turn right out of this car park, you will come to the grassy riverside picnic site at Pwll Bo. There are plenty of boulders to sit on here as well.

Don't miss the Wash Pool back down the road towards Llanwrtyd Wells, where farmers once washed their sheep before shearing them. The cascades above the pool can be dramatic after a lot of rain. A public bridleway crosses the river using an old ford.



**Taith Afon Irfon (mewn un llinell)**  
**Afon Irfon Walk (linear)**

**Hawdd | Easy**  
Pellter | Distance: ½m | 0.9km  
Amser | Time: 20 munud | minutes

**UCHAFBWYNTIAU:** Dilynwch y llwybr gyda glan Afon Irfon ac yn ôl drwy amrywiaeth o goetiroedd. Peidiwch â cholli'r coed sbriws Sitca gyda'u rhisgl plât crystiog.

**A yw'r daith hon yn iawn i chi?** Addas i deuluoedd, heb ddim grisiau. Angen lefel isel o ffitrwydd. Argymhellir esgidiau cerdded sydd â gafael da. Gall y llwybrau fod yn lithrig pan mae'n wlyb.

**HIGHLIGHTS:** Follow the riverside path along the Afon Irfon and back through a variety of woodlands. Don't miss the big Sitka spruce trees with their crusty plate bark.

**Is this walk right for you?** Suitable for families, no steps. Low level of fitness required. Walking shoes with a good grip recommended. Paths can be slippery when wet.

**Llwybr Cwm Irfon (cylch)**  
**Cwm Irfon Trail (circular)**

**Cymedrol | Moderate**  
Pellter | Distance: 1½m | 2.2km  
Amser | Time: 1 awr | hour

**UCHAFBWYNTIAU:** Dilynwch yr un llwybr gyda glan Afon Irfon â'r llwybr Afon Irfon ond trowch oddi wrth yr afon pan ddaw'r wyneb caled i ben ac ymuno â ffordd goedwig dawel. Mwynhewch olygfeydd o'r dyffryn a'r mathau gwahanol o goetir sy'n tyfu yma.

**A yw'r daith hon yn iawn i chi?** Addas i deuluoedd, heb ddim grisiau. Angen lefel isel o ffitrwydd. Argymhellir esgidiau cerdded sydd â gafael da. Gall y llwybrau fod yn lithrig pan mae'n wlyb.

**HIGHLIGHTS:** Follow the same riverside path as the Afon Irfon Walk but turn away from the river when the hard surface stops to join a quiet forest road. Enjoy views of the valley and the different types of woodland growing here.

**Is this walk right for you?** Suitable for families, no steps. Low level of fitness required. Walking shoes with a good grip recommended. Paths can be slippery when wet.

LAWRLWYTHWCH EIN **APIAU AM DDIM** ar gyfer Android ac iPhone

**DOWNLOAD OUR FREE APPS** for Android and iPhone

**PlacesToGo**

I ganfod lleoedd eraill ardderchog CNC y gellir ymweld â hwy yng Nghymru. To find other great NRW places to visit in Wales.

**PlaceTales**

I ganfod nodweddion hynod ddifyr yng nghoedwigoedd CNC a Gwarchodfeydd Natur Cenedlaethol. To discover fascinating features in NRW forests and National Nature Reserves.

## Croeso i Goedwig Irfon Un o Goedwigoedd Canolbarth Cymru

Croeso i goedwigoedd canolbarth Cymru sy'n gorwedd oddi mewn i driongl bras o Dregaron yn y gogledd, Llanfair-ym-Muallt yn y dwyrain, a Chaerfyrddin i'r gorllewin. Mae'r goedwigoedd eraill yng nghanolbarth Cymru yn cynnwys Tywi, Crychan, Cothi, Caio a Brechfa. Mae'r goedwigoedd yn amrywio'n fawr o ran cymeriad, o goedwigoedd Sitca Tywi sy'n cynhyrchu pren, at natur donnog coedwig Brechfa, hyd at y coetiroedd bach cymysg ar hyd Afon Cothi.

Mae goedwigoedd Canolbarth Cymru yn cynnig dewis o safleoedd picnic a theithiau cerdded byrion i'ch cynorthwyo i'w mwynhau. Mae Brechfa yn adnybyddus am ei llwybrau beiciau mynydd, a Crychan yn yr un modd oherwydd ei chyfieusterau marchogaeth ceffylau helaeth. Gweler y map i weld ble arall y gallwch fynd a beth allwch ei wneud.

Plannodd y Comisiwn Coedwigaeth y coetiroedd hyn yn wreiddiol i gynhyrchu pren. Heddiw, fodd bynnag, mae Cyfoeth Naturiol Cymru yn edrych ar eu holau er mwyn i bobl eu mwynhau ac i fywyd gwyllt fyw ynndynt, yn ogystal â pharhau i gynhyrchu coed.

## Welcome to Irfon Forest One of the Forests of Mid Wales

Welcome to the forests of Mid Wales which lie within a rough triangle from Tregaron in the north, Builth Wells in the east, and Carmarthen in the west. Other Mid Wales forests include Tywi, Crychan, Cothi, Caio and Brechfa. The forests vary hugely in character, from the timber producing Sitka forests of Tywi, the undulating nature of Brechfa forest, down to the small mixed woodlands along the Afon Cothi.

The forests of Mid Wales offer a range of picnic sites and short walks to help you enjoy them. Brechfa is known for its mountain bike trails, and Crychan likewise for its extensive horse-riding facilities. See the map to see where else you can go and what you can do.

The Forestry Commission originally planted these woodlands to produce timber. Today, however, Natural Resources Wales looks after them for people to enjoy and wildlife to live in, as well as still producing timber.

- parcio
- parcio hygyrch accessible parking
- llwybr hygyrch accessible trails
- llwybrau cerdded walking trails
- llwybr cyhoeddus public footpath
- llwybrau beicio mynydd mountain bike trails
- marchogaeth horse riding
- lle picnic picnic area
- bird watching
- golygfannu viewpoint
- Dŵr Cymru Welsh Water