Parc Cenedlaethol Arfordir Penfro

Yr Heol Aur

Teithiau Hanner Dydd a Mwy

GRADDFA: 0 — 1000 — 2000 m

PELLTER / HYD: 7.4 milltir (12.0 km) 4 awr un ffordd

CLUDIANT CYHOEDDUS: Cyfeiriwch at wefan Cyngor Sir Benfro: www.sir-benfro.gov.uk/llwybrau-bysiau-ac-amserlenni/llwybrau-bysiau-rhestr-yr-holl-fysiau

CYMERIAD: Llwybr llinol ar hyd copa'r grib, rhostir garw, da byw, corsiog mewn mannau

CHWILIWCH AM: Heol aur o gynhanes • tomenni claddu o'r Oes Efydd • Carn Menyn - safle cerrig glas Côr y Cewri • golygfeydd gwych • wrth grwydro oddi ar y llwybr - Foeldrygarn, bryngaer drawiadol o'r Oes Haearn

MWY O WYBODAETH: Cadwch at lwybrau sydd wedi eu cerdded yn dda er mwyn osgoi ardaloedd corsiog. **Nid yw'r llwybr wedi'i farcio ar y bryn agored.** Fe all y tywydd newid yn gyflym, felly paratowch yn ofalus: map a chwmpawd; dillad addas a dognau.

COD CEFN GWLAD!

- Mwynhewch y cefn gwlad a pharchu ei fywyd a'i waith
- Gochelwch rhag unrhyw risg o dân
- Gadewch glwydi ac eiddo fel rydych chi'n eu cael nhw
- Cadwch eich ci dan reolaeth dynn
- Cadwch at y llwybrau cyhoeddus wrth groesi tir amaethyddol
- Ewch â'ch sbwriel adref gyda chi

© Hawlfraint y Goron a hawliau cronfa ddata 2012 Arolwg Ordnans 100022534.

Y Heol Aur

Teithiau Hanner Dydd a Mwy

Hyd: 4 awr un ffordd

Pellter: 7.4 milltir (12.0 km)

Cludiant cyhoeddus: Cyfeiriwch at wefan Cyngor Sir Benfro: www.sir-benfro.gov.uk/llwybrau-bysiau-ac-amserlenni/llwybrau-bysiau-rhestr-yr-holl-fysiau

Cyfeirnod map: SN166331

Mae cerdded yr Heol Aur yn brofiad cyffrous. Mae'n eich tywys chi ar hyd crib y Preseli ar draws rhostir gwyllt gan ddilyn llwybr sy'n dyddio nôl i'r cyfnod Neolithig, 5,000 o flynyddoedd yn ôl, medde nhw.

Fe ysgrifennodd y darlledwr a'r awdur Wynford Vaughan-Thomas am y profiad: "Ym mhob man rydych chi'n teimlo presenoldeb yr adeiladwyr bedd megalithig, y rhyfelwyr Oes Haearn a bentyrrau'r cerrig ar gyfer y bryngaerau mawreddog a'r hen saint Celtaidd caredig ac anghofus."

Roedd y trac yn llwybr pwysig ar gyfer teithwyr o gynhanes i Iwerddon ac oddi yno. Efallai hefyd fod cerrig gleision Sir Benfro a ddefnyddiwyd gan adeiladwyr Côr y Cewri (Stonehenge) wedi teithio'r gilffordd hon hefyd.

Mae'r golygfeydd yn wefreiddiol, ac ym mhob man ar hyd y daith mae yna olion o gynhanes i'w gweld. Gan ddechrau yn y gorllewin, mae'r llwybr yn dechrau yn weddol agos at Foel Eryr, sydd â charnedd gladdu ar ei chopa. Mae'r carneddau carreg yn dyddio o'r Oes Efydd ac yn nodi claddedigaethau, fwy na thebyg rhywun a oedd unwaith yn berson pwysig iawn yn lleol.

Ar ôl ymylu ar Goedwig Pantmaenog mae'r llwybr yn dringo i Foel Feddau. Mae yna garnedd ar Foel Feddau hefyd, a thwr caregog Carn Bica.

Chwiliwch yn agos at Garn Bica am drefniant o gerrig a elwir yn Beddarthur, sef cylch o gerrig mewn siâp llygad. Dywedir mai yma y claddwyd y Brenin Arthur.

Mae ffurf ddanheddog Carn Menyn - fel holl dyrrau'r Preseli - yn ganlyniad i sawl mil o flynyddoedd o erydiad gan dywydd garw ar y graig dolerit neu'r cerrig gleision. Yn draddodiadol, y copa caregog oedd ffynhonnell y garreg a ddefnyddiwyd i adeiladu carreg fewnol Côr y Cewri (Stonehenge).

Mae hefyd yn werth ymdrechu i ddringo'r brigiad ar frig Foeldrygarn, ar gyfer yr olygfa ac i weld ei fryngaer Oes Haearn. O fewn y gaer, mae yna dri charn sy'n hŷn na'r gaer ac yn rhoi'r enw i'r bryn.

Mwy o wybodaeth: Cadwch at lwybrau sydd wedi eu cerdded yn dda er mwyn osgoi ardaloedd corsiog. **Nid yw'r llwybr wedi'i farcio ar y bryn agored.** Fe all y tywydd newid yn gyflym, felly paratowch yn ofalus: map a chwmpawd; dillad addas a dognau.

Gwlad y Chwedlau

www.arfordirpenfro.cymru/y-parc-cenedlaethol/diwylliant-a-threftadaeth/gwlad-y-chwedlau/