

# Llwybr Penhydd

Gradd..... coch/anodd  
Amser..... 1½ - 3 awr

Pellter..... 14.4km  
Dringo..... 353m

Dosbarth y Llwybr	Coch/ Anodd 
Yn addas i	Beicwyr mynydd medrus gyda sgiliau oddi ar y ffordd da. Addas i feicau mynydd oddi ar y ffordd o ansawdd da.
Mathau o lwybrau ac arwyneb	Yn fwy serth a chaled, trac sengl gan fwyaf gydag adrannau technegol. Disgwyliwrch lawer o arwynebedd amrywiol.
Nodweddion graddiant a thechnegol y llwybr	Fe fydd yna amrywiaeth eang o ddringfeydd a disgyniadau eithaf heriol. Disgwyliwrch ddod ar draws llwybrau bordiau, ysgafellau, creigiau mawr, camau cymedrol, disgyniadau, cambrau, a chroesi dŵr.
Lefel ffitrwydd awgrymiedig	Lefel uwch o ffitrwydd a stamina.

## Penhydd Trail

Grade..... red/difficult  
Time..... 1½ - 3 hours

Distance ... 14.4km  
Climb ..... 353m

Bike Trail Grade	Red/ Difficult 
Suitable for	Proficient mountain bikers with good off-road riding skills. Suitable for better quality off-road mountain bikes.
Trail & surface types	Steeper and tougher, mostly singletrack with technical sections. Expect very variable surface types.
Gradients & technical trail features (TTFs)	A wide range of climbs and descents of a challenging nature will be present. Expect boardwalks, berms, large rocks, medium steps, drop-offs, cambers and water crossings.
Suggested fitness level	Higher level of fitness and stamina.

## Llwybr Penhydd Trail



Mae'r llwybr hwn yn un o glasuron y De ac wedi'i lunio i fod yn gam tuag at lwybrau anoddach Afan, ond gyda statws gradd Canolradd Coch o hyd.

Mae'r Penhydd yn dringo i fyny o'r ganolfan ym welwyr gan gynnig cymysgedd trawiadol o'r hen a'r newydd. Mwynhewch y cyfuniad o ellydd ar ffyrdd coedwig a golygfeydd ysblennydd, a llwybrau untrac lawr allt a darnau mwy serth newydd hefyd.

Gall y llwybr hwn fod yn anodd i feicwyr llai profiadol a gall y twywydd fod yn arw ar y tir uwch.

This classic South Wales trail is designed to be a progression to the more demanding Afan trails but still with Red Intermediate grade status.

The Penhydd climbs out of the visitor centre to give a stunning trail, mixing the old with the new. Enjoy the combination of forest road climbs with some fantastic views, and flowing singletrack descents, plus some new steeper sections in the mix.

This trail can be demanding for less experienced riders and is exposed to bad weather on the higher ground.



# Penhydd

