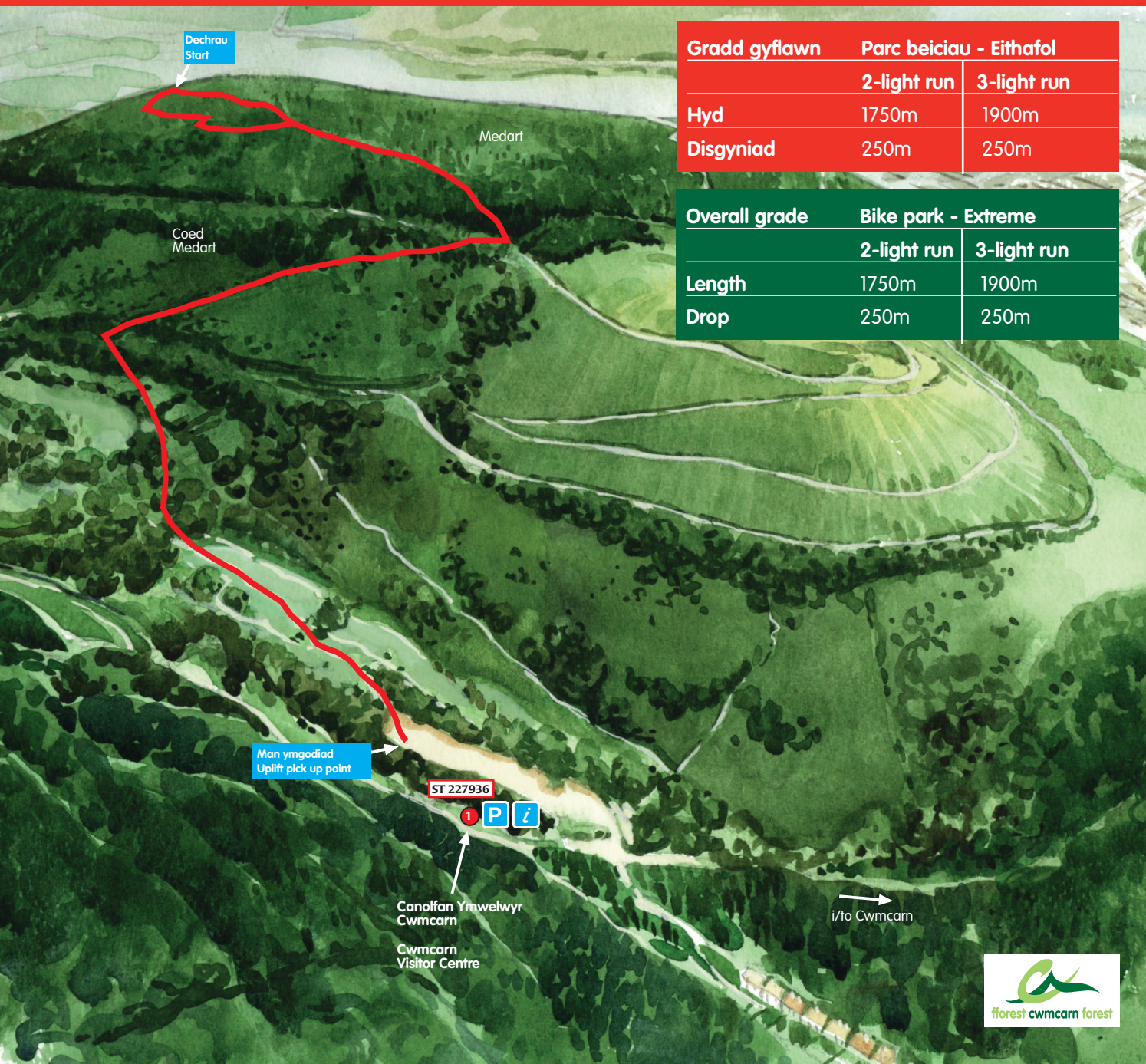


Beicio gwaered / Downhill biking



Gradd gyflawn

Parc beiciau - Eithafol

Hyd

2-light run

3-light run

1750m

1900m

Disgyniad

250m

250m

Overall grade

Bike park - Extreme

Length

2-light run

3-light run

1750m

1900m

Drop

250m

250m

Gwaered y Mynydd

Gradd gyflawn	Parc beiciau - Eithafol	
	Rhediad 2-golau	Rhediad 3-olau
Hyd	1750 medr	1900 metres
Disgyniad	250 medr	250 metres

Nid yw'r Mynydd Disgynol yn addas i'r gwangalon. Llawer o ysgafellau, ychydig o ôl droeon, paruau, thwnnel, grisiau craig, y bont, naid 'hip', yna mae'r bwlch chwarel os oes gynnwys chi blwch, ac adran isaf sydd yn hollol wallgof a nerth eich olwynion yn llwyr. Wedi ei ddylunio gan Phil Saxena o 'Full Contact Racing' ac wedi ei adeiladu gan feicwyr lleol yn cynnwys Rowan Sorrell, mae'r lleoliad disgynol yma yn un o'r goreuon yn y DU.

Mae'r cwrs wedi ei rhannu yn ddwy redfa ar y copa: y rhedfa 2-golau a'r rhedfa 3-olau, sydd yn cyfuno tua thrydedd y ffordd i lawr y bryn. Y rhedfa 2-olau yw'r hawsaf o'r ddwy felly dyma'r lle gorau i gychwyn os dyma'ch tro cyntaf. Dylai'r rhedfa 3-olau cael ei adael i'r beiciwr mwyaf profiadol gan ei fod yn eithaf llethrog mewn mannau. Mae'r cwrs i gyd yn rholiadwy, cyn belled eich bod yn ofalus. Mae yna rhai neidiau uchel iawn yng Nghwmcarn, ond fedrwyd os ydych eisiau, fynd o'u hamgylch yn rhwydd. Fodd bynnag, os ydych yn hoffi hedfan rydych fewn am dipyn o bleser. Gweler y panel ar Wybodaeth Diogelwch ar ddechrau'r cwrs am fanylion llawn ar raddio.

Dosbarth y Llwybr
Gradd parc beiciau
Yn addas i
Beicwyr sy'n uchelgeisiol ac wedi cyrraedd lefel elitaidd o allu technegol. Yn cynnwys popeth o feicio gwaeredol cyflawn i neidiau mawr drwy'r awyr.
Mathau o lwybrau a arwyneb
Llwybrau sydd wedi eu cynllunio i fod yn galed gyda /neu nodweddion naturiol. Pob adran yn heriol. Cynnwys lefelau eithafol o berygl ac o / neu risg. Gallu i neidio'n orfodol.
Nodweddion graddiant a thechnegol y Llwybr
Yn cynnwys amrywiaeth o nodweddion llwybr technegol a graddiannau isel, cymedrol a serth iawn, yn ogystal â llwybrau gwaeredol, adrannau beicio'n rhydd a neidiau gorfodol.
Lefel ffitrwydd awgrymiedig
Safon dda o ffitrwydd, ond sgiliau technegol yn bwysicach.

Y Mynydd downhill

Overall grade	Bike park - Extreme	
	2-light run	3-light run
Length	1750 metres	1900 metres
Drop	250 metres	250 metres

Y Mynydd Downhill isn't for the faint-hearted. Loads of berms, a few switch backs, doubles, a tunnel, rock steps, the bridge, hip jump, then there's the quarry gap if you've got the guts, and the bottom section which is just nuts, totally flat out. Designed by Phil Saxena of Full Contact Racing and built by local riders including Rowan Sorrell, means this is one of the best downhill venues in the UK.

The course is spilt into two runs at the top: the 2-light run and the 3-light run, which merge about a third of the way down the hill. The 2-light run is the easier of the two so that's the best place to start if its your first time. The 3-light run should be left to the more experienced rider as it's a bit steeper in places. The whole course is rollable, as long as you're careful. There are some really big jumps at Cwmcarn, but you can easily go round them if you want to. However, if you do like to fly then you're in for a real treat. Please see Safety Information panels at trail head for full details on grading.

Bike Trail Grade
Bike park grade - Extreme
Suitable for
Riders aspiring to athlete level of technical ability, incorporates everything from full on downhill riding to big-air jumps.
Trail & surface types
Severe constructed trails and/or natural features. All sections will be challenging. Includes extreme levels of exposure and or risk. Jumping ability obligatory.
Gradients & technical trail features (TTFs)
Will include a range of small medium and large TTF's, including downhill trails, free ride sections and mandatory jumps.
Suggested fitness level
A good standard of fitness, but technical skills more important.