

# Cerddwch yn Eich Ardal

## **BEDWAS RIVERSIDE STROLLERS** - Bedwas

Bob prynhawn Mawrth am 2.00pm - 3.00pm

**Man cyfarfod:** Maes Parcio Fishermans Rest, Bedwas.

Am ragor o wybodaeth cysylltwch â Brian Begg  
beggbj@caerffili.gov.uk neu 07788547350

## **CERDDWYR CAERFFILI**

Nos Iau, 6.30pm (4 - 6 milltir) o fis Mai i fis Awst

**Man cyfarfod:** Canolfan Croeso Caerffili

Bob bore Sul a bore Iau am 9.30am (8 - 12 milltir)

**Man cyfarfod:** ASDA Caerffili

Am fanylion llawn ewch i caerphillyramblers.btck.co.uk

## **GAC - GRŴP ANTUR CAERFFILI**

Teithiau cerdded amrywiol o wahanol hyd, mewn gwahanol ardaloedd. Darparwr teithiau a phenwythnosau cerdded Navigation Training. Am ragor o wybodaeth, cysylltwch ag Ali Evans 07799105393 neu edrych ar wefan y Cyngor evansa10@caerffili.gov.uk

## **GELLIGAER RAMBLERS**

Teithiau cerdded byr - bob yn ail fore Sadwrn, 10.00am

Teithiau cerdded hir - bob bore Sul am 9.45am

**Man cyfarfod:** Maes parcio Oakfield Street, Ystrad Mynach

Am fanylion ac amserlen llawn, ewch i  
www.ramblersgelligaergroup.co.uk

## **GRAIG Y RHACCA**

Teithiau cerdded bob bore Mawrth am 9.00am, i ddechrau am 9.15am

**Man cyfarfod:** Canolfan Gymunedol Graig-y-rhaca.

Am ragor o wybodaeth cysylltwch â Brian Begg  
beggbj@caerffili.gov.uk neu 07788547350

## **ISLWYN RAMBLERS** - Mis mai i fis Medi

1 x taith gerdded 4 milltir y mis

1 x taith gerdded 6 milltir y mis

1 x taith gerdded 8 - 12 milltir y mis

1 x taith gerdded gyda'r hwyr yr wythnos

**Man cyfarfod:** Blackvein Road, Crosskeys

Am ragor o fanylion, ewch i www.islwyn-ramblers.co.uk

## **PARC LANSBURY**

Teithiau cerdded bob prynhawn Mawrth am 1pm, i ddechrau am 1.05pm

**Man cyfarfod:** Swyddfa Gymunedol Parc Lansbury (ar y llain). Am ragor o wybodaeth cysylltwch â Brian Begg  
beggbj@caerffili.gov.uk neu 07788547350

## **CERDDED NORDIG**

Coed Duon (cwrdd yn agos at Bont y Siartwyr)

Pengam (cwrdd yn agos at y maes parcio wrth yr afon)

Gelligroes (cwrdd yn agos at dafarn The Halfway House)

Lleoliadau yn newid yn ôl trefn o wythnos i wythnos

gyda phob un yn cael ei gynnal ar fore Llun a bore

Mercher. Cysylltwch i ddarganfod pa un sy'n cael ei

gynnal ar hyn o bryd.

Bob bore Llun a bore Mercher am 11.00am

**Man cyfarfod:** Cwmgelli (yn agos at Bont y Siartwyr)

Bob bore Iau am 11.00am

**Man cyfarfod:** Pedwar Loc ar Ddeg, Tŷ-du

Bob bore Gwener 11.00am

**Man cyfarfod:** Maes Parcio Ffordd Goedwig Cwmcarn

Bob bore Sul am 11.00am

**Man cyfarfod:** Pontywaun i Risga (taith gerdded y gamlas)

Mae croeso i aelodau newydd a gofynnir iddyn nhw gyrraedd 20 munud yn gynharach er mwyn mynd drwy'r dechneg. Gwisgwch ddillad ac esgidiau sy'n addas i'r tywydd. Hyd fras y teithiau cerdded yw 1 awr 20 munud.

Am ragor o wybodaeth, cysylltwch ag Ed Woolley ar 01495 617178 neu 07906365280 neu e-bostio etwoolley@hotmail.co.uk neu www.nordic-walking.wales (y gost yw £4 y person, gan gynnwys llogi polyn) Cysylltwch ag. Ed cyn mynd i sicrhau bod y daith gerdded yn cael ei chynnal.

## **PENGAM STROLLERS** - Parc Coetir Bargod

Bob bore Iau am 11.00am - 12.00pm

**Man cyfarfod:** Mynediad i'r parc, ochr Pengam.

Am ragor o wybodaeth cysylltwch â Brian Begg  
beggbj@caerffili.gov.uk neu 07788547350

## **PENALLTA STROLLERS**

Bob bore Llun am 11.00am

**Man cyfarfod:** Maes Parcio'r Fforest, Heol Caerffili

Am ragor o wybodaeth cysylltwch â Brian Begg  
beggbj@caerffili.gov.uk neu 07788547350.

Hoffech chi ddechrau taith gerdded yn eich ardal neu ddod yn arweinydd taith gerdded gwirfoddol? Darganfyddwch sut trwy gysylltu â Brian ar 07788597350 neu beggbj@caerffili.gov.uk

