



Cyflym Coch

Gradd	coch/anodd
Pellter	11 km
Amser	1.5 - 3 awr
Dringo	200 m

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

Cyflym Coch

Grade	red/difficult
Distance	11 km
Time	1.5 - 3 hours
Climb	200 m

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, water crossings.
Suggested fitness level	Higher level of fitness and stamina.

Cyflym Coch



Yn dechrau ar hyd llwybr Yr Afon, mae Cyflym Coch yn codi i'r chwith at ddringfa dechnegol byr Pinderosa. Mae'r llwybr hwn yn cyfuno'r rhannau gorau o lwybrau cyflymaf Coed y Brenin. Mae'r dringfeydd yn weddol fyr a'r wobr yw mwynhad beicio o'r radd flaenaf.

Starting down Yr Afon trail, Cyflym Coch cuts up a short technical climb onto Pinderosa. It then pieces together the best of Coed y Brenin's fast flowing trail sections. Climbs are relatively short and the rewards are great riding entertainment.



Rhybudd: ceir nifer o rannau creigiog, gan gynnwys grisiau cerrig sy'n 20 sentimedr neu fwy o uchder.

Warning: you will encounter a number of rocky sections including rock steps with a drop of 20 centimetres or more.

Cyflym Coch



Canolfan Ymwelwyr
Visitor Centre



Mewn argyfwng, yr ysbyty agosaf yw:
In emergency, the nearest A&E is:

Ysbyty Dolgellau Hospital

Dolgellau
LL40 1NT

01341 422479



-  Llwybr Cyflym Coch
Cyflym Coch trail
-  trac sengl
singletrack
-  ffordd coedwig
forest road
-  ffordd cyhoeddus
public road
-  203
postyn lleoliad
waymarker
-  P
parcio
parking
-  i
gwybodaeth
information
-   
toiledau
toilets
-  
mynediad hawdd
easy access
-  
caffi
café
-  
siop feics
bike shop