

Llwybr Swiss Valley Swiss Valley Trail

Mode: Cycling and walking
Length: 12 miles / 19 km
Bike hire: Merlin Cycles
 (based at the Millennium
 Coastal Park Centre)
 Tel: 01554 756 603
 Mob: 07875 060815

Dull: Beicio a Cherdid
Hyd: 12 milltir / 19 km
Llogi Beiciau: Merlin Cycles
 (wedi ei leoli yng Nghanolfan
 Parc Arfordir y Mileniwm)
 Ffôn: 01554 756 603
 Symudol: 07875 060815



Mode: Cycling and walking
Length: 12 miles / 19 km
Bike hire: Merlin Cycles
 (based at the Millennium
 Coastal Park Centre)
 Tel: 01554 756 603
 Mob: 07875 060815

Dull: Beicio a Cherdid
Hyd: 12 milltir / 19 km
Llogi Beiciau: Merlin Cycles
 (wedi ei leoli yng Nghanolfan
 Parc Arfordir y Mileniwm)
 Ffôn: 01554 756 603
 Symudol: 07875 060815

Featured route
 Tâth dan sylw

National Cycle Network traffic-free
 Rhwydwaith Beicio Cenedlaethol di-draffig

National Cycle Network on-road
 Rhwydwaith Beicio Cenedlaethol ar y ffordd

Linking routes
 Llwybrau cysylltu

Footpath
 Llwybr troed

Railway (station)
 Rheilffordd (gorsaf)

Take care / Steep hill
 Cymwrch ofal / Allt serth

Public house / Café
 Tatarf / Catti

Bike shop / Shop
 Slop feiciau / Slop

Public toilet / Post office
 Toiled Cynoeddus / Swyddfa post

Parking / Picnic site
 Parcio / Safle picnic

Camp / Viewpoint
 Gwersyll / Golygfyn

Tourist information / attraction
 Gwybodaeth twristiaid / atyniad

Castle
 Castell

This map is based upon Ordnance Survey material with the permission of Ordnance Survey on behalf of the Controller of Her Majesty's Stationery Office © Crown copyright. Unauthorised reproduction infringes Crown copyright and may lead to prosecution or civil proceedings (100023377) (2009).
 Yn seiliedig ar fap Aelwng Ordnans gyda chaniatâd Rheolwr Llyfrau Ei Mawrhydi.
 Hawffranŷ y Goron 2009. Rhif Trwydded 100023377.

47

When you are on the National Cycle Network you will see these signs.

Pan fyddwch ar y Rhwydwaith Beicio Cenedlaethol fe welwch yr arwyddion hyn.



Cyfle Beicio Ychwanegol yn Sir Gaerfyrddin

Os mai llwybrau di-draffig yr ydych chi yn chwilio amdanynt yna mae ail dafien yn y gyfres hon yn cynnwys taith arfordirol 18 milltir ar hyd **Parc Arfordirol y Mileniwm**, o Bont Lluchwr i Gydweli. Mae'r cyfan ohoni wedi'i chanoli o amgylch Llanelli ac ystyrir y 30 milltir o lwybr di-draffig o ansawdd rhwng y ddaud leoliad yn un o'r enghreifftiau gorau o feicio diogel ac atyniadol ar yr holl Rwydwaith Beicio Cenedlaethol. Mae Llwybrau Cenedlaethol 4 a 47 ar y Rhwydwaith yn parhau ag adrannau di-draffig byr ond mae'r gweddill o'r 90+ milltir yn bennaf ar hyd ffyrdd tawel.

Gan aros ar darnac ceir hefyd gyfres o bum taith ddethol wedi eu seilio ar Landeilo a Llanymddyfri sy'n archwilio lonydd tawel ac atyniadau Dyffryn Tywi.

Am fwy o wybodaeth ewch i www.discovercarmarthenshire.com

Mae Caerfyrddin hefyd wedi dod yn lleoliad atyniadol iawn ar gyfer cyffro beiciau mynydd gyda thri llwybr trac sengl wedi'u hadeiladu o fewn Fforest Brechfa. Mae'r llwybrau uchel ei bri hyn wedi dod â miloedd o feicwyr mynydd brwd a'u teuluoedd i ardal Brechfa/Abergorlech i brofi'r nodweddion dylunio gyda'r mwyaf modern sy'n herio reidwyr arbenigol ar y llwybrau coch/du tra bod y llwybrau gwyrdd/glas yn annog dechreuwyr i lifo'n esmwyth rhwng y coed tra bod mentro ar yr 'ysgafellau' unigryw yn ddewis.

Gallwch weld mapiau o'r llwybrau ar www.mbwales.com



Mae **Llwybr Swiss Valley** yn brosiect partneriaeth rhwng Cyngor Sir Gaerfyrddin, y Loteri Genedlaethol, Llywodraeth Cynulliad Cymru, yr Undeb Ewropeaidd a Sustrans.

The **Swiss Valley Trail** is a partnership project between Carmarthenshire County Council, the National Lottery, the Welsh Assembly Government, the European Union and Sustrans.

Sustrans a'r Rhwydwaith Beicio Cenedlaethol

Sustrans yw elusen cludiant cynaliadwy flaenaf y DU, yn gweithio ar brosiectau ymarferol fel bod pobl yn dewis teithio mewn ffyrdd sydd o fudd i'w hiechyd a'r amgylchedd. Mae'r elusen yn gyfrifol am nifer o brosiectau arloesol, yn cynnwys y Rhwydwaith Beicio Cenedlaethol, dros ddeuddeg mil milltir o lwybrau cerdded a beicio di-draffig, ar lonydd tawel ac ar ffyrdd ledled y DU.

Sustrans and the National Cycle Network

Sustrans is the UK's leading sustainable transport charity, working on practical projects so people choose to travel in ways that benefit their health and the environment. The charity is behind many groundbreaking projects including the National Cycle Network - over 12,000 miles of quiet lanes, on-road and traffic-free walking and cycling routes around the UK.

Ymunwch â Sustrans. Ymunwch â'r Mudiad.

I gael rhagor o wybodaeth am lwybrau yn eich ardal chi, cysylltwch â'ch canolfan groeso leol, neu i gael rhagor o wybodaeth am Sustrans ewch i'r wefan neu ffoniwch:

Support Sustrans. Join the movement.

For more information on routes in your area please contact the local tourist information centres, or to find out more about Sustrans visit or call:

www.sustrans.org.uk
0845 113 00 65

Lluniau: Staff Sustrans a © Peter Knowles

Mae Sustrans yn Elusen Gofrestredig yn y DU Rhif 326550 (Cymru a Lloegr), SC039263 (Yr Alban)

Photos: Sustrans staff and © Peter Knowles

Sustrans is a Registered Charity in the UK No 326550 (England and Wales), SC039263 (Scotland)

YMUWCH Â'R MUDIAD
sustrans
JOIN THE MOVEMENT



Llwybr Swiss Valley Swiss Valley Trail

Llanelli i Cross Hands Llanelli to Cross Hands



YMUWCH Â'R MUDIAD
sustrans
JOIN THE MOVEMENT

MAP TAITH / ROUTE MAP

GORLLEWIN CYMRU / WEST WALES

Additional Cycling Opportunities in Carmarthenshire

If it's traffic-free paths you want then a second leaflet in this series covers an 18 mile coastal route along the **Millennium Coast Park** from Loughor Bridge through to Kidwelly. All centred around Llanelli the 30 miles of quality traffic-free path between the two routes is regarded as one of the finest examples of safe and attractive cycling across the whole National Cycle Network. National Routes 4 and 47 of the Network continue to have short traffic-free sections but the remaining 90-plus miles are mainly on quiet roads.

Staying with tarmac there is also a series of five selected rides based on Llandeilo and Llandovery that explore the quiet lanes and attractions of the Tywi Valley.

For more information www.discovercarmarthenshire.com

Carmarthenshire has also become hot property for mountain bike thrills with three singletrack trails built within the Brechfa Forest. These highly acclaimed trails have brought thousands of enthusiasts and families to the Brechfa/Abergorlech area to experience cutting edge design features that challenge expert riders on the red/black trails whilst the green/blue trail encourages beginners to smoothly flow between the trees whilst taking on the unique 'berms' is an option. View trail maps on www.mbwales.com



Attractions along the route

1 Leaving the Millennium Coastal Path past Sandy Water Park lake you cross Pont d'Agen. This cycle bridge is named after Llanelli's Twin Town in France and it links into Llanelli town centre.

2 On the right is Parc Howard which has a small museum and examples of the once famous Llanelli Pottery. The circle of stones on the ridge is the Gorsedd from an early Eisteddfod.

3 The route now passes through a cutting and the Swiss Valley reservoirs provide a scenic backdrop to the eastern side of the trail.

4 Horeb Brickworks – now a derelict structure to be seen but not investigated!

5 Horeb/Five Roads – two attractive pubs offer an attractive halfway stopover between Llanelli and Tumble.

6 Cynheidre – the site of the ex colliery is being used by railway restoration enthusiasts and interesting machinery is on display together with an attractive conservation pond and picnic area.

7 From this point onwards through to Tumble the path occupies a ridge along the southern edge of the Gwendraeth Valley with superb views across Carmarthen Bay to the Pembrokeshire coast.

8 Between Tumble and Cross Hands the trail runs along the edge of the Mynydd Mawr Woodland Park.

Atyniadau ar hyd y daith

1 Gan adael Llwybr Arfordirol y Mileniwm heibio i llyn Parc Dŵr y Sandy rydych yn croesi Pont d'Agen. Enwyd y bont feicio hon ar ôl Gefeilldref Llanelli yn Ffrainc ac mae'n cysylltu â Chanol Tref Llanelli.

2 Ar y dde mae Parc Howard sydd ag amgueddfa fechan ac enghreifftiau o waith Crochendy Llanelli, a oedd yn enwog iawn ar un adeg. Y cylch o gerrig ar y copa yw Cerrig yr Orsedd o Eisteddfod yn y gorffennol.

3 Mae'r daith nawr yn mynd ar draws toriad ac mae cronfeydd dŵr Swiss Valley ac yn rhoi cefnlen ysblennydd i ran ddwyreiniol y llwybr.

4 Mae Gwaith Brics Horeb erbyn hyn yn adfail ac i'w weld ond nid i'w archwilio!

5 Yn Horeb/Pum Heol ceir dwy dafarn sy'n cynnig lle deniadol i aros, hanner ffordd rhwng Llanelli a'r Tymbl.

6 Cynheidre - defnyddir safle'r hen bwl glo gan ddilynwyr brwd adfer rheilffyrdd ac mae peiriannau diddorol yn cael eu harddangos ynghyd â llyn cadwraeth ddeniadol ac ardal bicnic.

7 O'r pwynt hwn ymlaen i'r Tymbl mae'r llwybr yn rhedeg ar grib ar hyd ymyl deheuol Cwm Gwendraeth gyda golygfeydd bendigedig ar draws Bae Caerfyrddin i arfordir Penfro.

8 Rhwng y Tymbl a Cross Hands mae'r llwybr yn mynd ar hyd cyrion Parc Coetir Mynydd Mawr.

Travel to and from the route

There are a number of bus services in this area. For details please contact Carmarthenshire County Council's Passenger Transport Unit on 0845 634 0661 or alternatively you can contact Traveline on the following contact details:



For information on railway stations located at Llanelli www.arrivatrainwales.co.uk, www.nationalrail.co.uk

0845 606 1660
0845 60 50 600 (Textphone)

Teithio i'r llwybr ac yn ôl

Mae nifer o wasanaethau bysiau yn yr ardal hon. I gael y manylion, cysylltwch ag Uned Cludiant Teithwyr Cyngor Sir Gaerfyrddin drwy ffonio 0845 634 0661

neu fel arall cysylltwch â Traveline gan ddefnyddio'r manylion cysylltu canlynol:



I gael gwybodaeth ynghylch gorsafoedd rheilffordd yn Llanelli cysylltwch â'r canlynol:

www.arrivatrainwales.co.uk, www.nationalrail.co.uk
0845 606 1660
0845 60 50 600 (Ffôn testun)