Taith Bywyd Gwyllt – 6 milltir
Stad Ystangbwll, Sir Benfro

THE NATIONAL TRUST

Mae'r daith 6 milltir iachusol hon yn mynd â chi o gwmpas Gwarchodfa Natur Genedlaethol Stad Ystangbwll, wedi ei lleoli ym Mharc Cenedlaethol Sir Benfro. Gallwch ddarganfod cyfuniad anarferol o dwyni tywod, traethau a morlin ar ben clogwyni, gyda choetir a phyllau lili ychydig i'r mewndir.

Mynd yno:

Ar droed: via Llwybr Arfordir Sir Benfro
Bws: rhif 387 Coastal Cruiser o Benfro - gweler www.pembrokeshiregreenways.co.uk
Beic a char: 6milltir o Benfro (ar y B4319) i'r stad **Rheilffordd:** Penfro 6 milltir
Map a chyf. grid: OS Landranger 158: SR992958 (Stackpole Quay); SR977938 (Broadhaven South); SR968947 (Bosherton Lily Ponds)

Cyfleusterau: Toiledau a pharcio ym Mhyllau Lili Bosherston**, De Broadhaven a Chei Ystangbwll. Ystafell de a thafarnau yn Bosherston a phentref Ystangbwll. Mae Canolfan Ddysgu Awyr Agored Ystangbwll yn darparu ar gyfer grwpiau ysgolion. Gellir aros yng Nghanolfan Ystangbwll a bythynod gwyliau'r Ymddiriedolaeth Genedlaethol sydd gerllaw.**

Cysylltwch â ni: ffôn: 01646 661359; stackpole@nationaltrust.org.uk; cod post: SA71 5DQ

Pwyntiau diddorol:

- **Traethau bendigedig:** Broad Haven (ardderchog ar gyfer ymdrochi) a Barafundle (y traeth gorau ym Mhrydain yn 2005 oherwydd ei neilltuaeth a'i dywod euraidd).
- **Adar:** Gwelir (ac fe aroglir!) nythfeydd o adar môr yn magu yn cynnwys y llurs a'r wylog ar y clogwyni o gwmpas Trwyn Ystangbwll. Chwiliwch hefyd am y frân goesgoch; gallant fod yn acrobatig wrth hedeg ac yn hyfryd i'w gwylio. Gallwch weld y creyr glas ac adar dŵr yn gaeafu ar y llyn.
- **Anifeiliaid:** mae yna ddyfrgwn yn ardal y llyn ond fe fyddwch yn lwcus iawn i weld y mamaliaid celgar hyn. Ceir naw o rywogaethau o ystlumod yn Ystangbwll, yn cynnwys yr ystlum pedol mwyaf a'r lleiaf. Mae llawer ohonynt yn clwydo yn yr hen adeiladau ar y stad.
- **Pryfed:** gyda'r fath amrywiaeth o gynefinoedd dŵr croyw, mae yna dros ugain rhywogaeth o was y neidr yn Ystangbwll – mae pob rhywogaeth yn ffafrio dŵr o fath gwahanol.
- **Fflora:** fe welwch arddangosiadau ffantastig o lili'r dŵr ar Byllau Lili Bosherston. Mae'n werth ymweld â gweirgloddiau Cwningar Ystangbwll hefyd ym misoedd yr haf pan fydd y blodau gwyllt yn eu blodau.
- **Cwningar Ystangbwll**: Mae archaeoleg o'r Oes Efydd a'r Oes Haearn wedi ei ddarganfod ar y llwyfandir gwyntog hwn y tu cefn i'r traethau a'r clogwyni. Mae'r tywod wedi diogelu gweddillion olion aradr a phrint carnau gwartheg cynhanesyddol. Yn awr mae'r ardal yn cael ei phori unwaith eto gan ferlod, gwartheg a defaid i helpu i gynnal y gweirgloddiau yn y cyflwr gorau posib ar gyfer bywyd gwyllt.

Lleoedd yr Ymddiriedolaeth Genedlaethol gerllaw

Tŷ'r Masnachwr Tuduraidd yn Ninbych-y-Pysgod a Gardd Goediog Colby

Mae dyfrgwn yn byw yn yr afonydd dŵr croyw yn Ystangbwll gan fwydo ar lysywod a physgod eraill. Maent hefyd yn defnyddio'r môr felly fe ellir gweld ôl eu traed ar y traeth yn gynnar yn y bore

The Mammal Society

Mae Ystangbwll yn un o'r ychydig leoedd ym Mhrydain lle mae'r frân goesgoch yn byw. Gellir eu gwahaniaethu oddi wrth frain eraill gan eu pigau a'u coesau coch. Edrychwch arnynt yn disgyn ac yn deifio ar y stad

NellT/Nature Conservation

Mae'r fursen hon yn nodedig am ei chorff a'i hadennydd glas metelig llachar. Mae'n un o nifer o fursenod sydd yn Ystangbwll o gwmpas y llynoedd ac yn y Mere Pool Valley

Marilyn Smith

'Glannau llynnoedd, coetir, gwely cyrs, cors, twyni sy'n gyfoeth o flodau a nythfeydd o adar y môr – mae popeth yn Ystangbwll ac fe allwch weld llawer o'r cynefinoedd hyn a'r bywyd gwyllt ar dro fer'

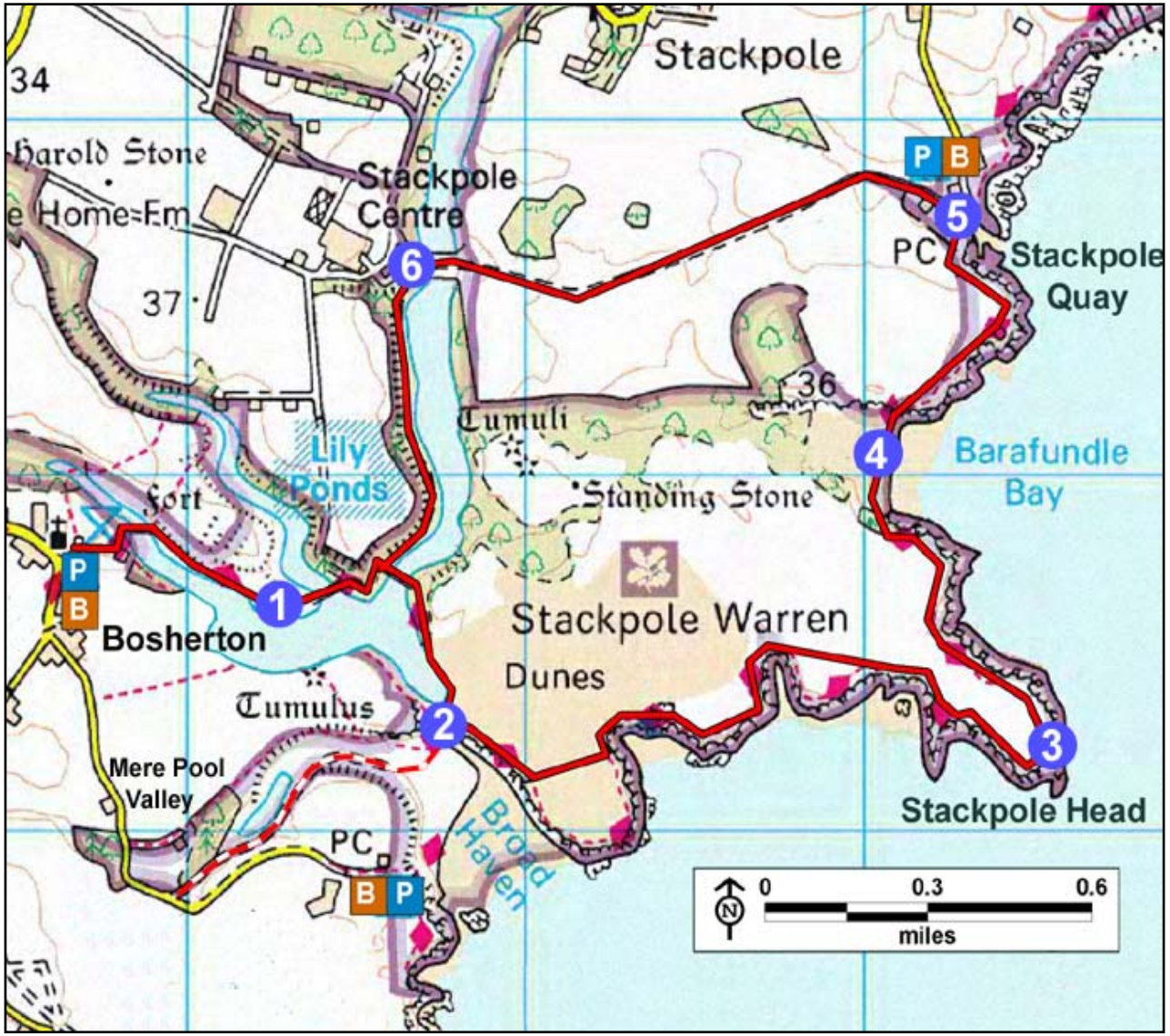
Pellter, tirwedd a hygyrchedd

Taith gylchol chwe milltir (10 km) gyda rhai llethrau serth ac ymylon clogwyni. Y daith yn anaddas i gadeiriau olwyn, ond mae yna lwybrau wrth y llyn a llwybrau coediog sy'n hygyrch o Ganolfan Ystangbwll (taflen ar gael gan y stad neu drwy'r post ar gais).

Mae'r ystafell de yng Nghei Ystangbwll yn gwbl hygyrch fel y mae'r toiledau yn Bosherston, Canolfan Ystangbwll a Chei Ystangbwll.

Y daith a chyfarwyddiadau

1. Cychwyn ym maes parcio Bosherston. Cerdded i lawr at ymyl y llyn, troi i'r chwith, dilyn llwybrau dros ddau sarn a phont garreg isel (y Bont Welltog).
2. Dilyn y llwybr tuag at draeth Broad Haven. Yma gallwch ychwanegu 1 filltir at eich taith a fforio'r diarffordd Mere Pool Valley, efallai'r man gorau ar y stad am bili pala, gwas y neidr a blodau gwyllt. Neu trowch i'r chwith i fyny at lwybr pen y clogwyni.
3. Daliwch i gerdded ar lwybr yr arfordir. Cadwch lygad am frain coesgoch, cyn cyrraedd nythfeydd yr heligog a'r llurs ar Drwyn Ystangbwll. Ar ddiwrnod clir gallwch weld Ynys Lundy ar y gorwel.
4. O drwyn Ystangbwll dilyn llwybr yr arfordir i lawr i Fae Barafundle. Mae twyni tywod a choetir yn gefndir i'r traeth hardd yma lle ceir amrywiaeth wahanol o fywyd gwyllt. Croesi'r traeth a dringo cyfres hir o risiau cerrig at y clogwyni olaf cyn Cei Ystangbwll.
5. Fforiwch yr harbwr bychan hwn o'r ddeunawfed ganrif ac efallai gymryd hoe yn Ystafell De'r Tŷ Cychod. Ewch i gefn y maes parcio a dychwelyd i'r mewndir ar draws y caeau.
6. Os byddwch chi braidd yn flinedig, ewch ar y bwsCoastal Cruiser oddi yma yn ôl i Bosherston, Broadhaven neu Benfro (Mai – Medi). Croesi Pont yr Wyth Bwa ger safle'r hen Lys Ystangbwll (fe ddymchwelwyd y plasty yn 1963 ond mae nifer o dai allan a bythynod yn aros). Mae'r lle'n gartref i lawer o ystlumod. Trowch i'r chwith gan ddilyn y llwybr wrth y llyn i lawr at y Bont Welltog, ac aildroedio'ch llwybr yn ôl i Bosherston.



Fel elusen sy'n annibynnol ar y llywodraeth, mae'r Ymddiriedolaeth Genedlaethol yn dibynnu ar haelioni ei chefnogwyr i barhau i ofalu am ein cefn gwlad a'n bywyd gwyllt fel y gall pawb fwynhau harddwch yr awyr agored am genedlaethau i ddod

Darganfyddwch fwy: www.nationaltrust.org.uk