

## Dydd Llun

### Llanelwy

10:30 Llain Fowlio  
1 awr + LL17 ORQ

### Yr Wyddgrug

10:30 Maes parcio Tesco  
60-90mun + CH7 1UB

### Dinbych

11yb Trefeirian  
1awr+ LL16 3LY

### Gwaenysgor

11yb Neuadd Bentref  
1awr LL18 6LG

### Prestatyn

1:45 Swyddfa Cyngor Tref  
40 mun LL19 9LR

### Fflint

2yb Canolfan Hamdden  
Jade Jones  
50 mun CH6 5ER

### Bagillt

7yb Upper Shippe Inn  
90 mun (Ebrill-Medi)  
CH6 6EQ

## Dydd Mawrth

### Corwen

9:30yb Canolfan Ni  
1 awr LL21 0DP

### Bwcle

10yb Maes Parcio y Presinct  
90 mun CH7 2EG  
Galwch 01352 781318 am  
deithiau bws

### Talacre

10:30yb Lighthouse Inn  
40 mun CH8 9RD  
Call 01352 810614

## Northop Hall

10:45 Boars Head  
1awr Pob 2il Dydd Mawrth  
o'r mis

## Dyserth

11yb Canolfan cymunedol  
2awr LL18 6LP

## Glannau Dyfrdwy

11:30yb Canolfan Hamdden  
30 mun CH5 1SA

## Treffynnon

1yb Canolfan Hamdden  
90-120 mun CH8 7UZ

## Rhuthun

1:30yb Canolfan Neylor  
Leyland  
1awr LL15 1AF

### Yr Wyddgrug

2yb Queen's Head  
90-120 mun CH7 1UQ

## Dydd Mercher

### Fflint

10:30yb Jade Jones  
Canolfan Hamdden  
90 mun CH6 5ER

## Llanelwy

10:30yb Llain Bowlio  
1awr LL17 ORG

## Yr Wyddgrug

1yb Canolfan Hamdden  
30 mun+ CH7 1HT

## Corwen

1yb Canolfan Ni  
2awr LL21 0OP  
**Caerwys**  
2yp Clwb Golff,  
1awr CH7 5AQ

## Helygain

7yb Blue Bell Inn  
60 a 90 mun CH8 8DL  
(Ebrill-Medi)

## Dydd Iau

### Bwcle

10yb Maes Parcio y Presinct  
60 neu 90mun (tâl bychan)  
CH7 2EG

## Denbigh

10yb Lenton Pool  
1hr+ LL16 3LG

## Treffynnon

10:15yb Canolfan Hamdden  
30 mun+ CH8 7UZ

## Yr Wyddgrug

10:30yb Canolfan  
Cymunedol Parkfield  
45 mun CH7 1XG

## Mostyn

10:30yb Canolfan  
Cymunedol  
1awr CH8 9PE

## Rhuddlan

11yb Canolfan Cymunedol  
2 awr LL18 5PU

## Helygain

2yb Blue Bell Inn  
90 mun, CH8 8DL

## Fflint

2yb Pafiliwn Jade Jones  
30 mun + CH6 5ER

## Carmel

7yb Halfway House  
(maes parcio cefn) 90mun  
Diwedd Mai i ganol Medi  
CH8 8QT

## Dydd Gwener

### Shotton

10:30yb Melrose Inn  
45-60 mun & 60-90 mun  
CH5 1LR

## Rhyl

12:30yb Pwll Brickfield  
2awr LL18 2YR

## Brynford

6:45yb Crooked Horn  
90 mun (Ebrill-Medi)  
CH8 8AX

## Dydd Sadwrn

### Helygain

10:30yb Bluebell Inn  
90 mun CH8 8DL

## Talacre

10:30yb The Lighthouse Inn  
90 mun (taith gyflym neu  
araf)  
CH8 9RD

## Dydd Sul

### Treffynnon

10yb Canolfan Cymunedol  
Holway  
190 mun, CH8 7DW  
(pwynt cyfarfod gwahanol  
pob Sul olaf)



yn cynnwys  
teithiau tu allan i'r  
dref

Taith Mind



# Teithiau Nordig

## Dydd Llun

Ardal Prestatyn  
9:45 galwch  
07951655215 am y  
man cyfarfod  
1 awr

## Dydd Mawrth

Treffynnon  
10yb Maes Parcio Tesco  
1 awr CH8 7AN

## Dydd Iau

Loggerheads  
10:30yb Parc Gwledig  
60-90 mun CH7 5LH

## Dydd Gwener

Ardal Rhyl  
10:30yb 1 awr  
Cysylltwch  
01745356197

## Dydd Sadwrn

Helygain  
1yp Blue Bell Inn  
1 awr CH8 8DL



Cronfa Amaethyddol Ewrop ar gyfer Datblygu  
Gwledig: Ewrop yn Buddsoddi  
mewn Ardaloedd Gwledig  
The European Agricultural Fund for  
Rural Development: Europe Investing in  
Rural Areas



Llywodraeth Cymru  
Welsh Government

Mae cerdded cyson wedi cael ei brofi i wella hunan  
hyder, stamina, rheolaeth pwysau ac i leihau straen a  
hyder. Ceisiwch gyrraedd 15 munud cyn amser  
dechrau y daith gerdded os gwelwch yn dda.  
Argymhellir esgidiau da a chot law. Arweinir y  
teithiau gan wirfoddolwyr wedi ei hyfforddi.

Mwy o deithiau cerdded rheolaidd ar gael o Llanasa,  
Carmel a Phrestatyn. Teithiau Pram hefyd ar gael.

Am fwy o wybodaeth galwch 01352 810614  
neu 01745 356197,  
cefnogwlad@sirddinbych.gov.uk

Am ddiweddariadau edrychwch ar y gwefannau  
[www.denbighshirecountryside.org.uk/dewch\\_i\\_gerdded/](http://www.denbighshirecountryside.org.uk/dewch_i_gerdded/)  
[www.walkaboutflintshire.com](http://www.walkaboutflintshire.com)  
[www.pmyoullneverwalkalone.com](http://www.pmyoullneverwalkalone.com)  
[www.letswalkcymru.org.uk](http://www.letswalkcymru.org.uk)



Gwneir pob ymdrech i sicrhau fod y daflen mor gywir a phosib, nid yw yr  
awdurdur, na'r cyhoeddwyd yn derbyn unrhyw gyfrifoldeb am ganlyniad  
camgymeriadau.

