Comisiwn Coedwigaeth Cymru
Forestry Commission Wales

Cyflym Coch

Coed y Brenin

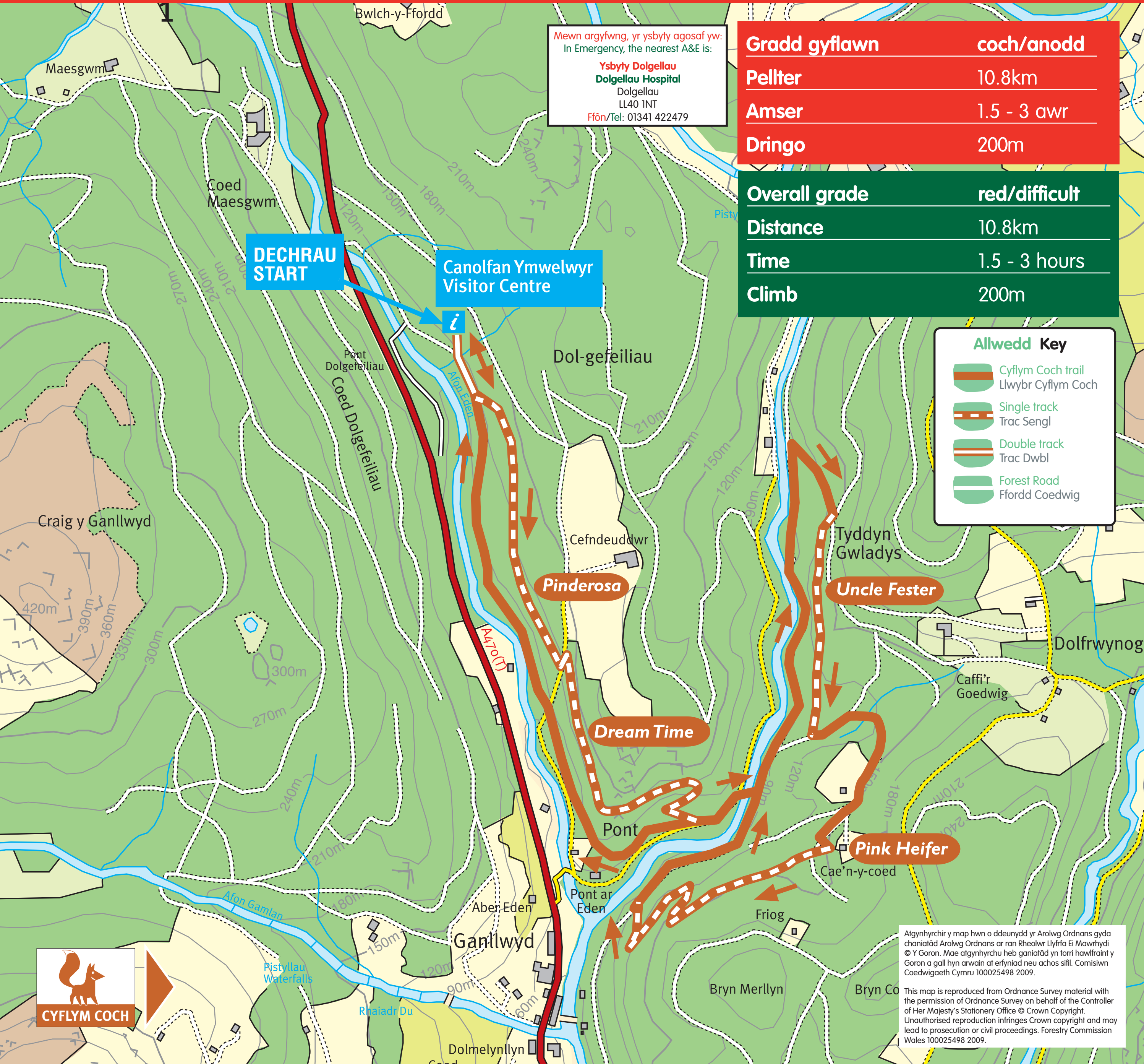
Beicio mynydd / Mountain biking

Gradd gyflawn	**coch/anodd**
Pellter	10.8km
Amser	1.5 - 3 awr
Dringo	200m

Overall grade	**red/difficult**
Distance	10.8km
Time	1.5 - 3 hours
Climb	200m

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

Ysbyty Dolgellau
Dolgellau Hospital
Dolgellau
LL40 1NT
Ffôn/Tel: 01341 422479



Atgynhyrchir y map hwn o ddeunydd yr Arolwg Ordnans gyda chaniatâd Arolwg Ordnans ar ran Rheolwr Llyfrfa Ei Mawrhydi © Y Goron. Mae atgynhyrchu heb ganiatâd yn torri hawlfraint y Goron a gall hyn arwain at erfyniad neu achos sifil. Comisiwn Coedwigaeth Cymru 100025498 2009.

This map is reproduced from 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. Forestry Commission Wales 100025498 2009.

Llwybr Cyflym Coch

Gradd gyflawn	**coch/anodd △**
Pellter	10.8km
Amser	1.5 - 3 awr
Dringo	200m

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. Cyflwyniad gwych i lwybrau technegol Coed y Brenin.

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 Trail

Overall grade	**red/difficult △**
Distance	10.8km
Time	1.5 - 3 hours
Climb	200m

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

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.