

# Y MYNYDD MOJO

## DOWNHILL MOUNTAIN BIKE TRAIL/LLWYBR BEICIO MYNYDD GWAEREDOL

Both trails are **EXTREME AND TECHNICALLY DEMANDING**. They consist of steep descents, varying jumps and are **NOT SUITABLE FOR NOVICE RIDERS**:

The trail grading is:

- ◆◆ Double Black Diamond. Trail marked with black dots 1900m long and drops 250m. For riders with an elite level of technical ability including jumping
- ◆ Single Black Diamond. Trail marked with red dots 1750m long and drops 250m. For expert mountain bike users, use to physically demanding routes

All people using this trail should

- Take a slow ride first to assess the trail
- Ensure your skill level matches the trail
- Ensure your bike is suitable for this type of extreme trail and is well maintained
- Do not walk on the trail
- Use appropriate protective clothing & equipment including a helmet
- Never ride alone
- Respect weather conditions
- Adhere to all signage
- Do not veer off the marked course
- Beware of other users and livestock
- If you need to stop, move off the trail

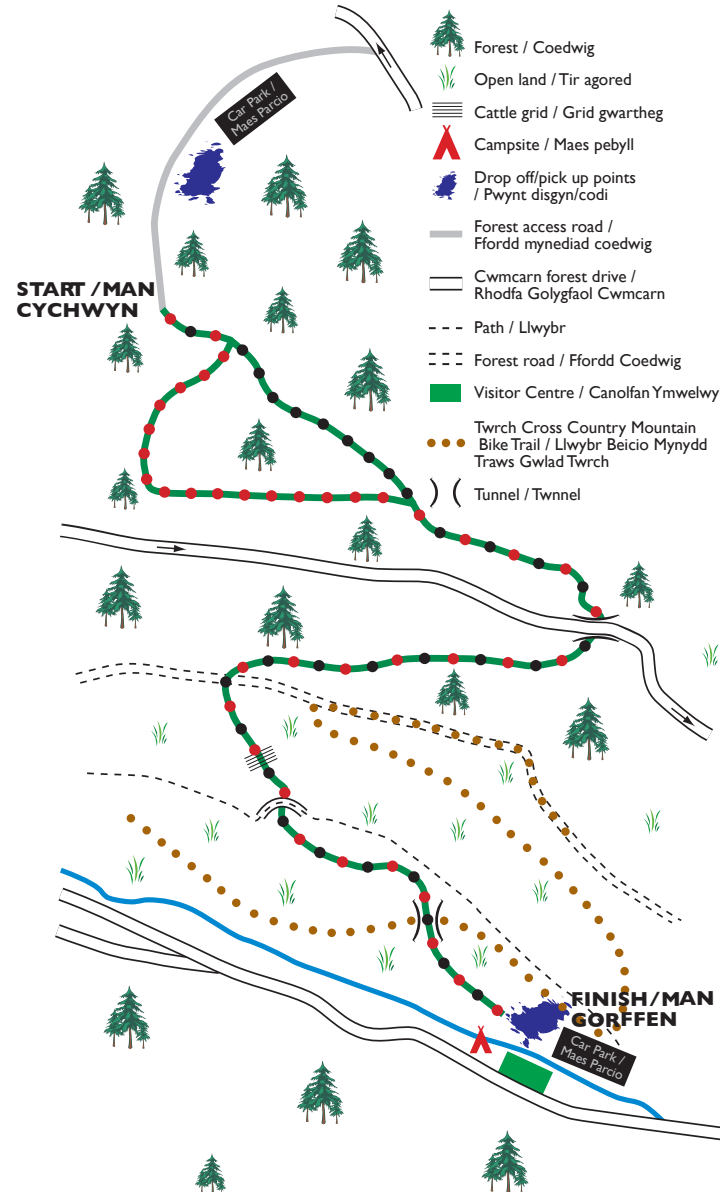
In an emergency dial 999

You are at **Cwmcarn Scenic Drive Crosskeys NPI I 7FA**

**Nearest telephone** is at the Visitor centre or when shut telephone box on the corner of Abercarn Fach and Edwards Street Cwmcarn.

**Nearest Hospital** with casualty department Royal Gwent Hospital Cardiff Road Newport

Please report all defects on the trail and accidents to the Cwmcarn visitor centre. Telephone: 01495 272001



Mae'r ddau lwybr yn **EITHAFOL A DECHNEGOL ANODD**. Maent yn cynnwys disgyniadau serth, neidiau amrywiol a **DDIM YN ADDAS I FEICWYR NOFIS**:

Graddiant y llwybr yw:

- ◆◆ Llwybr Diemwnt Ddu Dwbl. Wedi ei farcio â smotiau du 1900m o hyd gyda chwympiadau 250m. I feicwyr â lefel elitaidd o allu technegol gan gynnwys neidio.
- ◆ Llwybr Diemwnt Ddu Sengl. Wedi ei farcio â smotiau coch 1750m o hyd gyda chwympiadau 250m. I feicwyr mynydd arbenigol, sydd yn arfer a llwybrau corfforol caled.

Dylai pobl sy'n defnyddio'r llwybrau:

- Fynd am dro araf yng nghyntaf er mwyn asesu'r llwybr
- Sicrhau fod eich lefel sgiliau yn cyd-fynd gyda'r llwybr
- Sicrhau fod eich beic yn addas am y math yma o lwybr eithafol ac mewn cyflwr da
- Peidiwch a cherdded ar y llwybr
- Defnyddiwch offer a dillad gwarcheidiol addas gan gynnwys helmed
- Peidiwch a beicio ar ben eich hun
- Parchwch gyflwr y tywydd
- Dilynwch yr arwyddion
- Peidiwch a mynd oddi ar y cwrs sydd wedi ei farcio
- Gwylwch allan am ddefnyddwyr eraill ac anifeiliaid
- Os oes yn rhaid i chi stopio ewch oddi ar y llwybr

**Mewn argyfwng ffoniwch 999**

Rydych yn **Rhodfa Golygfaol Cwmcarn Crosskeys NPI I 7FA**

Fe leolir y **teliffon agosaf** yn y canolfan ymwelwyr neu pan mae ynghau bocs teliffon ar gornel Abercarn Fach a Stryd Edwards Cwmcarn.

Yr **Ysbyty agosaf** gydag adran damweiniau yw Ysbyty Frenhinol Gwent, Ffordd Caerdydd, Casnewydd

Os ddigwydd unrhyw ddamweiniau neu os fydd unrhyw ddiffygion ar y llwybr rhowch wybod i ganolfan ymwelwyr Cwmcarn os gwelwch yn dda. Rhif ffôn: 01495 272001

Fe arolygir y Llwybr Beicio Mynydd Gwaeredol gan Comisiwn Coedwigaeth Cymru. Rhif ffôn: 01639 710221

Comisiwn Coedwigaeth Cymru  
Forestry Commission Wales

