Both Old Warren Hill and Coed Penglanowen are mature woodlands, and are 'semi-natural', meaning that they have never been planted. However, both woodlands used to be part of the huge estate belonging to Nanteos Mansion, and there is some evidence of their past management in the presence of non-native species. Look out for the purple flowers of Rhododendron, especially in Coed Penglanowen, non-native tree species such as Sweet Chestnut, and other introduced plants like the Currant bushes that cover the ground in parts of Old Warren Hill.

Mae Hen Fryn Cwninger a Choed Penglanowen yn goetiroedd aeddfed ac yn 'lled-naturiol', sy'n golygu nad ydynt erioed wedi cael eu plannu. Fodd bynnag, arferai'r ddwy goetir fod yn rhan o stad anferth yn perthyn i Blasty Nanteos, a cheir peth tystiolaeth o'r rheolaeth arnynt yn y gorffennol ar ffurf y rhywogaethau anfrodorol sy'n bresennol. Cadwch lygad am flodau piws y Rhododendron, yn arbennig yng Nghoed Penglanowen, a choed anfrodorol fel Castanwydd Melys a phlanhigion eraill a gyflwynwyd, fel y llwyni Cyrains sy'n gorchuddio'r llawr mewn rhannau o Hen Fryn Cwninger.

Badger Mochyn Daear

Old Warren Hill is the steeper of the two sites, and it ascends to a large Iron Age hillfort, from where you will be able to admire the view across the valley. Badgers are common on the reserve; look out for the sett entrances which they dig into the sloping ramparts of the hillfort.

Hen Fryn Cwninger yw'r serthaf o'r ddau safle ac mae'n arwain i fyny at fryngaer fawr yn dyddio o Oes yr Haearn. Oddi yno gallwch edmygu'r olygfa i lawr ar draws y dyffryn. Gwelir llawer o foch daear yn y warchodfa – cadwch lygad am fynedfeydd eu daear, sydd wedi'u cloddio i ymylon serth y fryngaer.

Coed Penglanowen is a damper site, as it runs east-west along the course of the Nant Paith in the valley bottom. The wetter soils mean that there is a slightly different range of tree species on this reserve. Which tree leaves can you find? In this reserve Ash is quite common, whereas in Old Warren Hill, Oak and Hazel are more abundant, but Ash does well in damper soils. At the east end of Penglanowen, look out for the smooth grey bark of the huge Beech trees.

Mae Coed Penglanowen yn safle gwlypach, am ei fod yn rhedeg o'r dwyrain i'r gorllewin ar hyd llwybr Nant Paith ar waelod y dyffryn. Mae'r pridd gwlypach yn golygu bod y coed a geir yma ychydig yn wahanol. Pa ddail allwch chi eu canfod? Yn y warchodfa hon, mae coed Ynn yn eithaf cyffredin, ond ar Hen Fryn Cwninger, mae Cyll a Derw'n fwy helaeth, ond mae'r Ynn yn ffynnu'n dda mewn pridd gwlypach. Ym mhen dwyreiniol Penglanowen, cadwch lygad am risgl llwyd llyfn y coed Ffawydd anferth.

Woodcock Cyffylog

A wide variety of birds nest on the reserves, making use of the many nest sites available in the large mature trees and dense shrubby areas. Nest boxes provide homes for even more. Fifty four bird species have been recorded since the land became nature reserves in the 1970s. How many can you spot? Common breeding species include Pied Flycatcher, Willow Warbler, Great Spotted Woodpecker, Treecreeper and Nuthatch. In the autumn, when the leaves fall from the trees, look up through the branches to spot soaring Buzzard, Red Kite and large numbers of Ravens in the sky above. Woodcock use the site in winter.

Mae amrywiaeth eang o adar yn nythu yn y gwarchodfeydd, gan ddefnyddio'r safleoedd nythu niferus sydd ar gael yn y coed aeddfed mawr a'r ardaloedd o lwyni trwchus. Mae'r blychau nythu'n cynnig cartref i fwy fyth o adar. Cofnodwyd pump deg a phedwar o rywogaethau o adar ar y safle ers datblygu'r tir yn warchodfa natur yn y 1970au. Faint o adar allwch chi eu gweld? Ymhlith y rhywogaethau bridio cyffredin mae'r Gwybedog Brith, Telor yr Hesg, y Gnocell Fraith Fwyaf, y Dringwr Bach a Thelor y Cnau. Yn yr hydref, pan mae'r dail yn disgyn oddi ar y coed, edrychwch i fyny drwy'r canghennau i weld y Bwncath, y Barcud Coch a llawer o gigfrain yn gwibio drwy'r awyr uwch ben. Mae'r Cyffylog yn defnyddio'r safle yma yn ystod y gaeaf hefyd.

Pied Flycatcher Gwybedog Brith

One particular feature to look out for in Coed Penglanowen is the enormous Wellingtonia tree *(Sequoiadendron giganteum)*. The largest tree in Ceredigion, it is so tall that you can only really get an idea of its height in the winter when you can see up through the rest of the trees. Wellingtonia is evergreen, which means it keeps its leaves all year. It is not native - it comes originally from America, so this tree must have been planted by the owners of the mansion many years ago.

Un nodwedd arbennig i chwilio amdani yng Nghoed Penglanowen yw'r goeden Wellingtonia *(Sequoiadendron giganteum)* anferth. Dyma'r goeden fwyaf yng Ngheredigion ac mae mor dal fel mai dim ond yn ystod y gaeaf y gallwch wir werthfawrogi ei maint, pan fo modd gweld i fyny drwy weddill y coed. Mae'r Wellingtonia yn goeden fytholwyrdd, sy'n golygu ei bod yn cadw ei dail drwy gydol y flwyddyn. Nid yw'n frodorol - mae'n hanu'n wreiddiol o America, felly mae'n rhaid bod y goeden hon wedi cael ei phlannu gan berchnogion y plasty flynyddoedd maith yn ôl.

Reserve Description - These neighbouring reserves are on opposite sides of a small country lane near Aberystwyth. Old Warren Hill is to the north, and is the slightly larger reserve at 8 hectares. Coed Penglanowen is a little over 5 hectares and lies in the valley bottom, south of the lane, along the Nant Paith. Both are mature semi-natural woodland.

Directions to the reserves - Head south out of Aberystwyth on the A487 coast road. Immediately turn left onto the A4120 to Devil's Bridge and then immediately right onto the B4340 to Trawscoed. Continue for 1 km and then fork left onto the lane to Nanteos mansion. The reserves are at SN613787, just before the mansion gate house.

To get to the reserve - There is roadside parking at the above grid reference in a small layby for 3-4 cars. The reserve gates are on each side of the road at this point.

Buses - The Aberystwyth circular town service stops in Penparcau, from where the reserve is just over a 2 km walk.

Access notes - There is a loop path route on each reserve. Please stick to the marked footpaths. There are steps and some boardwalk. Old Warren Hill is very steep in places, whereas Coed Penglanowen is flatter and much easier walking.

If walking alone, please tell someone where you are and what time to expect you back. Wear appropriate clothing and footwear, planning ahead for changes in the weather. An Ordnance Survey map is always useful for additional information. Please follow the countryside code.

Mae'r ddwy warchodfa yma sydd gyferbyn â'i gilydd ar ddwy ochr i lôn wledig fechan ger Aberystwyth. Mae Hen Fryn Cwninger i'r gogledd ac ychydig yn fwy fel gwarchodfa, yn 8 hectar. Mae Coed Penglanowen ychydig dros 5 hectar ac yn gorwedd yng ngwaelod y dyffryn, i'r de o'r lôn, ar hyd Nant Paith. Mae'r ddwy warchodfa'n goetir lled-naturiol.

Sut i gyrraedd y gwarchodfeydd - Anelwch am y de allan o Aberystwyth ar ffordd yr A487 ar hyd yr arfordir. Trowch i'r chwith ar yr A4120 am Bont y Mynach ac yna'n syth i'r dde ar y B4340 am Drawscoed. Ewch yn eich blaen am 1 km ac yna fforchiwch i'r chwith ar y lôn sy'n arwain at blasty Nanteos. Mae'r gwarchodfeydd yn SN613787, ychydig cyn porthdy'r plasty.

Cyrraedd y warchodfa - Ceir maes parcio ar ochr y ffordd yn y cyfeirnod grid uchod, mewn cilfan bychan ar gyfer 3-4 car. Mae giatiau'r gwarchodfeydd ar y naill ochr i'r ffordd yn y fan yma.

Bysus - Mae gwasanaeth cylch tref Aberystwyth yn stopio ym Mhenparcau, ac oddi yno dim ond ychydig dros 2km ar droed yw'r gwarchodfeydd.

Nodiadau mynediad - Ceir llwybr ar ffurf dolen yn y ddwy warchodfa. Cadwch at y llwybrau troed sydd wedi'u marcio os gwelwch yn dda. Ceir rhai stepiau a rhai llwybrau pren dan draed. Mae Hen Fryn Cwninger yn serth iawn mewn mannau, ond mae Coed Penglanowen yn llawer mwy gwastad a haws i'w cherdded.

Os yn cerdded ar eich pen eich hun, cofiwch ddweud wrth rywun ble ydych chi a faint o'r gloch i'ch disgwyl yn ôl. Gwisgwch ddillad ac esgidiau addas, gan gynllunio ymlaen llaw ar gyfer unrhyw newid yn y tywydd. Mae map Arolwg Ordnans o ddefnydd bob amser am wybodaeth ychwanegol. Cadwch at y cod cefn gwlad os gwelwch yn dda.

The Wildlife Trust of South and West Wales works to conserve all forms of wildlife. We manage nearly 100 nature reserves comprising woodlands, meadows, moors, marshes, and islands such as Skomer. We campaign on your behalf against damaging development, provide advice on your land management needs and help people of all ages to understand and enjoy our wildlife.

You can help....Volunteers are essential to the Trust. Whatever your interest and ability your spare time is valuable to us.

Members are vital in supporting our work. Your contribution makes the Trust even more effective and every member strengthens the voice of the Trust. Join today if you want to help save local wildlife.

For more details of volunteering or joining as a member, call your nearest office;

Tondu, Bridgend 01656 724100

Cilgerran, Cardigan 01239 621600

Or email: info@welshwildlife.org

Mae Ymddiriedolaeth Natur De a Gorllewin Cymru yn gweithio i warchod pob math o fywyd gwyllt. Rydym yn rheoli bron i 100 o warchodfeydd natur sy'n cynnwys coetiroedd, dolydd, rhosydd, corsydd ac ynysoedd fel Sgomer. Rydym yn ymgyrchu ar eich rhan yn erbyn datblygiadau niweidiol, yn darparu cyngor ynghylch eich anghenion rheoli tir ac yn helpu pobl o bob oed i ddeall a mwynhau ein bywyd gwyllt.

Gallwch chi helpu....mae gwirfoddolwyr yn hanfodol i'r Ymddiriedolaeth. Waeth beth yw eich diddordeb a'ch gallu, mae eich amser sbâr yn werthfawr i ni.

Mae aelodau'n hanfodol i gefnogi ein gwaith. Mae eich cyfraniad chi yn gwneud yr Ymddiriedolaeth yn fwy effeithiol fyth ac mae pob aelod yn cryfhau llais yr Ymddiriedolaeth. Ymunwch â ni heddiw os am helpu i achub bywyd gwyllt lleol.

Am fanylion pellach am wirfoddoli neu am ymuno fel aelod, ffoniwch eich swyddfa agosaf

Tondu, Pen-y-bont ar Ogwr 01656 724100

Cilgerran, Aberteifi 01239 621600

Neu e-bost: info@welshwildlife.org

This leaflet was produced with support from:
Cynhyrchwyd y daflen hon gyda chefnogaeth gan:

Cyfoeth Naturiol Cymru Natural Resources Wales

Gyda chymorth Cronfa Dreftadaeth y Loteri
Supported by the Heritage Lottery Fund

Reprint funded by the Megan Jones Legacy

Produced by Fitzpatrick Woolmer Design - 01634 711 771

The Wildlife Trust of South and West Wales
Ymddiriedolaeth Natur De a Gorllewin Cymru

Old Warren Hill and Coed Penglanowen, CEREDIGION

Hen Fryn Cwninger a Choed Penglanowen, CEREDIGION

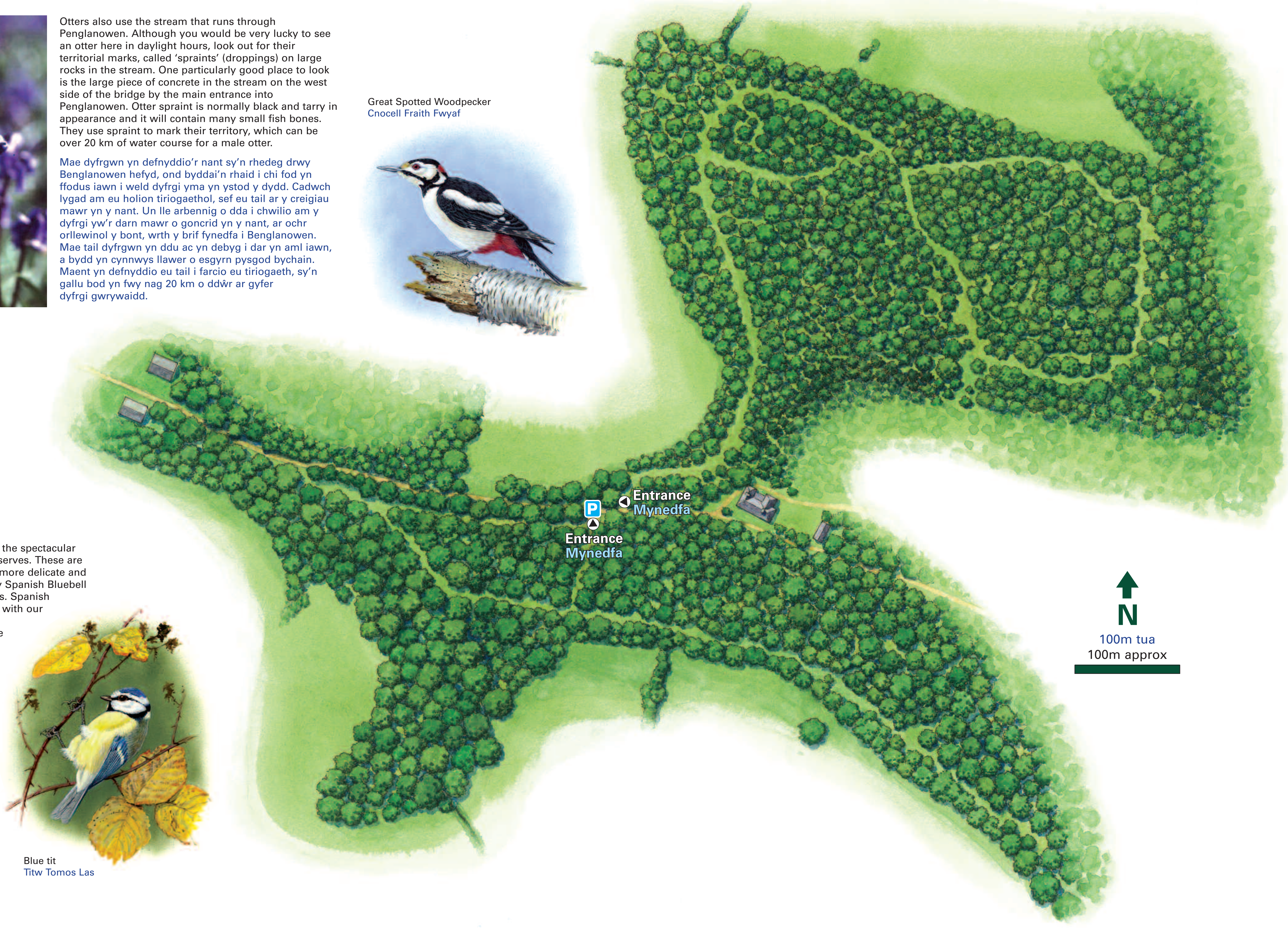
Gwarchod **Natur** ar gyfer y Dyfodol
Protecting **Wildlife** for the Future

Bluebell
Clychau'r Gog

Otters also use the stream that runs through Penglanowen. Although you would be very lucky to see an otter here in daylight hours, look out for their territorial marks, called 'spraints' (droppings) on large rocks in the stream. One particularly good place to look is the large piece of concrete in the stream on the west side of the bridge by the main entrance into Penglanowen. Otter spraint is normally black and tarry in appearance and it will contain many small fish bones. They use spraint to mark their territory, which can be over 20 km of water course for a male otter.

Mae dyfrgwn yn defnyddio'r nant sy'n rhedeg drwy Benglanowen hefyd, ond byddai'n rhaid i chi fod yn ffodus iawn i weld dyfrgi yma yn ystod y dydd. Cadwch lygad am eu holion tiriogaethol, sef eu tail ar y creigiau mawr yn y nant. Un lle arbennig o dda i chwilio am y dyfrgi yw'r darn mawr o goncrid yn y nant, ar ochr orllewinol y bont, wrth y brif fynedfa i Benglanowen. Mae tail dyfrgwn yn ddu ac yn debyg i dar yn aml iawn, a bydd yn cynnwys llawer o esgyrn pysgod bychain. Maent yn defnyddio eu tail i farcio eu tiriogaeth, sy'n gallu bod yn fwy nag 20 km o ddŵr ar gyfer dyfrgi gwrywaidd.

Great Spotted Woodpecker
Cnocell Fraith Fwyaf



Visit the reserve in May to see the spectacular carpets of Bluebells in both reserves. These are native Bluebells, and they are more delicate and drooping than the more sturdy Spanish Bluebell which you often see in gardens. Spanish Bluebells are able to hybridise with our native species and therefore represent a threat to our native bluebell woodlands.

Ewch i'r warchodfa ym mis Mai i weld y carped trawiadol o Glychau'r Gog yn y ddwy warchodfa. Mae'r rhywogaeth brodorol hwn yn gwyro mwy ac yn llai na Chlychau'r Gog Sbaen, sy'n flodau cryfach ac i'w gweld yn aml mewn gerddi. Mae Clychau'r Gog Sbaen yn gallu ffurfio hybrid gyda'r rhywogaeth brodorol ac felly maent yn fygythiad i'n coetiroedd brodorol o glychau'r gog.

Blue tit
Titw Tomos Las

Gwarchod **Natur** ar gyfer y Dyfodol
Protecting **Wildlife** for the Future