

## Sialens y Tri Copa



Paul Thomas, Meilir, Lowri a Rhodri Fretwell

Dyma 4 o'r 5 fu'n ymarfer yn galed ar gyfer eu taith i fyny tri copa uchaf yn Yr Alban, Lloegr a Chymru sef Ben Nevis, Scafell Pike a'r Wyddfa o fewn 24 awr ar Fehefin 13. Ar goll o'r llun mae Neil Thomas brawd Paul sydd yn gweithio fel trydanwr i'r RAF yn Lyneham, Swindon a hefyd yn beldroediwr i dîm Hwlfordd.

Apêl Leukaemia - achos Gŵyl Fai eleni - ysgogodd y criw i benderfynu ymgymryd â'r sialens enfawr hon. Mae pawb yn adnabod John Wyn Thomas (ewyrth i Paul a Neil) o Dalysarn ac wedi ei weld yn gyson ar ei feic ac yn rhedeg o amgylch y ardal. Yn 2007 trawyd ef yn wael hefo'r clefyd blin "a plastic anaemia" (sydd yn rhan o deulu salwch leukaemia) ac yn dilyn dau driniaeth aflwyddianus bu'r trawsblaniad mer yr esgyrn a dderbyniodd gan ei chwaer Anwen yn yr ysbyty ym Mryste yn llwyddiant. Mae ffordd bell i fynd eto a dymunwn y gorau iddo.

Flwyddyn yn ôl darganfu Mrs Tabi Hughes ei bod yn dioddef o'r clefyd leukaemia ond mae erbyn heddiw yn ymateb yn dda i driniaeth ac wedi ymuno a rhaglen Ymchwil Haematoleg yn Ysbyty Gwynedd. Mae pawb yn gwybod am garedigrwydd a haelioni Anti Tabi i blant yr ardal pan oedd yn cadw siop ym Mhenygroes a chan fod y criw ymysg y 'plant' rheini, maent yn awyddus iawn i ddangos cefnogaeth i Anti Tabi a'r gwaith ymchwil holl bwysig y mae'n rhan ohono.

Diolch i Rhys ag Owain am drefnu'r daith ac am ofalu am y criw.

## Y Daith gan Paul Thomas

Ben Nevis, Scafell Pike a'r Wyddfa mewn 24 awr. Fyddai hi'n bosib? Dyma hanes taith pump o gerddwyr o Ddyffryn Nantlle a geisiodd gwblhau y sialens i godi arian at ymchwil Leukaemia yn Ysbyty Gwynedd.

Ar ôl wythnosau o ymarfer a pharatoi ac ar ôl siwrne hir yn y bws mini i fyny i Fort William yn yr Alban, fe gyrhaeddodd y diwrnod i ddechrau ar ein sialens. Am bump o'r gloch ar Fehefin y 13eg cychwynnodd Rhodri, Meilir, Lowri, fy mrawd Neil a minnau o droed Ben Nevis am y copa cyntaf. Doedd yna ddim cyfle i ymlacio, roedd y llwybr yn serth o'r cychwyn ac y copa yn edrych yn bell i ffwrdd. Roedd yr haul yn boeth ar ein cefnau a'r llwybr i weld yn mynd yn fwy serth bob cam. Ond roedd yn rhaid dal ati! Ar ôl ychydig dros ddwy awr o gerdded a gair neu ddau o gefnogaeth gan bobl (oedd ar y ffordd i lawr) yn gwneud y sialens, cyrhaeddodd y copa a oedd dan drwch o eira. "Bendigedig" meddai cerddwr arall ar ôl gweld y ddraig goch yn chwifio ar ben y Ben. Doedd dim amser i ymlacio na edmygu yr olygfa, llun sydyn ar y copa a chychwyn yn ôl i lawr gan gynnig gair o gefnogaeth i'r rhai oedd ar y ffordd i fyny i ddal ati. Am naw o'r gloch roeddem yn ôl wrth droed Ben yn cael ein croesawu gan wibied! Neidiodd y pump ohonom ni i mewn i'r afon ac eistedd yn y dwr rhewllyd am bump munud i geisio ymlacio'r cyhyrau (synaid Neil oedd hwn!) ac yna dringo ar y bws yn barod am y daith hir i lawr i Wasdale yn Ardal y Llynoedd.

Dreifiodd Rhys ac Owain y bws trwy'r nos a chyrhaeddodd droed Scafell Pike am 3:00 y.b. heb gael llawer o gwsg! Roedd yn rhaid cychwyn yn y tywyllwch ac roeddem yn gallu gweld goleuadau cerddwyr eraill yma ac acw ar y llwybr. Os oedd Ben Nevis yn teimlo yn serth, roedd y llwybr yma dipyn gwaeth! Wedi pasio hanner ffordd gwelsom yr haul yn gwawrio ac ail-egniodd hyn y criw i anelu am y copa. Roedd hi'n eithaf niwlog ar y copa yma ac eto doedd dim amser i aros, llun arall a chychwyn i lawr. Roedd hi'n dipyn haws ar y ffordd i lawr, dwy awr i fyny a dim ond awr i lawr! Eto, roedd yn rhaid neidio i'r afon ar y gwaelod, a oedd yn teimlo yn oerach fyth y tro yma, cyn mynd yn ôl ar y bws am rhan olaf ein taith.

Roedd y rhan yma o'r daith yn ofnadwy a phawb yn teimlo'n reit isel. Ffordd droellog, diffyg cwsg, cyhyrau tyn ac un mynydd arall angen ei goncro! Wedi teithio am beth oedd yn teimlo fel dyddiau, cyrhaeddodd yr A55 a gweld mynyddoedd Eryri yn y pellter a daeth hyn a rhyw egni newydd i pawb. Dechreuodd pawb baratoi eto am y mynydd olaf. Roedd hwyliau pawb yn dda wrth nesau am adref a phawb yn barod i daclo Yr Wyddfa.

Daeth y bws i Ben Y Pas am 11:30 y.b. ac roedd criw o ffrindiau a theuluoedd y cerddwyr yma i roi hwb bach arall i ni cyn esgyn tua'r copa. Cawsom dywydd gwych eto, haul braf a dim cwmwl yn unman. Awe! Roedd y llwybr yma yn gyfarwydd iawn i'r criw, ac er bod llawer o gerddwyr o gwmpas yn mynd i gael golwg ar y caffi newydd, mewn tua dwy awr roeddem ar y copa yn edrych tuag adref am Ddyffryn Nantlle. Ond, doedd dim amser i gael paned yn Hafod Eryri, troi ar ein sodlau a chychwyn yn ôl i lawr ym Ben Y Pas oedd rhaid i geisio gwneud yr amser gorau posib. Mewn ychydig dros awr roeddem yn ôl gyda'n teuluoedd a'n ffrindiau ym Mhen Y Pas a'r daith ar ben.

Concrwyd y tri mynydd mewn dau ddeg un awr a thri chwarter. Roedd y criw yn hapus iawn hefo'r amser er bod pob cyhyr yn ein cyrff yn brifo ar yr amser. Taith bythgofiadwy a llawer o arian wedi cael ei gasglu at achos teilwng iawn. Rhaid diolch yn fawr iawn i Rhys ac Owain am yr holl waith gyrru a wnaethant ac am ein bwydo ar y daith. Hebddynt hwy ni fyddai hyn wedi bod yn bosib. Diolch hefyd am gefnogaeth pwyllgor Gŵyl Fai Dyffryn Nantlle ac i pawb a fu mor garedig a noddi y daith.

Rhaid dechrau meddwl yn fuan am sialens arall at flwyddyn nesa.

## Atgofion Rhys Roberts

Galwad ffon ges i, tua diwedd mis Ebrill. “Ma Paul a Neil Thomas a Rhodri, Meilir a Lowri Fretwell am gerdded y tri copa uchaf ym Mhrydain o fewn 24 awr. Wyt ti’n fodlon dod i ddreifio’r mini bys?”

A dyna gychwyn ar yr her, roedd isio trefnu i logi’r bws, cael hyd i le i ni aros a meddwl be’ fasa pawb isio i’w fyta yn ystod y sialens.

Diolch i Owain am dipyn o waith ffonio ac e-bostio a ballu, erbyn Dydd Gwener Mehefin 12fed, roedd popeth wedi’i drefnu.

Roedd dipyn o gynnwrf wrth lwytho pawb a phopeth i mewn i’r bws. Ac wrth ymateb i’r alwad o “Awe Petunia” o’r cefn, dyma gychwyn. Stop ar y Maes yng Ngaernarfon i dynnu lluniau a diolch i Gwmni Seren Arian (Bws Nedw i ni wrth gwrs) am eu nawdd tuag at y daith. Diolch hefyd i’r criw bach o deulu a ffrindiau ddaeth i ffarwelio a ni. Wedyn cychwyn o ddifri am Yr Alban ac wyth awr a hanner yn ddiweddarach roeddau ni’n falch o gyrraedd Fort Wiliam.

Bore Sadwrn digon diog oedd y 13eg o Fehefin, pawb yn helpu i baratoi brecwast yn yr hostel. Yna cael mynd am dro i weld Loch Ness, ond welson ni ddim anghenfil chwaith, ma siwr bod ganddom ni ormod o swm toedd! Ond erbyn y pñawn roedd y criw yn dawnsio isio cychwyn cerdded.

Ar ol eu danfon at droed Ben Nevis, a thynnu lluniau a dymuno’n dda, roeddwn i’n reit eiddigeddus ac isio mynd hefo nhw. Ond toeddwn i ddim wedi ymarfer digon a dreifo oedd fy job i tro ‘ma! Mynd am bryd o fwyd oedd hanes Owain a finna, a llenwi’r mini bys hefo diesel, gan feddwl bod ganddom ni ddigon o amser, ond cyn i ni droi, daeth galwad “ mi fyddwn ni i lawr mhen hanner awr”. Felly dyma banic! Roedd angen twtio’r bws er mwyn i bawb gael trio cysgu ar y ffordd i Ardal Y Llynnoedd.

Welais i rioed ffyrdd na traffordd mor ddi-draffig, ac ar ol chwe awr o daith, dyma gyrraedd Wasdale a throed Scafell Pike am dri o’r gloch Fore Sul, ac i ffwrdd a nhw ar eu taith unwaith eto.

Lon bach debyg iawn i lon Cwm Pennant sydd yn arwain i Wasdale a tua deg ar hugain o fysus mini yn cludo’r degau o bobl oedd yn wynebu’r un her a’n criw ni. Cyfle i sgwrsio hefo gyrrwyr o bob cwr o’r wlad, a rheiny yn ein cyfarch hefo “see you at the next one” a chyfarchion tebyg. Ond ymhen rhyw deirawr roedd pawb yn ol yn y bws. “Awe Petunia” o’r cefn ac roeddau ni’n troi ein trwynau tuag adref, wel dim cweit, roedd angen “picio” i ben Yr Wyddfa cyn cael gorffwys.

Roeddau ni’n parcio ym Mhen Y Pass am 11.30 Fore Sul a’r lle fel ffair. A’r sialens bellach bron wedi ei gorffen. Tybed fyddau nhw i lawr yn ol o fewn y 24 awr? roedd yn edrych yn addawol iawn. A chysidro’r diffyg cwsg erbyn hynny, roedd y ddau ddreifar yn reit falch mai dim ond adra i Benygroes oedd isio dreifio!!

Diolch i'r criw am gael bod yn rhan o hwyl a chaledi'r sialens, a diolch i bawb a fu mor hael yn noddi ac yn cefnogi mewn unrhyw ffordd.

Tybed be fydd yr her nesa?      "Watch this space!!"