Letysen fôr
Ulva fenestrata

Amrywio'n fawr o ran maint a siâp (yn aml mae tyllau ynddynt). Gwyrdd llachar a (gredwch chi fyth) mae'r ffrondau fflat yn

Maint: Hyd at 100cm o hyd.

Byw: Ymhob man ar y lan, mewn pyllau trai ac agennau ac ymhlith gwymonau eraill.

Bwyta: Mae'n cael ei hegni o'r haul (ffotosynthesis).

Cael ei bwyta gan: Brennig a gwichiaid.....a phobl.

Pwerau arbennig: **49** Mae'n gallu tyfu hyd yn oed pan na fydd yn sownd wrth graig.

Gwymon coluddyn

Ulva intestinalis

Tenau iawn a thiwbaidd. Gwyrdd llachar neu wyrdd tywyll.

Maint: Hyd at 30cm o hyd.

Byw: Ymhob man ar y lan, ac i'w weld yn aml lle mae yna ffynhonnell dŵr croyw. Mae'n sownd i'r creigiau ac i'w weld ar gregyn ('gwallt' cŵl i'r brennig).

Bwyta: Mae'n cael ei egni o'r haul.

Cael ei bwyta gan: Malwod môr.

Pwerau arbennig: **45** Llithrig iawn os ydych yn sefyll arnynt, felly byddwch yn ofalus!

Gwymon rhychog

Pelvetia canaliculata

Mae ochrau'r ffrond yn rholio am i mewn gan ffurfio 'rhychau'. Gwyrdd/brown ond yn troi'n ddu ac yn grensiog wedi sychu. Dim chwysigod aer.

Maint: 5 i 15cm.

Byw: I'w gweld ar y lan uchaf mewn cudynnau. Ger/ychydig uwchben y Gwymon Troellog.

Bwyta: Mae'n cael ei egni o'r haul.

Cael ei bwyta gan: Malwod môr pan yn ifanc.

Pwerau arbennig: **81** Gall fyw hyd at wyth niwrnod tu allan i'r dŵr. Gall oroesi hyd yn oed pan fydd wedi colli 95% o'i ddŵr. Mae pob gwymon yn wrywaidd ac yn fenywaidd ar yr un pryd!

Gwymon troellog

Fucus spiralis

Mae'r diwedd yn droellog er mwyn arbed dŵr. Dim chwysigod aer. Mae blagur smotiog ar gyfer atgenhedlu i'w gweld ar flaenau'r ffrondau gwyrdd/brown.

Maint: Hyd at 20cm.

Byw: Ar y lan uchaf mewn cudynnau trwchus. Ger/ychydig o dan y Gwymon Rhychog.

Bwyta: Mae'n cael ei egni o'r haul.

Cael ei bwyta gan: Malwod môr pan yn ifanc.

Pwerau arbennig: **78** Mae pob gwymon yn wrywaidd ac yn fenywaidd ar yr un pryd! Fel llawer o wymonau brown, mae'n gallu darogan y tywydd. Rhowch ddarn tu allan i'ch ty. Pan fydd yn sychu mae'n mynd i fod yn heulog, a phan mae'n chwyddo ac yn llipa mae'n golygu bod glaw ar y ffordd!

Gwymon codog mân (Gwymon codog bras)

Fucus vesiculosus

Chwysigod aer crwn, amlwg (fel arfer mewn parau bob ochr i'r wythïen ganol). Gwyrddfelyn/brown.

Maint: 15 i 90cm.

Byw: I'w gweld yn aml ar y lan ganol ar greigiau a cherrig (o dan y Gwymon Troellog a ger/uwchben y Gwymon Danheddog.

Bwyta: Mae'n cael ei egni o'r haul.

Cael ei bwyta gan: Gwichiaid y gwymon.

Pwerau arbennig: **74** Mae'n defnyddio chwysigod aer i'w helpu i arnofio pan fydd y llanw i mewn er mwyn iddo gyrraedd golau'r haul. Mae'n byw am tua 2 i 5 mlynedd.

Gwymon danheddog (Morwiail danheddog)

Fucus serratus

Mae ei ffrondau yn fflat, mae ganddo ymylon danheddog fel llif, ond nid oes ganddo chwysigod aer. Mae gwymonau eraill yn tyfu arno.

Maint: Yn aml hyd at 60cm.

Byw: Creigiau ar y lan waelod ac mewn pyllau.

Bwyta: Mae'n cael ei egni o'r haul.

Cael ei bwyta gan: Gwichiaid y gwymon.

Pwerau arbennig: **72** Maen nhw'n gallu defnyddio echdynnyn o'r gwymon hwn (o'r enw 'alginat') wrth wneud pâst dannedd, cwrw a hufen iâ!.

Morwiail (Môr-wregys)

Laminaria digitata

Gwymon brown, mawr, sgleiniog. Mae'r ffrond wedi'i rannu'n nifer o "ddigidau". Mae'r gludafael (sy'n gafael) yn ganghennog ac yn llydan iawn fel ei fod yn gallu gafael yn gryf ar y graig. Mae'r goes lyfn yn hyblyg ac felly pan fydd y llanw'n isel mae'r planhigyn yn mynd yn llipa ac yn gorwedd yn fflat yn y dŵr.

Maint: Hyd at 200cm.

Byw: Ar y lan waelod.

Bwyta: Maen nhw'n cael eu hegni o'r haul.

Cael ei bwyta gan: Edrychwch i weld a oes Brennig Glasresog hardd ar y ffrondau. Maen nhw'n bwydo ar y morwiail.

Pwerau arbennig: **80** Mae eu siâp byseddog yn eu galluogi i oroesi symudiadau'r tonnau. Coesau morwiail yw prif ffynhonnell alginadau, sef cynnyrch naturiol sy'n cael ei ddefnyddio'n aml yn y diwydiannau fferyllol a chosmetig (gel, ewyn steilio gwallt…). Mae morwiail yn helpu'r broses o ailgylchu maetholion yr arfordir a chefnogi cadwyni bwyd trwy ddarparu bwyd a chysgod ar gyfer nifer o greaduriaid y môr.

Delysg

Palmaria palmata

Ffrond porffor-goch tywyll, fflat fel lledr. Yn raddol, mae'r ffrondau'n lledaenu ac yn rhannu o'r bonyn.

Maint: Fel arfer mae rhwng 20 a 50cm o hyd, ond weithiau gall fod hyd at 100cm.

Byw: Ar greigiau ac mewn pyllau ar y lan waelod.

Bwyta: Mae'n cael ei egni o'r haul.

Cael ei bwyta gan: Mae pobl yn hoff o'i fwyta!

Pwerau arbennig: **44** Mae angen ffracsiwn o'r golau y mae planhigion ar y tir yn ei ddefnyddio. Gwymonau coch yw'r grŵp hynaf o wymon (maen nhw wedi'u cadw ar gofnod ffosil o 1.2 biliwn o flynyddoedd yn ôl).

Delysg pupuraidd
Osmundea pinnatifida

Gwymon bach coch, gwydn, gyda ffrondau fflat sy'n canghennu bob yn ail gan ddod yn fyrrach tuag at y top ac yn weddol grwn. Fel arfer, mae planhigion sydd i'w gweld yn uwch i fyny'r lan yn fach ac yn wyrddfelyn am eu bod yn cael mwy o haul. Ar y llaw arall, mae planhigion sy'n byw ar y lan waelod yn dueddol o fod yn frowngoch.

Maint: Hyd at 8cm.

Byw: Y lan ganol a'r lan waelod. Mae Delysg Pupuraidd yn goddef y cysgod yn dda.

Bwyta: Mae'n cael ei egni o'r haul.

Cael ei bwyta gan: Dim llawer! Pobl!

Pwerau arbennig: **60** Mae'n llawn cemegau sy'n atal pethau rhag ei fwyta, a dyna pam mae'n arogleuo fel TCP! Er hynny, mae'n wymon poblogaidd i'w sychu a'i ddefnyddio i roi blas i fwyd.

Lafwr

Porphyra spp.

Haenen fflat - brown neu borffor-goch sy'n gorchuddio copa'r creigiau. Fel arfer mae yna lawer ohono yn yr un lle. Mae ganddo wead llithrig, tebyg i bolythen.

Maint: Hyd at 20cm ar draws.

Byw: Ar bob rhan o'r lan, ar greigiau.

Bwyta: Mae'n cael ei egni o'r haul.

Cael ei bwyta gan: Mae pobl yn hoff o'i fwyta!

Pwerau arbennig: **42** Caiff ei ddefnyddio i wneud bara lawr, sy'n uchel mewn protein ac yn llawn fitaminau. Gallwch ei fwyta ar ôl ei goginio – nid yw'n ddoeth bwyta'r gwymon hwn ar y lan neu'r traeth! Mae'n perthyn i'r rhywogaeth o Japan a elwir yn 'nori'.

Gwymon cwrel
Corallina spp.

Algâu coch, calchaidd (fel sialc) sy'n ffurfio tyfiant pinc tebyg i lwyn sy'n edrych fel cwrelau bach. Mae yna gymaint o galch caled ar y canghennau, sy'n debyg i blu, eu bod yn torri i ffwrdd wrth eu dal.

Maint: Hyd at 12cm.

Byw: Fel arfer ar ymylon pyllau trai.

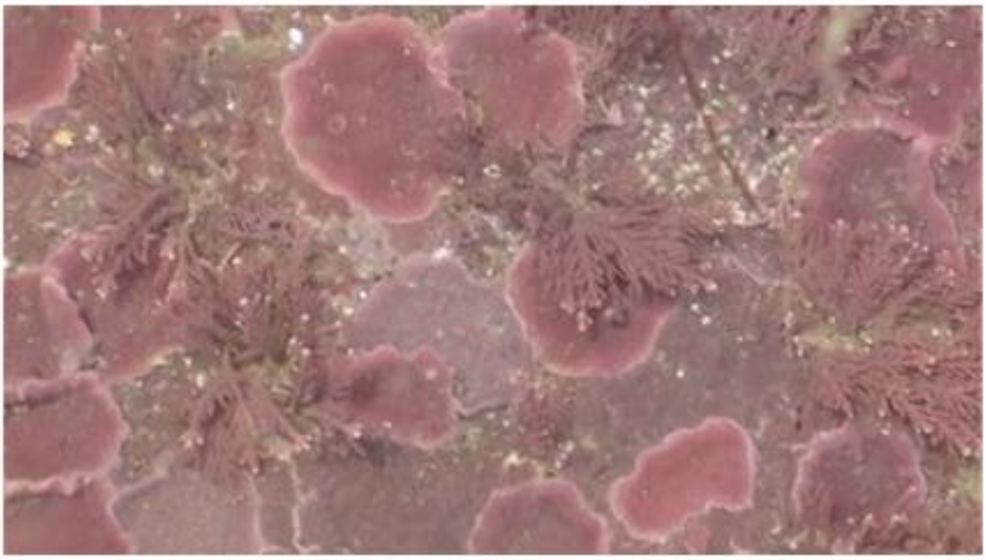
Bwyta: Mae'n cael ei egni o'r haul.

Cael ei bwyta gan: Nid oes llawer yn gallu ei fwyta heblaw am frennig torfelen a llau'r graig.

Pwerau arbennig: **57** Mae'r meinwe sy'n llawn calch yn ffiaidd i'w bwyta ac mae hyn yn ddefnyddiol oherwydd mae llawer o rywogaethau'r glannau yn llysfwytawyr. Pan fydd allan o'r dŵr, mae'n troi'n wyn. Po fwyaf llachar yw'r pwll, y mwyaf gwelw ydyw.

Paent pinc (algâu pinc cramennog)

Corallinaceae (nifer o rywogaethau)



Maen nhw'n galed ac yn edrych yn fwy fel paent neu graig na gwymon. Mae'r lliw'n amrywio o binc tywyll/porffor i wyn ac mae'r gramen yn gallu bod yn llyfn neu'n wrymiog.

Maint: Mae'n anodd gwybod ble maen nhw'n dechrau ac yn gorffen!

Byw: Maen nhw'n gorchuddio ochrau a gwaelod pyllau trai ac i'w gweld o dan wymon ar y lan waelod.

Bwyta: Mae'n cael ei egni o'r haul.

Cael ei bwyta gan: Nid oes llawer yn gallu ei fwyta heblaw am frennig torfelen a llau'r graig.

Pwerau arbennig: **48** Rhain yw'r algâu calchaidd. Mae'r meinwe sy'n llawn calch yn ffiaidd i'w bwyta ac mae hyn yn ddefnyddiol oherwydd mae llawer o rywogaethau'r glannau yn llysfwytawyr. Mewn lleoliadau ble mae'r golau'n dda, mae'n gallu troi'n wyn. Yn aml, gellir gweld rimyn gwyn o'r rhain o amgylch pyllau trai ble mae'r dŵr wedi anweddu.

Cragen foch felen

Nucella lapillus

Cragen grwn gyda phigyn. Mae'r siâp, y trwch a'r lliw yn amrywio - mae'n aml yn wyn, weithiau gyda streipiau tywyll. Mae'n wahanol i falwod eraill y lan oherwydd y rhigol unigryw yn ymyl y gragen yn agos at yr agoriad.

Maint: Yn aml 3-4cm.

Byw: Ar greigiau ar y lan ganol a'r lan waelod, yn aml ger cregyn llong a chregyn gleision.

Bwyta: Cigysyddion go iawn; maen nhw'n bwyta cregyn llong, cregyn gleision, gwichiaid a brennig.

Cael ei bwyta gan: Crancod ac adar y môr.

Pwerau arbennig: **88** Mae'n drilio trwy gragen ei ysglyfaeth ac yna'n chwistrellu ensymau i mewn i dreulio'r tu mewn cyn sugno'r 'cawl' allan. Gall gymryd 2 i 3 diwrnod i fwyta cragen long a hyd at 5 i fwyta cragen las. Yn y gorffennol, roedden nhw'n tynnu llifynnau porffor allan o wichiaid.

Gwichiad y gwymon

Littorina littoralis agg.

Cragen lyfn â chopa fflat. Mae'r lliw'n amrywio o felyn llachar i oren, gwyrddfelyn a brown. 'Drws' caled i'r agoriad siâp deigryn sy'n gallu cael ei ddefnyddio i selio'r falwen i mewn.

Maint: Hyd at 1.5cm o daldra.

Byw: Ar wymon brown (gwymon codog mân, gwymon codog bras a morwiail danheddog).

Bwyta: Gwymon brown.

Cael ei bwyta gan: Crancod, pysgod ac adar y môr.

Pwerau arbennig: **67** Mae'r malwod môr hyn yn gallu selio'u hunain i mewn i'w cragen trwy gau 'drws' hirgrwn. Mae eu lliw amrywiol yn eu cuddio'n dda yn erbyn y gwymonau brown maen nhw'n byw arnynt (mae gwymonau brown fel morwiail danheddog yn edrych yn felyn os ydych yn edrych i fyny atynt, felly mae gwichiaid y gwymon yn cuddio go iawn!). Mae eu siâp crwn hefyd yn dynwared y chwysigod aer ar rai gwymonau brown.

Gwichiad bwyta
Littorina littorea

Cragen fandog fawr, grwn o liw brown tywyll neu lwyd gyda blaen pigfain. 'Drws' caled i agoriad siâp deigryn y mae'n gallu ei ddefnyddio i selio'r falwen i mewn.

Maint: 3 i 6cm.

Byw: Ar greigiau ac ymhlith gwymonau ar y lan ganol a'r lan waelod.

Bwyta: Bioffilm a gwymonau gwyrdd, ifanc yn benodol.

Cael ei bwyta gan: Crancod, pysgod, adar y môr a phobl.

Pwerau arbennig: **56** Maen nhw'n bwyta'u baw eu hunain er mwyn ailgylchu maetholion (ychafi!). Y gwichiad mwyaf ar ein harfordir. Mae ganddo gragen drwm i'w warchod ond nid yw'n gallu dioddef glannau agored iawn â thonnau mawr.

Gwichiad garw
Littorina saxalitis agg.

Mae ganddo wrymiau / rigolau amlwg ar hyd y gragen sy'n gwneud iddo deimlo'n arw. Llawer o liwiau ond fel arfer yn llwyd neu'n frown.

Maint: Hyd at 2cm.

Byw: Mewn craciau a holltau llaith ar bob rhan o'r lan, ond yn enwedig yn uwch i fyny ar y lan uchaf ac yn y parth tasgu. Gall guddio tu mewn i hen gregyn llong.

Bwyta: Gwymonau microsgopig (bioffilm) a chennau.

Cael ei bwyta gan: Nid oes llawer o bethau yn ei fwyta.

Pwerau arbennig: **84** Maen nhw'n anadlu aer gan ddefnyddio'u ceudod mantell fel ysgyfant. Maen nhw'n gallu ymgarthu (pasio o'u pen-ôl) asid wrig ac yn arbenigwyr ar arbed dŵr ac yn gallu goroesi am fwy na 90% o'u bywyd tu allan i'r dŵr (defnyddiol iawn os ydych chi'n byw yn uchel i fyny ar y lan). Mewn amodau sych iawn maen nhw'n gludo'u hunain i'r creigiau ac yn cuddio yn eu cregyn, gan gau'r drws (opercwlwm) tu ôl iddyn nhw. Maen nhw hefyd yn gallu cadw'u hwyau yn eu cregyn nes iddyn nhw ddeor er mwyn amddiffyn eu rhai bach.

Top môr porffor

Steromphala umbilicalis

Cragen ddeniadol - o liw llwyd-wyrdd gyda streipiau porffor croeslinol a digon o le rhyngddynt (mwy llachar pan yn ifancach). Twll nodweddiadol nesaf i'r agoriad. Os edrychwch chi ar yr agoriad gallwch hefyd weld sglein y perlog - nodwedd o bob top môr.

Maint: Hyd at 1.5cm.

Byw: Ymhob man ar y glannau creigiog mewn holltau a phyllau trai.

Bwyta: Gwymonau a phlanhigion bach marw.

Cael ei bwyta gan: Crancod ac adar y môr.

Pwerau arbennig: **66** Gall greu ei gragen ei hun - ac mae'n gragen a hanner! Ydych chi'n gallu gweld y perlog ar yr ochr waelod? Mae'r malwod môr hyn yn gallu selio'u hunain i mewn i'w cragen trwy gau 'drws' crwn.

Brenigen (Llygad maharen)

Patella spp.

Cregyn siâp pyramid. Maen nhw'n pori pan fydd y llanw i mewn ac maen nhw'n dod nôl i'r un smotyn ar y graig bob tro. Yr enw ar y smotyn hwn yw'r 'graith gartref' ac mae cragen y frenigen yn ffitio'n berffaith ar y graig. Mae ei throed gryf sy'n glynu yn ei chadw'n sownd wrth y graig. Peidiwch byth â defnyddio grym i'w thynnu!

Maint: Hyd at 7cm mewn diamedr.

Byw: Dros y lan i gyd. Mae'r niferoedd mwyaf i'w gweld ar y lan ganol ger y cregyn llong.

Bwyta: Gwymon microsgopig (bioffilm) a gwymonau ifainc (gwymonau cramennog pinc hefyd).

Cael ei bwyta gan: Adar y môr ac weithiau sêr môr.

Pwerau arbennig: **100** Mae ganddi reddf ddychwelyd wych sy'n dal i ddrysu gwyddonwyr, ac mae'n dychwelyd at ei chraith gartref ar ôl bwydo. Mae'n byw am gyfnod hir (tua 16 mlynedd). Ei thafod rhathellog yw strwythur biolegol cryfaf y byd - mae'n gwneud siapiau crafu anhygoel ar y creigiau. Mae pob brenigen yn wrywaidd yn gyntaf, ac yna mae rhai'n troi'n fenywaidd! Gallant afael ar y graig gyda grym o 52,730kg/m^2.

Cragen long (Crachen fôr)
e.g. Crachen y Gogleddeb
e.g. Semibalanus balanoides

Nifer o rywogaethau. Mae'r talpiau bach llwyd hyn sy'n gorchuddio'r creigiau yn gallu bod yn finiog felly byddwch yn ofalus wrth archwilio'r pyllau trai! Mae'r gragen long fwyaf cyffredin i'w gweld ar y lan, sef Semibalanus balanoides, yn llwydwyn yn gyffredinol, ac mae ganddi agoriad siâp diemwnt a 6 phlât cragen.

Maint: Hyd at 1.5cm.

Byw: Ar greigiau ac arwynebau caled eraill, ar y lan ganol a'r lan waelod yn benna.

Bwyta: Plancton (planhigion ac anifeiliaid bach iawn yn y môr).

Cael ei bwyta gan: Pysgod, cregyn moch melyn, llyngyr y dail gwyrdd.

Pwerau arbennig: **95** Maen nhw'n byw gyda'u pen yn sownd i'r graig gan ddefnyddio 'glud' sydd gyda'r cryfaf yn y byd. Maen nhw'n dal bwyd trwy chwifio'u coesau pluog fel 'rhwyd' allan o'u trapddôr y maen nhw'n ei gwneud eu hunain. Maen nhw'n gallu byw yn sownd i forfilod, crancod a hyd yn oed poteli plastig. A nhw sydd â'r pidyn hiraf yn y byd anifeiliaid o gymharu â maint eu corff!

Cragen las (Misglen)

Mytilus edulis

Cragen ddeuglawr (mae ganddi ddwy gragen wedi eu huno). Cragen lyfn glas-ddu (weithiau brown) siâp trionglog; efallai y bydd gan unigolion hŷn gregyn llong neu wymon yn tyfu arnyn nhw.

Maint: Fel arfer 3 i 10cm.

Byw: Yn aml mewn niferoedd mawr ar y creigiau ac ar arwynebau caled eraill yn bennaf ar y lan ganol a'r lan waelod.

Bwyta: Plancton (planhigion ac anifeiliaid bach iawn yn y môr).

Cael ei bwyta gan: Mae cregyn moch melyn, sêr môr ac adar y môr yn eu bwyta ac mae pobl yn mwynhau eu bwyta hefyd!

Pwerau arbennig: **69** Mae'n glynu ei hun at y creigiau gyda llinynnau cryf o'r enw 'byssus' y mae'n eu gwneud ei hun i wneud yn siŵr na fydd yn cael ei golchi i ffwrdd, ond mae hefyd yn defnyddio'r rhain at y diben mwy ffiaidd o garcharu'r cregyn moch melyn sy'n ei bwyta fel eu bod nhw'n methu symud ac yn llwgu i farwolaeth! Dialedd!

Sbwng oren

Nifer o rywogaethau

Mae'n amrywio - gall fod yn haenau garw, tenau neu'n dalpiau fel rwber. Gall fod yn llawn cnapiau. Bydd gan yr arwyneb lawer o dyllau.

Maint: Clytiau tua 10cm o led.

Byw: Mae sbyngau yn sensitif iawn i sychder felly fel arfer maen nhw i'w gweld o dan glogfeini, o dan wymon ac mewn llefydd llaith fel trosgrogau a holltau. Y lan waelod.

Bwyta: Pan fydd y llanw i mewn maen nhw'n hidlo dŵr er mwyn dod o hyd i blancton a detritws (mater organig marw).

Cael ei bwyta gan: Mae ganddyn nhw gemegau i gadw ysglyfaethwyr i ffwrdd ond gall morwlithod eu bwyta.

Pwerau arbennig: **91** Gall aildyfu mewn siapiau newydd, hyd yn oed ar ôl cael ei hylifo! Wel, mae'n rhaid i chi fod yn wydn os ydych chi am oroesi'r dinosoriaid (mae sbyngau yn grŵp anifeiliaid hynafol a llwyddiannus)! Mae sbyngau'n amrywio'n sylweddol o ran siâp a lliw.

Anemoni gleiniog

Actinia equina

Fel arfer lliw coch tywyll ond weithiau'n wyrdd neu'n oren. Mae'n tynnu ei dentaclau bach byr a thew yn ôl pan fydd rhywbeth yn tarfu arno neu pan fydd y llanw ar drai - gan adael twlpyn sy'n edrych fel jeli! Edrychwch am ei gylch glas llachar ychydig tu mewn i'r tentaclau, Celloedd pigo arbennig yw'r rhain. Peidiwch â'i brocio'n rhy galed.

Maint: Hyd at 7cm.

Byw: Ymhob man ar y lan mewn pyllau trai, holltau a throsgrogau cysgodol.

Bwyta: Mae'n bwydo ar bysgod, berdys, corgimwch a swoplancton.

Cael ei bwyta gan: Môr-wlithod llwydion mawr.

Pwerau arbennig: **93** Eu ceg yw eu pen-ôl hefyd! Ddim yn ddigon arbennig? Wel, beth am gelloedd pigo arbennig sy'n cael gwared ar gymdogion blin ac yn parlysu ysglyfaethau? O, a gyda llaw, maen nhw hefyd yn gallu clonio'u hunain! Waw!

Anemoni nadreddog

Actinia viridis

Tentaclau hir tebyg i neidr. Dau liw gwahanol - llwyd-frown neu borffor/gwyrdd. Maen nhw i'w gweld yn aml mewn clystyrau.

Maint: Sylfaen hyd at 7cm, tentaclau yn gallu rhychwantu 18cm.

Byw: Yn wahanol i anemonïau eraill nid yw'n dueddol o dynnu ei dentaclau i mewn ac felly mae i'w weld yn aml mewn pyllau ar y glannau creigiog (y lan ganol i'r lan waelod).

Bwyta: Mae'n bwydo ar grancod, berdys, corgimwch a physgod bach sy'n nofio heibio ond gall hefyd gael egni o'r haul!

Cael ei bwyta gan: Môr-wlithod llwydion mawr.

Pwerau arbennig: **99** Mae'r rhai sydd â blaenau gwyrdd a phinc yn wyrdd am eu bod yn cynnwys celloedd planhigion mân iawn sy'n byw tu mewn i'r tentaclau. Mae hon yn berthynas symbiotaidd. Mae'r planhigion (algâu) yn cael eu gwarchod ac mae'r anemoni'n cael 'egni'. Mae fel pŵer solar mewnol!. Yng nghelloedd anemonïau nadreddog mae yna brotein arbennig sy'n gwneud iddyn nhw oleuo mewn lliw gwyrdd llachar o dan olau uwchfioled! Mae ganddyn nhw geg sy'n ben-ôl hefyd ac maen nhw'n gallu clonio'u hunain...waw!

Tiwblyngyren ddrumiog

Spirobranchus spp.

Mae croestoriad y tiwb gwyn, calchaidd yn drionglog.

Maint: Mae'r tiwb hyd at 3cm o hyd.

Byw: Lle da i ddod o hyd iddyn nhw yw dan greigiau/clogfeini ar y lan waelod. Maen nhw hefyd i'w gweld ar gregyn.

Bwyta: Mae'r llyngyren sy'n byw tu mewn yn hidl-ymborthwr sy'n gwthio'i thentaclau allan o'r twll i ddal ei bwyd (plancton gan fwyaf a darnau sy'n arnofio heibio).

Cael ei bwyta gan: Llyfrothod.

Pwerau arbennig: **55** Mae'r llyngyren yn adeiladu ei thiwb calchaidd ei hun gan ddefnyddio chwarennau arbennig yn rhan uchaf ei chorff.

Tiwblyngyren dorchog

Spirorbis spp.

Mae'r llyngyren yn byw'n barhaol yn y tiwbiau sbiral, llyfn, gwyn hyn. Mae ychydig filimetrau o hyd yn unig ac o liw oren llachar.

Maint: 0.4cm.

Byw: Mae i'w gweld yn aml ar ffrondau morwiail danheddog a gwymon codog mân a hefyd dan gerrig mewn pyllau trai.

Bwyta: Plancton (anifeiliaid/planhigion bach iawn sy'n byw yn nŵr y môr) a detritws.

Cael ei bwyta gan: Gwarchodir gan gragen.

Pwerau arbennig: **50** Mae'r llyngyren yn adeiladu ei thiwb calchaidd ei hun gan ddefnyddio chwarennau arbennig yn rhan uchaf ei chorff. Mae'n gallu anadlu ar draws ei chorff cyfan!

Llyngyren ddiliau

Sabellaria alveolata

Mae croestoriad y tiwb gwyn, calchaidd yn drionglog.

Maint: Mae'r tiwb hyd at 3cm o hyd.

Byw: Lle da i ddod o hyd iddyn nhw yw dan greigiau/clogfeini ar y lan waelod. Maen nhw hefyd i'w gweld ar gregyn.

Bwyta: Mae'r llyngyren sy'n byw tu mewn yn hidl-ymborthwr sy'n gwthio'i thentaclau allan o'r twll i ddal ei bwyd (plancton gan fwyaf a darnau sy'n arnofio heibio).

Cael ei bwyta gan: Llyfrothod.

Pwerau arbennig: **55** Mae'r llyngyren yn adeiladu ei thiwb calchaidd ei hun gan ddefnyddio chwarennau arbennig yn rhan uchaf ei chorff.

Corgimwch
Palaemon serratus

Corff lled dryloyw â streipiau brown-goch fel teigr ar ei hyd. Mae ganddo lygaid mawr wedi eu gwahanu gan dduryn ('corn' pigog) danheddog. Ar ei goesau sy'n cerdded mae yna fandiau brown-goch a melyn llachar ac mae ganddo deimlyddion brown hir iawn.

Maint: Hyd at 11cm.

Byw: Mewn pyllau trai o'r lan ganol i'r lan waelod ac mewn dŵr bas, fel arfer yn cuddio mewn holltau neu dan gerrig.

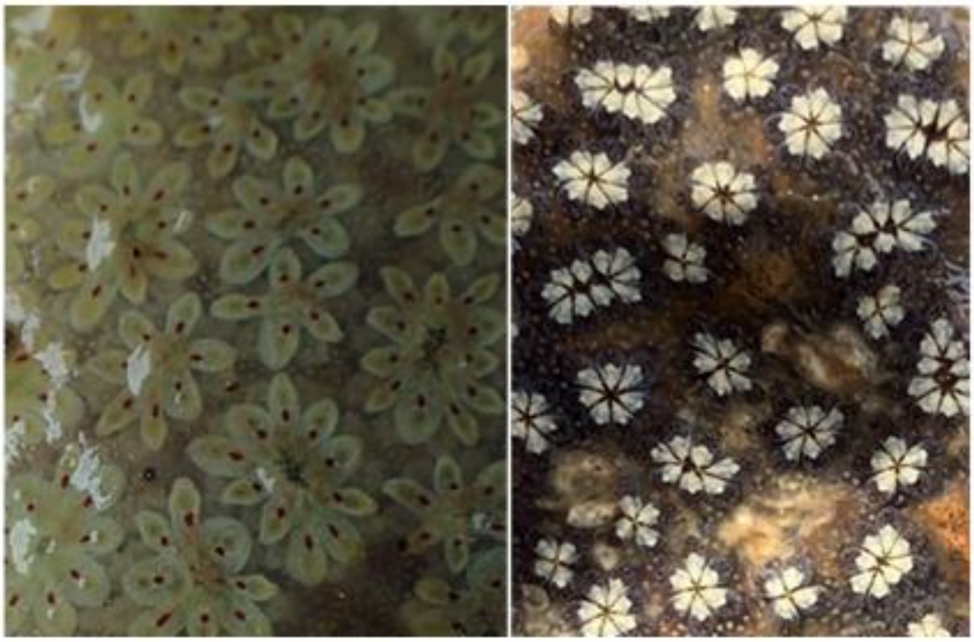
Bwyta: Unrhyw beth! Carthysyddion ydyn nhw.

Cael ei bwyta gan: Pysgod, crancod ac adar…a phobl!

Pwerau arbennig: **83** Maen nhw'n arbenigwyr ar guddio - yn dryloyw ac yn streipiog. A diolch i'w corff lled dryloyw, gallwch weld eu pryd diwethaf o fwyd!

Chwistrell fôr serennog

Botryllus schlosseri



Haenau fflat, gelatinaidd ond gweddol galed sydd wedi eu taenu dros greigiau a gwymonau. A dweud y gwir, cytref o chwistrellau môr unigol yw hon. Mae yna sawl lliw gwahanol.

Maint: 10cm neu fwy.

Byw: O dan greigiau ac o dan wymonau ac ar eu pen, ar y lan waelod.

Bwyta: Plancton (anifeiliaid/planhigion bach sy'n byw yn nŵr y môr).

Cael ei bwyta gan: Cregyn Mair a malwod môr eraill.

Pwerau arbennig: **85** Gall fod yn un o nifer o liwiau, gan gynnwys gwyrdd, melyn, fioled, oren a choch. Mae'n edrych fel tusw o betalau blodau hardd wedi eu gosod gyda'i gilydd i ffurfio mosaig o sêr. Mae'n cymryd 3 i 12 unigolyn i greu un o'r patrymau siâp seren. Mae canol pob 'seren' yn seiffon allanadlu sengl y mae'n ei rannu.

Seren fôr

Asterias rubens

Mae ganddi 5 braich bigfain sy'n codi o ddisgen ganolog drwchus. Mae'r arwyneb wedi'i orchuddio â thaeniad mân o ddrain gwyn. Oddi tano ac ar yr ochrau mae'r traed tiwb niferus. Fel arfer mae lliw'r corff yn oren golau.

Maint: Fel arfer tua 12 i 20 cm (mewn amodau cysgodol gallai dyfu i ddwywaith y maint hwn neu hyd yn oed yn fwy!).

Byw: Mewn dŵr bas ar wely'r môr ac mewn pyllau trai.

Bwyta: Llyngyr, anifeiliaid â dwy gragen (e.e. misglod/cregyn gleision), draenogod môr.

Cael ei bwyta gan: Crancod, pysgod, adar.

Pwerau arbennig: **91** Gall dyfu braich gyfan newydd (gall, wir i chi!!) os yw un o'r breichiau'n cael niwed neu os yw'n gorfod aberthu braich i ddianc rhag ysglyfaethwyr. Mae'r sugnolynau ar eu traed yn ddigon cryf i dynnu cragen misglen ar agor. Gall arogleuo ei hysglyfaethwyr, ac yna ymestyn ei stumog allan o'i cheg i doddi'r dioddefwr.

Fel arfer, maen nhw'n wyrdd ond maen nhw'n gallu bod yn frown, yn oren neu'n goch!

Cranc gwyrdd
Carcinus maenas

Maint: Hyd at 15cm.

Byw: Mewn pyllau trai, weithiau o dan wymon.

Bwyta: Unrhyw beth, bron!

Cael ei bwyta gan: Adar y môr a physgod mwy o faint.

Pwerau arbennig: **72** Rhaid i chi gyfaddef bod cerdded wysg eich ochr yn eithaf cŵl. Ac maen nhw'n gallu diosg eu corff wrth iddyn nhw dyfu.

Cranc porslen blewog

Porcellana platycheles

Cranc bach blewog, llwyd-frown â chrafangau blewog, fflat, mawr iawn a theimlyddion mawr fel chwip.

Maint: Hyd at 1.5cm.

Byw: I'w gweld yn aml o dan glogfeini (edrychwch ar arwyneb y graig).

Bwyta: Maen nhw'n llysieuwyr mwyn sy'n clirio'r malurion a'r detritws o arwyneb y graig.

Cael ei bwyta gan: Pysgod, adar.

Pwerau arbennig: **73** Mae ganddyn nhw grafangau sy'n enfawr o gymharu â maint eu corff. Mae maint crafangau pinsio crancod yn wahanol - mae un yn malu, a'r llall yn torri (fel cael eich cyllell a fforc eich hun). Gall ddiosg crafanc neu goes er mwyn tynnu sylw ysglyfaethwr sy'n ymosod a bydd yn tyfu nôl!

Cranc meddal
Pagurus spp.

Mae'r corff yn frown-goch, yn feddal ac yn anghymesurol - mae wedi'i siapio i ffitio tu mewn i gregyn troellog. Mae'r teimlyddion yn hir a'r llygaid allan ar goesynnau. Mae un pinsiwr (fel arfer yr un ar y dde) yn fwy na'r llall. Yn aml maen nhw i'w gweld yng nghregyn gwichiaid neu mewn cregyn moch. Mae yna nifer o rywogaethau.

Maint: Hyd at 3.5cm.

Byw: Yn y dŵr bas ar wely'r môr ac mewn pyllau trai.

Bwyta: Pethau marw (gwymon ac anifeiliaid). Carthysyddion sy'n achub ar bob cyfle, ac yn bwydo ar unrhyw beth y maen nhw'n gallu dod o hyd iddo.

Cael ei bwyta gan: Adar a physgod os ydyn nhw'n eu dal tu allan i'w cregyn.

Pwerau arbennig: **74** Maen nhw'n rhai da am ddod o hyd i hen gregyn neu hyd yn oed topiau poteli i fyw ynddyn nhw ac yna'n eu cyfnewid am rai mwy o faint wrth iddyn nhw dyfu. Weithiau maen nhw'n cadw eu hanemoni môr eu hunain fel anifail anwes ar eu cragen ac yn rhoi briwsion bwyd iddyn nhw (aaa!) yn gyfnewid am eu gallu i bigo ysglyfaethwyr a'u cadw i ffwrdd.

Llyfrothen

Lipophrys pholis

Mae'r Llyfrothen Benddu yn llyfrothen gyffredin y gallech ei gweld ar lan y môr. Mae'n wyrdd ac mae ganddi smotiau du sy'n ei chuddio'n dda . Nid oes cennau arni ac mae ei chorff yn feddal ac yn llysnafeddog. Mae yna lyfrothod eraill o gwmpas ond mae ganddyn nhw dentaclau ar eu pennau (e.e. Llyfrothen Montagu mewn pyllau trai ar y lan uchaf sy'n bwydo ar goesau a breichiau cregyn llong). Gall gnoi!

Maint: 10 i 20cm.

Byw: Os ydych yn ddigon ffodus fe welwch chi un o dan glogfaen, mewn pwll trai neu hyd yn oed mewn hollt llaith, dwfn (weithiau gallwch weld eu llygaid sgleiniog!).

Bwyta: Cregyn llong, berdys, llyngyr, pysgod/crancod bach.

Cael ei bwyta gan: Adar y môr.

Pwerau arbennig: **XX** Gall fyw tu allan i'r dŵr am gyfnod byr (ymddygiad amffibiaidd) a gall newid ei lliw hefyd (nid yr octopws yw'r unig feistr ar guddio!).

Môr-wlithen glustiog

Aplysia punctata

Môr-wlithen fawr - mae'r lliw'n amrywio o wyrdd i goch tywyll/du. Weithiau mae marciau arni.

Maint: 7 i 20cm o hyd.

Byw: Y lan waelod ac o dan y llanw.

Bwyta: Gwymonau (mae lliw'r corff yn amrywio yn ôl lliw'r gwymon y mae'n ei fwyta).

Cael ei bwyta gan: Crancod (ac efallai y bydd pysgod yn cael ambell gnoad).

Pwerau arbennig: **90** Malwod môr sydd â chragen fewnol gyfrinachol. Mae ganddyn nhw dentaclau ar eu pennau sy'n edrych fel clustiau ysgyfarnog ond maen nhw'n gweithio fel trwyn. Maen nhw'n gallu chwistrellu inc porffor a llysnafedd gwyn pan fydd rhywun neu rywbeth yn tarfu arnyn nhw. Maen nhw'n dodwy wyau mewn llinynnau pinc hir ar wymon sy'n edrych fel sbageti pinc.

Chwannen draeth

Talitrus saltator

Mae chwain tywod o liw hufen-llwydaidd ac mae ganddyn nhw un teimlydd sy'n amlwg yn fwy trwchus na'r llall. Diolch i'w corff fflat maen nhw'n gallu ffitio i mewn i lawer o ofodau.

Maint: Hyd at 2cm.

Byw: Ar y traeth ar y marc penllanw yn y draethlin.

Bwyta: Gwymon sy'n pydru.

Cael ei bwyta gan: Adar yn bennaf.

Pwerau arbennig: **79** Mae'n tyrchu'n ddwfn i mewn i'r tywod bob dydd, gan sleifio allan i fwydo gyda'r nos.

Mae'n neidio mewn ffordd wyllt i ddrysu ysglyfaethwyr. Efallai ei bod yn fach ond gall neidio 30cm - anhygoel!

Cwtsboncyn
Anurida maritima

Pryfed bach heb adenydd sydd o liw glasddu dwfn oherwydd y gwallt dwys, melfedaidd sy'n eu gorchuddio, sy'n gwrthyrru dŵr.

Maint: 0.4cm

Byw: Maen nhw'n arnofio ar y tyniant arwyneb ar byllau trai. Yn aml maen nhw i'w gweld mewn grwpiau mawr ar ddŵr llonydd.

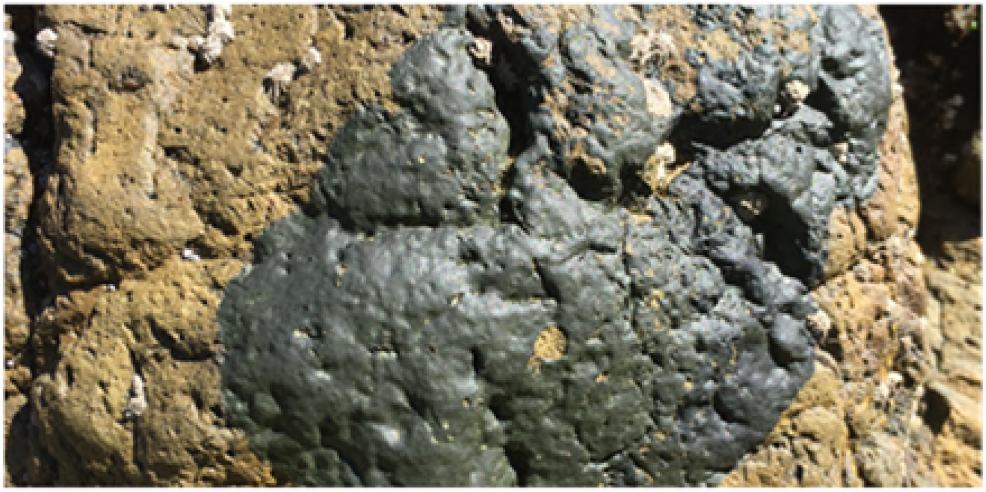
Bwyta: Detritws. Maen nhw'n garthysyddion sy'n dod o hyd i'w bwyd trwy arogleuo.

Cael ei bwyta gan: Pysgod, adar, anemonïau.

Pwerau arbennig: **84** Pryfed sy'n deifio! Mae'r gwallt bach ar eu corff yn trapio aer er mwyn ffurfio eu swigen aer eu hunain. Mae'r swigen aer yn rhoi aer iddyn nhw i oroesi am hyd at 2 ddiwrnod, o dan y dŵr. Maen nhw'n gwybod pan fo'r llanw'n isel neu'n uchel gan fod ganddyn nhw gloc corff mewnol clyfar sy'n adnabod y cylch llanwol.

Côl-tar y cerrig

Verrucaria maura



Mae'n ffurfio haenen ddu, afloyw, denau ar arwyneb y graig. Mae'r cen du yn cael ei enw cyffredin o'r ffaith ei fod yn ffurfio haenau mawr du ar greigiau, nes bod y graig yn edrych fel petai wedi ei gorchuddio ag olew crai sydd wedi gollwng o gwch.

Maint: 0.1cm. Mae'n anodd gwybod ble maen nhw'n dechrau ac yn gorffen!

Byw: Yn uchel i fyny ar y lan yn y 'parth tasgu' uwchben cerrig llong/brennig ac o dan fand melyn/oren y cennau.

Bwyta: Mae'r partner algaidd mewn cen yn cael ei egni o'r haul ac mae'r partner ffwngaidd yn casglu maetholion. Mae'n drefniant cymhleth ond yn amlwg yn un da gan fod cennau yn llwyddiannus iawn.

Cael ei bwyta gan: Mae anifeiliaid sy'n pori (malwod môr) yn gallu eu bwyta wedi i'r dŵr eu meddalu.

Pwerau arbennig: 75 Mae cennau yn bartneriaeth o organebau gwahanol sydd mor llwyddiannus eu bod nhw wedi bodoli am tua 400 miliwn o flynyddoedd. Maen nhw'n tyfu'n araf iawn ac fe allai rhai mathau o gen fyw am gannoedd o flynyddoedd.