


WALES COAST PATH DISTANCE TABLE																							Kilometres		
Region A - North Wales Coast & Dee Estuary																									
Note: Where there are two official routes distances are calculated for the one closest to the sea. Via Alternative Inland Routes: Mostyn - Ffynnongroyw 5 Conwy - Llanfairfechan 18	Chester / Flintshire Border	Shotton	Flint	Bagillt	Greenfield	Mostyn	Ffynnongroyw	Talacre	Flintshire / Denbighshire Border	Prestatyn	Rhyl	Denbighshire / Conwy Border	Pensarn	Colwyn Bay	Rhos-on-Sea	Llandudno North Shore	Llandudno West Shore	Deganwy	Conwy	Penmaenmawr	Llanfairfechan	Conwy / Gwynedd Border			
	Chester / Flintshire Border	9	18	22	27	32	35	39	43	47	52	54	60	70	72	80	87	91	93	102	107	110			
Shotton	9	9	14	18	23	26	31	34	38	44	45	51	61	63	71	79	82	84	93	98	101				
Flint	18	9	5	9	14	17	22	25	29	35	36	42	52	54	62	70	73	76	84	89	92				
Bagillt	22	14	5	4	10	12	17	20	24	30	32	38	47	49	57	65	68	71	80	84	88				
Greenfield	27	18	9	4	5	8	13	16	20	26	27	33	43	45	53	61	64	67	75	80	83				
Mostyn	32	23	14	10	5	3	7	11	14	20	22	28	38	40	48	55	58	61	70	75	78				
Ffynnongroyw	35	26	17	12	8	3	4	8	12	17	19	25	35	37	45	53	56	58	67	72	75				
Talacre	39	31	22	17	13	7	4	3	7	13	15	21	31	32	40	48	51	54	63	67	71				
Flintshire / Denbighshire Border	43	34	25	20	16	11	8	3	4	10	11	17	27	29	37	45	48	51	59	64	67				
Prestatyn	47	38	29	24	20	14	12	7	4	6	8	14	23	25	33	41	44	47	56	60	63				
Rhyl	52	44	35	30	26	20	17	13	10	6	2	8	18	19	27	35	38	41	50	54	58				
Denbighshire / Conwy Border	54	45	36	32	27	22	19	15	11	8	2	6	16	18	26	33	37	39	48	53	56				
Pensarn	60	51	42	38	33	28	25	21	17	14	8	6	10	12	20	27	30	33	42	47	50				
Colwyn Bay	70	61	52	47	43	38	35	31	27	23	18	16	10	2	10	18	21	23	32	37	40				
Rhos-on-Sea	72	63	54	49	45	40	37	32	29	25	19	18	12	2	8	16	19	21	30	35	38				
Llandudno North Shore	80	71	62	57	53	48	45	40	37	33	27	26	20	10	8	8	11	14	22	27	30				
Llandudno West Shore	87	79	70	65	61	55	53	48	45	41	35	33	27	18	16	8	3	6	15	19	23				
Deganwy	91	82	73	68	64	58	56	51	48	44	38	37	30	21	19	11	3	3	12	16	19				
Conwy	93	84	76	71	67	61	58	54	51	47	41	39	33	23	21	14	6	3	9	13	17				
Penmaenmawr	102	93	84	80	75	70	67	63	59	56	50	48	42	32	30	22	15	12	9	5	8				
Llanfairfechan	107	98	89	84	80	75	72	67	64	60	54	53	47	37	35	27	19	16	13	5	3				
Conwy / Gwynedd Border	110	101	92	88	83	78	75	71	67	63	58	56	50	40	38	30	23	19	17	8	3				

WALES COAST PATH DISTANCE TABLE

Region B - Isle of Anglesey



Kilometres

Note: Where there are two official routes distances are calculated for the one closest to the sea.

Via Alternative Inland Route:

Cemlyn - Church Bay 13

Abeffraw - Malltraeth 7

	Menai Bridge (Bridge)	Menai Bridge (Town)	Llandegfan	Beaumaris	Penmon Point	Landdona	Pentraeth	Red Wharf Bay	Benllech	Traeth Bychan	Moelfre	Traeth Llugwy	City Dulas	Llaneilian	Amlwch Port	Bull Bay	Cemaes	Wylfa	Cemlyn Bay	Church Bay	Llanfachraeth	Valley	Holyhead	South Stack	Trearddur	Rhoscolyn	Four Mile Bridge	Rhosneigr	Aberffraw	Malltraeth	Llanddwyn Island	Newborough	Dwyran	Brynsiencyn	Moel-y-Don	Llanfairpwll	Menai Bridge Town	Menai Bridge (Bridge)
Menai Bridge (Bridge)		1	4	8	16	25	29	31	33	37	38	42	46	55	58	61	71	75	79	90	101	105	112	121	131	138	146	157	168	177	185	189	192	199	202	207	212	212
Menai Bridge (Town)	1		3	8	15	24	28	30	33	36	38	41	45	54	58	61	71	75	78	89	100	104	112	120	131	138	145	156	168	176	184	189	191	198	201	206	211	212
Llandegfan	4	3		4	12	21	25	27	29	33	34	38	42	51	54	57	67	71	75	86	97	101	108	117	127	134	142	153	164	173	181	186	188	195	198	203	208	208
Beaumaris	8	8	4		7	16	20	23	25	28	30	33	37	46	50	53	63	67	70	81	92	96	104	112	123	130	137	149	160	168	176	181	183	190	193	199	203	204
Penmon Point	16	15	12	7		9	13	15	18	21	23	26	30	39	43	46	56	60	63	74	85	89	97	105	116	123	130	141	153	161	169	174	176	183	186	191	196	197
Landdona	25	24	21	16	9		4	6	8	12	14	17	21	30	33	37	46	51	54	65	76	80	87	96	106	113	121	132	143	152	160	165	167	174	177	182	187	187
Pentraeth	29	28	25	20	13	4		2	4	8	10	13	17	26	29	33	43	47	50	61	72	76	84	92	103	109	117	128	139	148	156	161	163	170	173	178	183	183
Red Wharf Bay	31	30	27	23	15	6	2		2	6	7	11	15	24	27	30	40	44	48	59	70	74	81	90	100	107	115	126	137	146	154	159	161	168	171	176	181	181
Benllech	33	33	29	25	18	8	4	2		4	5	9	13	22	25	28	38	42	46	57	68	72	79	88	98	105	113	124	135	144	151	156	158	166	169	174	178	179
Traeth Bychan	37	36	33	28	21	12	8	6	4		2	5	9	18	21	25	35	39	42	53	64	68	75	84	95	101	109	120	131	140	148	153	155	162	165	170	175	175
Moelfre	38	38	34	30	23	14	10	7	5	2		3	7	16	20	23	33	37	40	51	62	67	74	82	93	100	107	119	130	138	146	151	153	160	163	169	173	174
Traeth Llugwy	42	41	38	33	26	17	13	11	9	5	3		4	13	16	20	30	34	37	48	59	63	70	79	90	96	104	115	126	135	143	148	150	157	160	165	170	170
City Dulas	46	45	42	37	30	21	17	15	13	9	7	4		9	12	16	26	30	33	44	55	59	66	75	86	92	100	111	122	131	139	144	146	153	156	161	166	166
Llaneilian	55	54	51	46	39	30	26	24	22	18	16	13	9		3	7	17	21	24	35	46	50	57	66	77	83	91	102	113	122	130	135	137	144	147	152	157	157
Amlwch Port	58	58	54	50	43	33	29	27	25	21	20	16	12	3		3	13	17	20	31	43	47	54	63	73	80	88	99	110	119	126	131	133	141	144	149	153	154
Bull Bay	61	61	57	53	46	37	33	30	28	25	23	20	16	7	3		10	14	17	28	39	43	51	59	70	77	84	96	107	115	123	128	130	137	140	146	150	151
Cemaes	71	71	67	63	56	46	43	40	38	35	33	30	26	17	13	10		4	7	18	29	34	41	49	60	67	74	86	97	105	113	118	120	128	130	136	140	141
Wylfa	75	75	71	67	60	51	47	44	42	39	37	34	30	21	17	14	4		3	14	25	29	37	45	56	63	70	82	93	101	109	114	116	123	126	132	136	137
Cemlyn Bay	79	78	75	70	63	54	50	48	46	42	40	37	33	24	20	17	7	3		11	22	26	34	42	53	59	67	78	90	98	106	111	113	120	123	128	133	133
Church Bay	90	89	86	81	74	65	61	59	57	53	51	48	44	35	31	28	18	14	11		11	15	23	31	42	49	56	67	79	87	95	100	102	109	112	117	122	122
Llanfachraeth	101	100	97	92	85	76	72	70	68	64	62	59	55	46	43	39	29	25	22	11		4	11	20	31	37	45	56	67	76	84	89	91	98	101	106	111	111
Valley	105	104	101	96	89	80	76	74	72	68	67	63	59	50	47	43	34	29	26	15	4		7	16	26	33	41	52	63	72	80	85	87	94	97	102	107	107
Holyhead	112	112	108	104	97	87	84	81	79	75	74	70	66	57	54	51	41	37	34	23	11	7		9	19	26	33	45	56	64	72	77	79	87	90	95	99	100
South Stack	121	120	117	112	105	96	92	90	88	84	82	79	75	66	63	59	49	45	42	31	20	16	9		11	17	25	36	47	56	64	69	71	78	81	86	91	91
Trearddur	131	131	127	123	116	106	103	100	98	95	93	90	86	77	73	70	60	56	53	42	31	26	19	11		7	14	26	37	45	53	58	60	68	70	76	80	81
Rhoscolyn	138	138	134	130	123	113	109	107	105	101	100	96	92	83	80	77	67	63	59	49	37	33	26	17	7		8	19	30	39	46	51	53	61	64	69	73	74
Four Mile Bridge	146	145	142	137	130	121	117	115	113	109	107	104	100	91	88	84	74	70	67	56	45	41	33	25	14	8		11	23	31	39	44	46	53	56	61	66	66
Rhosneigr	157	156	153	149	141	132	128	126	124	120	119	115	111	102	99	96	86	82	78	67	56	52	45	36	26	19	11		11	20	28	33	35	42	45	50	55	55
Aberffraw	168	168	164	160	153	143	139	137	135	131	130	126	122	113	110	107	97	93	90	79	67	63	56	47	37	30	23	11		8	16	21	23	31	34	39	43	44
Malltraeth	177	176	173	168	161	152	148	146	144	140	138	135	131	122	119	115	105	101	98	87	76	72	64	56	45	39	31	20	8		8	13	15	22	25	30	35	35
Llanddwyn Island	185	184	181	176	169	160	156	154	151	148	146	143	139	130	126	123	113	109	106	95	84	80	72	64	53	46	39	28	16	8		5	7	14	17	22	27	28
Newborough	189	189	186	181	174	165	161	159	156	153	151	148	144	135	131	128	118	114	111	100	89	85	77	69	58	51	44	33	21	13	5		2	9	12	17	22	23
Dwyran	192	191	188	183	176	167	163	161	158	155	153	150	146	137	133	130	120	116	113	102	91	87	79	71	60	53	46	35	23	15	7	2		7	10	15	20	21
Brynsiencyn	199	198	195	190	183	174	170	168	166	162	160	157	153	144	141	137	128	123	120	109	98	94	87	78	68	61	53	42	31	22	14	9	7		3	8	13	13
Moel-y-Don	202	201	198	193	186	177	173	171	169	165	163	160	156	147	144	140	130	126	123	112	101	97	90	81	70	64	56	45	34	25	17	12	10	3		5	10	10
Llanfairpwll	207	206	203	199	191	182	178	176	174	170	169	165	161	152	149																							

WALES COAST PATH DISTANCE TABLE

Region C - Menai, Llŷn & Meirionnydd



Kilometres

	Conwy / Gwynedd Border	Abergwyngregyn	Bangor	Menai Bridge (Bridge)	Felinheli	Caernarfon	Dinas Dinlle	Clynnog Fawr	Trefor	Nefyn	Tudweiliog	Porth Oer	Aberdaron	Rhiw	Pentowyn	Abersoch	Llanbedrog	Pwllheli	Llanystywdwy	Criccieth	Porthmadog	Penrhynudraeth	Llandecwyn	Ynys	Harlech	Llandanwg	Pensarn	Llanbedr	Tal y Bont	Barmouth	Fairbourne	Llwyngwril	Tonfannau	Tywyn	Aberdyfi	Pennal	Gwynedd / Powys Border
Conwy / Gwynedd Border	2	13	17	25	32	45	54	59	74	88	102	117	125	134	149	157	164	177	182	192	199	201	205	211	216	217	219	230	238	244	252	260	264	271	283	289	
Abergwyngregyn	2	11	15	23	30	43	52	57	72	86	100	115	123	132	147	155	162	175	180	190	197	199	203	209	214	215	217	228	236	242	250	258	262	269	281	287	
Bangor	13	11	4	11	18	32	40	46	61	75	88	103	111	121	136	143	150	164	168	179	185	187	192	198	202	204	205	217	224	230	238	246	251	257	269	276	
Menai Bridge (Bridge)	17	15	4	7	14	28	36	42	57	71	84	99	107	117	132	139	146	160	164	175	181	183	188	194	198	200	201	213	220	226	234	242	247	253	265	272	
Felinheli	25	23	11	7	7	21	29	35	50	63	77	92	100	110	125	132	139	153	157	168	174	176	181	187	191	193	194	206	213	219	227	235	239	246	258	265	
Caernarfon	32	30	18	14	7	13	22	27	42	56	70	85	93	102	117	125	132	146	150	161	167	169	173	179	184	186	187	198	206	212	220	228	232	239	251	257	
Dinas Dinlle	45	43	32	28	21	13	9	14	29	43	56	71	80	89	104	112	118	132	137	147	154	156	160	166	171	172	174	185	193	199	206	215	219	226	237	244	
Clynnog Fawr	54	52	40	36	29	22	9	5	20	34	48	63	71	80	95	103	110	124	128	139	145	147	151	157	162	164	165	176	184	190	198	206	210	217	229	235	
Trefor	59	57	46	42	35	27	14	5	15	29	42	57	66	75	90	98	104	118	123	133	140	142	146	152	157	158	160	171	179	185	193	201	205	212	224	230	
Nefyn	74	72	61	57	50	42	29	20	15	14	27	42	51	60	75	83	89	103	108	118	125	127	131	137	142	143	145	156	164	170	178	186	190	197	209	215	
Tudweiliog	88	86	75	71	63	56	43	34	29	14	29	37	46	61	69	76	90	94	104	111	113	117	123	128	129	131	142	150	156	164	172	176	183	195	201		
Porth Oer	102	100	88	84	77	70	56	48	42	27	14	15	23	32	47	55	62	76	80	91	97	99	104	110	114	116	117	129	136	142	150	158	162	169	181	187	
Aberdaron	117	115	103	99	92	85	71	63	57	42	29	15	8	18	33	40	47	61	65	76	82	84	89	95	99	101	102	114	121	127	135	143	147	154	166	173	
Rhiw	125	123	111	107	100	93	80	71	66	51	37	23	8	9	24	32	39	53	57	68	74	76	80	87	91	93	94	105	113	119	127	135	139	146	158	164	
Pentowyn	134	132	121	117	110	102	89	80	75	60	46	32	18	9	15	23	29	43	48	58	65	67	71	77	82	83	85	96	104	110	118	126	130	137	149	155	
Abersoch	149	147	136	132	125	117	104	95	90	75	61	47	33	24	15	8	14	28	33	43	50	52	56	62	67	68	70	81	89	95	103	111	115	122	134	140	
Llanbedrog	157	155	143	139	132	125	112	103	98	83	69	55	40	32	23	8	7	21	25	36	42	44	48	54	59	61	62	73	81	87	95	103	107	114	126	132	
Pwllheli	164	162	150	146	139	132	118	110	104	89	76	62	47	39	29	14	7	14	18	29	35	37	42	48	52	54	55	67	74	80	88	96	100	107	119	125	
Llanystywdwy	177	175	164	160	153	146	132	124	118	103	90	76	61	53	43	28	21	14	4	15	21	23	28	34	38	40	41	53	60	66	74	82	86	93	105	112	
Criccieth	182	180	168	164	157	150	137	128	123	108	94	80	65	57	48	33	25	18	4	10	17	19	23	29	34	35	37	48	56	62	70	78	82	89	101	107	
Porthmadog	192	190	179	175	168	161	147	139	133	118	104	91	76	68	58	43	36	29	15	10	7	8	13	19	23	25	27	38	46	52	59	68	72	78	90	97	
Penrhynudraeth	199	197	185	181	174	167	154	145	140	125	111	97	82	74	65	50	42	35	21	17	7	2	6	12	17	18	20	31	39	45	53	61	65	72	84	90	
Llandecwyn	201	199	187	183	176	169	156	147	142	127	113	99	84	76	67	52	44	37	23	19	8	2	4	10	15	17	18	29	37	43	51	59	63	70	82	88	
Ynys	205	203	192	188	181	173	160	151	146	131	117	104	89	80	71	56	48	42	28	23	13	6	4	6	11	12	14	25	33	39	47	55	59	66	78	84	
Harlech	211	209	198	194	187	179	166	157	152	137	123	110	95	87	77	62	54	48	34	29	19	12	10	6	4	6	8	19	27	33	40	49	53	60	71	78	
Llandanwg	216	214	202	198	191	184	171	162	157	142	128	114	99	91	82	67	59	52	38	34	23	17	15	11	4	2	3	14	22	28	36	44	48	55	67	73	
Pensarn	217	215	204	200	193	186	172	164	158	143	129	116	101	93	83	68	61	54	40	35	25	18	17	12	6	2	2	13	21	27	34	43	47	53	65	72	
Llanbedr	219	217	205	201	194	187	174	165	160	145	131	117	102	94	85	70	62	55	41	37	27	20	18	14	8	3	2	11	19	25	33	41	45	52	64	70	
Tal y Bont	230	228	217	213	206	198	185	176	171	156	142	129	114	105	96	81	73	67	53	48	38	31	29	25	19	14	13	11	8	14	21	30	34	41	52	59	
Barmouth	238	236	224	220	213	206	193	184	179	164	150	136	121	113	104	89	81	74	60	56	46	39	37	33	27	22	21	19	8	6	14	22	26	33	45	51	
Fairbourne	244	242	230	226	219	212	199	190	185	170	156	142	127	119	110	95	87	80	66	62	52	45	43	39	33	28	27	25	14	6	8	16	20	27	39	45	
Llwyngwril	252	250	238	234	227	220	206	198	193	178	164	150	135	127	118	103	95	88	74	70	59	53	51	47	40	36	34	33	21	14	8	8	12	19	31	37	
Tonfannau	260	258	246	242	235	228	215	206	201	186	172	158	143	135	126	111	103	96	82	78	68	61	59	55	49	44	43	41	30	22	16	8	4	11	23	29	
Tywyn	264	262	251	247	239	232	219	210	205	190	176	162	147	139	130	115	107	100	86	82	72	65	63	59	53	48	47	45	34	26	20	12	4	7	19	25	
Aberdyfi	271	269	257	253	246	239	226	217	212	197	183	169	154	146	137	122	114	107	93	89	78	72	70	66	60	55	53	52	41	33	27	19	11	7	12	18	
Pennal	283	281	269	265	258	251	237	229	224	209	195	181	166	158	149	134	126	119	105	101	90	84	82	78	71	67	65	64	52	45	39	31	23	19	12	6	
Gwynedd / Powys Border	289	287	276	272	265	257	244	235	230	215	201	187	173	164	155	140	132	125	112	107	97	90	88	84	78	73	72	70	59	51	45	37	29				

WALES COAST PATH DISTANCE TABLE

Region D - Ceredigion



Kilometres

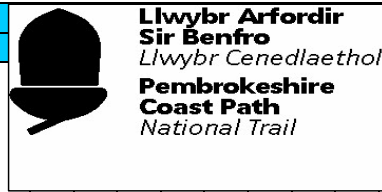
Note: Where there are two official routes distances are calculated for the one closest to the sea.
Via Alternative Inland Route:
Cwmtydu - Llangrannog 9

	Gwynedd / Powys Border	Machynlleth	Powys / Ceredigion Border	Furnace	Tre'r Ddol	Borth	Clarach	Aberystwyth	Llanrhystud	Llanon	Aberarth	Aberaeron	Newquay	Cwmtydu	Llangrannog	Penbryn	Tresaith	Aberporth	Mwnt	Gwbert	Cardigan	Ceredigion / Pembrokeshire Border
Gwynedd / Powys Border		1	8	13	17	25	31	34	51	55	59	62	73	78	86	89	92	94	102	108	114	115
Machynlleth	1		7	13	17	24	31	34	50	54	59	62	72	78	85	88	91	93	102	107	113	114
Powys / Ceredigion Border	8	7		6	10	17	24	27	43	48	52	55	65	71	78	81	84	87	95	100	106	108
Furnace	13	13	6		4	11	18	21	38	42	46	49	59	65	72	76	78	81	89	95	101	102
Tre'r Ddol	17	17	10	4		7	14	17	33	38	42	45	55	61	68	71	74	77	85	91	96	98
Borth	25	24	17	11	7		7	10	26	31	35	38	48	54	61	64	67	69	78	83	89	91
Clarach	31	31	24	18	14	7		3	19	24	28	31	41	47	54	58	60	63	71	77	82	84
Aberystwyth	34	34	27	21	17	10	3		17	21	25	28	38	44	52	55	57	60	68	74	80	81
Llanrhystud	51	50	43	38	33	26	19	17		4	9	12	22	27	35	38	41	43	51	57	63	64
Llanon	55	54	48	42	38	31	24	21	4		4	7	18	23	31	34	36	39	47	53	59	60
Aberarth	59	59	52	46	42	35	28	25	9	4		3	13	19	26	29	32	35	43	49	54	56
Aberaeron	62	62	55	49	45	38	31	28	12	7	3		10	16	23	26	29	32	40	45	51	53
Newquay	73	72	65	59	55	48	41	38	22	18	13	10		6	13	16	19	21	30	35	41	42
Cwmtydu	78	78	71	65	61	54	47	44	27	23	19	16	6		7	11	13	16	24	30	36	37
Llangrannog	86	85	78	72	68	61	54	52	35	31	26	23	13	7		3	6	8	16	22	28	29
Penbryn	89	88	81	76	71	64	58	55	38	34	29	26	16	11	3		3	5	13	19	25	26
Tresaith	92	91	84	78	74	67	60	57	41	36	32	29	19	13	6	3		3	11	16	22	24
Aberporth	94	93	87	81	77	69	63	60	43	39	35	32	21	16	8	5	3		8	14	20	21
Mwnt	102	102	95	89	85	78	71	68	51	47	43	40	30	24	16	13	11	8		6	12	13
Gwbert	108	107	100	95	91	83	77	74	57	53	49	45	35	30	22	19	16	14	6		6	7
Cardigan	114	113	106	101	96	89	82	80	63	59	54	51	41	36	28	25	22	20	12	6		1
Ceredigion / Pembrokeshire Border	115	114	108	102	98	91	84	81	64	60	56	53	42	37	29	26	24	21	13	7	1	

WALES COAST PATH DISTANCE TABLE

Region E - Pembrokeshire

Note: Where there are two official routes distances are calculated for the one closest to the sea.
 Via Alternative Inland Route:
 Cwm-yr-Eglwys - Pwllgwaelod 1
 Dale - Monk Haven 7
 Monk Haven - Milford Haven 19
 Castlemartin - Freshwater East 18
 Lydstep - Tenby 7



Kilometres

	Ceredigion Border	St Dogmaels	Poppit Sands	Ceibrwr Bay	Newport	Cwm-yr-Eglwys	Pwllgwaelod	Fishguard	Goodwick	Strumble Head	Abercastle	Trefin	Abererddy	Whitesands Bay	St Justinians	Porth Clais	Caerfai	Solva	Newgale	Nolton Haven	Broad Haven	Little Haven	St Bride's Haven	Musslewick Sands	Martin's Haven	Dale	Monk Haven	Milford Haven	Neyland	Pembroke Dock	Pembroke	Angle	Freshwater West	Castlemartin	St Govan's Chapel	Freshwater East	Manorbier	Lydstep	Penally	Tenby	Saundersfoot	Amroth	Carmarthenshire Border
Ceredigion Border		2	4	13	27	32	36	45	48	58	73	77	83	95	99	106	109	116	123	128	134	135	144	147	151	167	171	184	193	198	202	221	234	238	248	259	265	269	274	277	284	288	290
St Dogmaels	2		2	11	25	31	35	43	47	56	71	76	82	94	97	105	107	114	121	126	132	133	142	146	149	165	169	182	192	197	201	219	232	236	246	257	263	268	273	275	282	287	288
Poppit Sands	4	2		9	23	28	32	41	44	54	69	73	79	91	95	102	105	112	119	124	130	131	140	143	147	163	167	180	189	194	198	217	230	234	244	255	261	265	270	273	279	284	286
Ceibrwr Bay	13	11	9		14	19	23	32	35	45	60	64	70	82	86	93	96	103	110	115	121	122	131	134	138	154	158	171	180	185	189	208	221	225	235	246	252	256	261	264	270	275	277
Newport	27	25	23	14		6	9	18	22	31	46	51	56	69	72	79	82	89	96	101	107	108	117	121	124	140	144	157	166	172	176	194	207	211	221	232	238	242	248	250	257	262	263
Cwm-yr-Eglwys	32	31	28	19	6		4	12	16	25	41	45	51	63	67	74	77	84	90	95	101	102	111	115	118	134	138	151	161	166	170	188	202	205	215	226	232	237	242	244	251	256	257
Pwllgwaelod	36	35	32	23	9	4		8	12	22	37	41	47	59	63	70	73	80	87	91	97	98	107	111	114	131	134	148	157	162	166	185	198	202	212	223	229	233	238	240	247	252	253
Fishguard	45	43	41	32	18	12	8		4	13	28	33	39	51	54	62	65	71	78	83	89	90	99	103	106	122	126	139	149	154	158	176	190	193	203	214	220	225	230	232	239	244	245
Goodwick	48	47	44	35	22	16	12	4		9	25	29	35	47	51	58	61	68	74	79	85	86	95	99	102	118	122	135	145	150	154	172	186	189	199	210	216	221	226	228	235	240	241
Strumble Head	58	56	54	45	31	25	22	13	9		15	20	26	38	41	48	51	58	65	70	76	77	86	90	93	109	113	126	135	141	145	163	176	180	190	201	207	211	217	219	226	231	232
Abercastle	73	71	69	60	46	41	37	28	25	15		4	10	22	26	33	36	43	50	55	61	62	71	74	78	94	98	111	120	125	129	148	161	165	175	186	192	196	201	204	210	215	217
Trefin	77	76	73	64	51	45	41	33	29	20	4		6	18	22	29	32	39	45	50	56	57	66	70	73	89	93	106	116	121	125	143	157	160	170	181	187	192	197	199	206	211	212
Abererddy	83	82	79	70	56	51	47	39	35	26	10	6		12	16	23	26	33	40	44	50	51	60	64	67	84	87	100	110	115	119	137	151	154	165	175	181	186	191	193	200	205	206
Whitesands Bay	95	94	91	82	69	63	59	51	47	38	22	18	12		4	11	14	21	27	32	38	39	48	52	55	71	75	88	98	103	107	125	139	142	152	163	169	174	179	181	188	193	194
St Justinians	99	97	95	86	72	67	63	54	51	41	26	22	16	4		7	10	17	24	29	35	36	45	48	52	68	72	85	94	99	103	122	135	139	149	160	166	170	175	178	185	189	191
Porth Clais	106	105	102	93	79	74	70	62	58	48	33	29	23	11	7		3	10	17	21	27	28	37	41	44	61	65	78	87	92	96	115	128	132	142	153	159	163	168	170	177	182	183
Caerfai	109	107	105	96	82	77	73	65	61	51	36	32	26	14	10	3		7	14	19	24	26	34	38	42	58	62	75	84	89	93	112	125	129	139	150	156	160	165	168	174	179	180
Solva	116	114	112	103	89	84	80	71	68	58	43	39	33	21	17	10	7		7	12	18	19	28	31	35	51	55	68	77	82	86	105	118	122	132	143	149	153	158	161	168	172	174
Newgale	123	121	119	110	96	90	87	78	74	65	50	45	40	27	24	17	14	7		5	11	12	21	25	28	44	48	61	70	76	80	98	111	115	125	136	142	146	152	154	161	166	167
Nolton Haven	128	126	124	115	101	95	91	83	79	70	55	50	44	32	29	21	19	12	5		6	7	16	20	23	39	43	56	66	71	75	93	106	110	120	131	137	142	147	149	156	161	162
Broad Haven	134	132	130	121	107	101	97	89	85	76	61	56	50	38	35	27	24	18	11	6		1	10	14	17	33	37	50	60	65	69	87	101	104	114	125	131	136	141	143	150	155	156
Little Haven	135	133	131	122	108	102	98	90	86	77	62	57	51	39	36	28	26	19	12	7	1		9	13	16	32	36	49	59	64	68	86	99	103	113	124	130	135	140	142	149	154	155
St Bride's Haven	144	142	140	131	117	111	107	99	95	86	71	66	60	48	45	37	34	28	21	16	10	9		4	7	23	27	40	50	55	59	77	91	94	104	115	121	126	131	133	140	145	146
Musslewick Sands	147	146	143	134	121	115	111	103	99	90	74	70	64	52	48	41	38	31	25	20	14	13	4		3	19	23	36	46	51	55	73	87	90	100	111	117	122	127	129	136	141	142
Martin's Haven	151	149	147	138	124	118	114	106	102	93	78	73	67	55	52	44	42	35	28	23	17	16	7	3		16	20	33	43	48	52	70	83	87	97	108	114	119	124	126	133	138	139
Dale	167	165	163	154	140	134	131	122	118	109	94	89	84	71	68	61	58	51	44	39	33	32	23	19	16		4	17	26	32	36	54	67	71	81	92	98	102	108	110	117	122	123
Monk Haven	171	169	167	158	144	138	134	126	122	113	98	93	87	75	72	65	62	55	48	43	37	36	27	23	20	4		13	23	28	32	50	63	67	77	88	94	99	104	106	113	118	119
Milford Haven	184	182	180	171	157	151	148	139	135	126	111	106	100	88	85	78	75	68	61	56	50	49	40	36	33	17	13		9	15	19	37	50	54	64	75	81	85	91	93	100	105	106
Neyland	193	192	189	180	166	161	157	149	145	135	120	116	110	98	94	87	84	77	70	66	60	59	50	46	43	26	23	9		5	9	28	41	45	55	66	72	76	81	83	90	95	96
Pembroke Dock	198	197	194	185	172	166	162	154	150	141	125	121	115	103	99	92	89	82	76	71	65	64	55	51	48	32	28	15	5		4	22	36	39	49	60	66	71	76	78	85	90	91
Pembroke	202	201	198	189	176	170	166	158	154	145	129	125	119	107	103	96	93	86	80	75	69	68	59	55	52	36	32	19	9	4		18	32	35	45	56	62	67	72	74	81	86	87
Angle	221	219	217	208	194	188	185	176	172	163	148	143	137	125	122	115	112	105	98	93	87	86	77	73	70	54	50	37	28	22	18		13	17	27	38	44	48	54	56	63	68	69
Freshwater West	234	232	230	221	207	202	198	190	186	176	161	157	151	139	135	128	125	118	111	106	101	99	91	87	83	67	63	50	41	36	32	13		4	14	25	31	35	40	42	49	54	55
Castlemartin	238	236	234	225	211	205	202	193	189	180	165	160	154	142	139	132	129	122	115	110	104	103	94	90	87	71	67	54	45	39	35	17	4		10	21	27	31	37	39	46	51	52
St Govan's Chapel	248	246	244	235	221	215	212	203	199	190	175	170	165	152	149	142	139	132	125	120	114	113	104	100	97	81	77	64	55	49	45	27	14	10		11	17	21	27	29	36	41	42
Freshwater East	259	257	255	246	232	226	223	214	210	201	186																																

WALES COAST PATH DISTANCE TABLE										Kilometres					
Region F - Carmarthenshire															
	Pembrokeshire / Carmarthenshire Border	Pendine	Laugharne	St Clears	Llansteffan	Llangain	Carmarthen	Ferryside	Llansaint	Kidwelly	Burry Port	Llanelli	Llanelli Wetland Centre	Bynea	Carmarthenshire / Swansea Border
Pembrokeshire / Carmarthenshire Border	7	16	24	40	48	55	68	73	77	92	98	105	108	109	
Pendine	7	9	17	33	41	48	61	66	70	85	91	98	101	102	
Laugharne	16	9	8	23	31	38	52	56	61	75	82	88	92	93	
St Clears	24	17	8	16	23	30	44	48	53	68	74	80	84	85	
Llansteffan	40	33	23	16	8	15	29	33	37	52	58	65	68	69	
Llangain	48	41	31	23	8	7	21	25	29	44	51	57	60	61	
Carmarthen	55	48	38	30	15	7	14	18	22	37	44	50	53	54	
Ferryside	68	61	52	44	29	21	14	4	8	23	30	36	39	40	
Llansaint	73	66	56	48	33	25	18	4	4	19	26	32	35	36	
Kidwelly	77	70	61	53	37	29	22	8	4	15	21	28	31	32	
Burry Port	92	85	75	68	52	44	37	23	19	15	7	13	16	17	
Llanelli	98	91	82	74	58	51	44	30	26	21	7	6	10	11	
Llanelli Wetland Centre	105	98	88	80	65	57	50	36	32	28	13	6	3	4	
Bynea	108	101	92	84	68	60	53	39	35	31	16	10	3	1	
Carmarthenshire / Swansea Border	109	102	93	85	69	61	54	40	36	32	17	11	4	1	

Version 1: 8 November 2012

WALES COAST PATH DISTANCE TABLE

Region G - Gower & Swansea Bay



Kilometres

Note: Where there are two official routes distances are calculated for the one closest to the sea.

Via Alternative Inland Route:

Landimore - Hillend 13

Baglan - Margam 15

Temporary Diversion:

Margam - Rest Bay (Region H) 15

	Carmarthenshire / Swansea Border	Pen-clawdd	Crofty	Llanrhidian	Landimore	Hillend	Rhossili	Port-Eynon	Horton	Oxwich	West Cliff	Caswell Bay	Mumbles	Swansea River Tawe	Swansea / Neath Port Talbot Border	Baglan	Aberavon	Port Talbot	Margam	Neath Port Talbot / Bridgend Border
Carmarthenshire / Swansea Border	8	11	15	19	35	39	50	51	57	65	71	77	86	90	96	101	106	110	115	
Pen-clawdd	8	4	8	12	27	31	42	43	50	58	64	69	78	82	88	94	98	103	107	
Crofty	11	4	4	8	24	27	39	40	46	54	60	65	75	79	84	90	94	99	104	
Llanrhidian	15	8	4	4	20	23	35	35	42	50	56	61	71	74	80	86	90	95	100	
Landimore	19	12	8	4	16	19	31	32	38	46	52	57	67	71	76	82	86	91	96	
Hillend	35	27	24	20	16	4	15	16	22	30	36	42	51	55	61	66	71	75	80	
Rhossili	39	31	27	23	19	4	11	12	19	27	33	38	48	51	57	63	67	72	76	
Port-Eynon	50	42	39	35	31	15	11	1	7	15	21	27	36	40	46	51	56	60	65	
Horton	51	43	40	35	32	16	12	1	6	15	21	26	35	39	45	50	55	60	64	
Oxwich	57	50	46	42	38	22	19	7	6	8	14	19	29	33	38	44	48	53	58	
West Cliff	65	58	54	50	46	30	27	15	15	8	6	11	21	24	30	36	40	45	50	
Caswell Bay	71	64	60	56	52	36	33	21	21	14	6	5	15	18	24	30	34	39	44	
Mumbles	77	69	65	61	57	42	38	27	26	19	11	5	10	13	19	25	29	34	38	
Swansea River Tawe	86	78	75	71	67	51	48	36	35	29	21	15	10	4	10	15	19	24	29	
Swansea / Neath Port Talbot Border	90	82	79	74	71	55	51	40	39	33	24	18	13	4	6	11	16	21	25	
Baglan	96	88	84	80	76	61	57	46	45	38	30	24	19	10	6	6	10	15	19	
Aberavon	101	94	90	86	82	66	63	51	50	44	36	30	25	15	11	6	4	9	14	
Port Talbot	106	98	94	90	86	71	67	56	55	48	40	34	29	19	16	10	4	5	9	
Margam	110	103	99	95	91	75	72	60	60	53	45	39	34	24	21	15	9	5	5	
Neath Port Talbot / Bridgend Border	115	107	104	100	96	80	76	65	64	58	50	44	38	29	25	19	14	9	5	

WALES COAST PATH DISTANCE TABLE

Region H - South Wales Coast & Severn Estuary



Kilometres

Note: Where there are two official routes distances are calculated for the one closest to the sea.
 Via Alternative Inland Route:
 Porthkerry Park - Barry avoiding Barry Island: 3
 Temporary Diversion:
 Margam (Region G) - Rest Bay 15

	Neath Port Talbot / Bridgend Border	Rest Bay	Porthcawl	Newton	Candleston	Bridgend / Vale of Glamorgan Border	Ogmore-by-Sea	Dunraven Bay	St Donat's	Cwm Colhuw	Summerhouse Point	Gileston	Rhoose	Porthkerry Park	Barry Island	Barry	Sully	Lavernock	Penarth	Vale of Glamorgan / Cardiff Border	Cardiff Bay	Cardiff Tredelerch Park	Cardiff / Newport Border	Lighthouse Park	Newport Pillgwenlly	Newport Wetlands	Redwick	Newport / Monmouthshire Border	Severn Tunnel Junction	Caldicot	Sudbrook	Black Rock	Mathern	Chepstow
Neath Port Talbot / Bridgend Border		6	9	12	17	19	22	26	36	37	42	44	50	54	58	63	69	75	78	80	83	91	95	101	110	118	131	134	139	141	145	146	149	156
Rest Bay	6		3	6	11	13	16	20	30	31	36	39	44	48	52	57	63	69	72	74	77	85	89	95	104	112	125	128	133	135	139	140	143	150
Porthcawl	9	3		3	9	10	13	17	27	29	33	36	41	45	50	54	60	67	70	72	75	83	86	93	101	110	123	125	131	132	136	137	140	147
Newton	12	6	3		5	7	10	14	24	25	30	33	38	42	46	51	57	63	66	68	71	79	83	89	98	106	119	122	127	129	133	134	137	144
Candleston	17	11	9	5		2	5	9	18	20	25	27	33	36	41	45	51	58	61	63	66	74	78	84	93	101	114	117	122	124	127	129	132	138
Bridgend / Vale of Glamorgan Border	19	13	10	7	2		3	7	17	18	23	25	31	35	39	44	50	56	59	61	64	72	76	82	91	99	112	115	120	122	126	127	130	137
Ogmore-by-Sea	22	16	13	10	5	3		4	14	15	20	23	28	32	36	41	47	53	56	58	61	69	73	79	88	96	109	112	117	119	123	124	127	134
Dunraven Bay	26	20	17	14	9	7	4		10	11	16	19	24	28	32	37	43	49	52	54	57	65	69	75	84	92	105	108	113	115	119	120	123	130
St Donat's	36	30	27	24	18	17	14	10		2	6	9	14	18	23	27	33	39	43	45	47	56	59	66	74	82	96	98	104	105	109	110	113	120
Cwm Colhuw	37	31	29	25	20	18	15	11	2		4	7	13	16	21	25	31	38	41	43	46	54	58	64	72	81	94	96	102	103	107	108	112	118
Summerhouse Point	42	36	33	30	25	23	20	16	6	4		3	8	12	17	21	27	33	37	39	41	50	53	59	68	76	90	92	97	99	103	104	107	114
Gileston	44	39	36	33	27	25	23	19	9	7	3		5	9	14	18	24	31	34	36	39	47	51	57	65	74	87	89	95	96	100	101	104	111
Rhoose	50	44	41	38	33	31	28	24	14	13	8	5		4	8	13	19	25	28	30	33	41	45	51	60	68	81	84	89	91	95	96	99	106
Porthkerry Park	54	48	45	42	36	35	32	28	18	16	12	9	4		5	9	15	21	25	27	29	38	41	47	56	64	78	80	85	87	91	92	95	102
Barry Island	58	52	50	46	41	39	36	32	23	21	17	14	8	5		4	10	17	20	22	25	33	37	43	51	60	73	76	81	82	86	87	91	97
Barry	63	57	54	51	45	44	41	37	27	25	21	18	13	9	4		6	12	16	18	20	29	32	38	47	55	69	71	76	78	82	83	86	93
Sully	69	63	60	57	51	50	47	43	33	31	27	24	19	15	10	6		6	10	12	15	23	26	33	41	50	63	65	71	72	76	77	80	87
Lavernock	75	69	67	63	58	56	53	49	39	38	33	31	25	21	17	12	6		3	5	8	16	20	26	35	43	56	59	64	66	70	71	74	81
Penarth	78	72	70	66	61	59	56	52	43	41	37	34	28	25	20	16	10	3		2	5	13	17	23	31	40	53	55	61	62	66	67	71	77
Vale of Glamorgan / Cardiff Border	80	74	72	68	63	61	58	54	45	43	39	36	30	27	22	18	12	5	2		3	11	15	21	29	38	51	53	59	60	64	65	69	75
Cardiff Bay	83	77	75	71	66	64	61	57	47	46	41	39	33	29	25	20	15	8	5	3		8	12	18	27	35	48	51	56	58	62	63	66	73
Cardiff Tredelerch Park	91	85	83	79	74	72	69	65	56	54	50	47	41	38	33	29	23	16	13	11	8		4	10	18	27	40	42	48	49	53	54	58	64
Cardiff / Newport Border	95	89	86	83	78	76	73	69	59	58	53	51	45	41	37	32	26	20	17	15	12	4		6	15	23	36	39	44	46	50	51	54	61
Lighthouse Park	101	95	93	89	84	82	79	75	66	64	59	57	51	47	43	38	33	26	23	21	18	10	6		9	17	30	33	38	40	44	45	48	55
Newport Pillgwenlly	110	104	101	98	93	91	88	84	74	72	68	65	60	56	51	47	41	35	31	29	27	18	15	9		8	22	24	29	31	35	36	39	46
Newport Wetlands	118	112	110	106	101	99	96	92	82	81	76	74	68	64	60	55	50	43	40	38	35	27	23	17	8		13	16	21	23	27	28	31	38
Redwick	131	125	123	119	114	112	109	105	96	94	90	87	81	78	73	69	63	56	53	51	48	40	36	30	22	13		3	8	9	13	14	18	24
Newport / Monmouthshire Border	134	128	125	122	117	115	112	108	98	96	92	89	84	80	76	71	65	59	55	53	51	42	39	33	24	16	3		5	7	11	12	15	22
Severn Tunnel Junction	139	133	131	127	122	120	117	113	104	102	97	95	89	85	81	76	71	64	61	59	56	48	44	38	29	21	8	5		2	6	7	10	17
Caldicot	141	135	132	129	124	122	119	115	105	103	99	96	91	87	82	78	72	66	62	60	58	49	46	40	31	23	9	7	2		4	5	8	15
Sudbrook	145	139	136	133	127	126	123	119	109	107	103	100	95	91	86	82	76	70	66	64	62	53	50	44	35	27	13	11	6	4		1	4	11
Black Rock	146	140	137	134	129	127	124	120	110	108	104	101	96	92	87	83	77	71	67	65	63	54	51	45	36	28	14	12	7	5	1		3	10
Mathern	149	143	140	137	132	130	127	123	113	112	107	104	99	95	91	86	80	74	71	69	66	58	54	48	39	31	18	15	10	8	4	3		7
Chepstow	156	150	147	144	138	137	134	130	120	118	114	111	106	102	97	93	87	81	77	75	73	64	61	55	46	38	24	22	17	15	11	10	7	