


WALES COAST PATH DISTANCE TABLE														Miles																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
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 Route: Mostyn - Ffynnonngroyw 3 Conwy - Llanfairfechan 11		Chester / Flintshire Border					Ffynnonngroyw					Flintshire / Denbighshire Border					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		5	11	14	17	20	22	24	27	29	33	34	37	43	45	50	54	56	58	63	66	68	5	6	8	11	14	16	19	21	23	27	28	32	38	39	44	49	51	52	58	61	63	11	6	3	6	9	11	13	16	18	22	23	26	32	34	39	43	45	47	52	55	57	14	8	3	3	6	8	11	13	15	19	20	23	29	31	36	40	42	44	50	52	54	17	11	6	3	3	5	8	10	12	16	17	21	27	28	33	38	40	41	47	50	52	20	14	9	6	3	2	5	7	9	13	14	17	23	25	30	34	36	38	44	46	48	22	16	11	8	5	2	3	5	7	11	12	16	22	23	28	33	35	36	42	45	47	24	19	13	11	8	5	3	2	4	8	9	13	19	20	25	30	32	33	39	42	44	27	21	16	13	10	7	5	2	2	6	7	11	17	18	23	28	30	31	37	40	42	29	23	18	15	12	9	7	4	2	4	5	8	15	16	21	25	27	29	35	37	39	33	27	22	19	16	13	11	8	6	4	1	5	11	12	17	22	24	25	31	34	36	34	28	23	20	17	14	12	9	7	5	1	4	10	11	16	21	23	24	30	33	35	37	32	26	23	21	17	16	13	11	8	5	4	6	7	12	17	19	21	26	29	31	43	38	32	29	27	23	22	19	17	15	11	10	6	1	6	11	13	15	20	23	25	45	39	34	31	28	25	23	20	18	16	12	11	7	1	5	10	12	13	19	22	24	50	44	39	36	33	30	28	25	23	21	17	16	12	6	5	5	7	8	14	17	19	54	49	43	40	38	34	33	30	28	25	22	21	17	11	10	5	2	4	9	12	14	56	51	45	42	40	36	35	32	30	27	24	23	19	13	12	7	2	2	7	10	12	58	52	47	44	41	38	36	33	31	29	25	24	21	15	13	8	4	2	6	8	10	63	58	52	50	47	44	42	39	37	35	31	30	26	20	19	14	9	7	6	3	5	66	61	55	52	50	46	45	42	40	37	34	33	29	23	22	17	12	10	8	3	2	68	63	57	54	52	48	47	44	42	39	36	35	31	25	24	19	14	12	10	5	2

WALES COAST PATH DISTANCE TABLE

Region B - Isle of Anglesey



Miles

Note: Where there are two official routes distances are calculated for the one closest to the sea.
 Via Alternative Inland Route:
 Cemlyn - Church Bay 8
 Abeffraw - Malltraeth 4

	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)		0	2	5	10	15	18	19	21	23	24	26	28	34	36	38	44	47	49	56	63	65	70	75	82	86	91	98	105	110	115	118	119	124	125	129	131	132
Menai Bridge (Town)	0		2	5	9	15	18	19	20	23	24	26	28	34	36	38	44	47	49	55	62	65	69	75	81	86	90	97	104	109	114	117	119	123	125	128	131	131
Llandegfan	2	2		3	7	13	15	17	18	20	21	23	26	32	34	36	42	44	46	53	60	63	67	73	79	83	88	95	102	107	112	115	117	121	123	126	129	129
Beaumaris	5	5	3		4	10	13	14	15	18	19	21	23	29	31	33	39	42	44	50	57	60	65	70	76	81	85	92	99	105	109	113	114	118	120	123	126	127
Penmon Point	10	9	7	4		6	8	10	11	13	14	16	19	24	26	28	35	37	39	46	53	55	60	65	72	76	81	88	95	100	105	108	109	114	116	119	122	122
Landdona	15	15	13	10	6		2	4	5	7	8	11	13	19	21	23	29	31	33	40	47	50	54	60	66	70	75	82	89	94	100	102	104	108	110	113	116	116
Pentraeth	18	18	15	13	8	2		1	3	5	6	8	11	16	18	20	26	29	31	38	45	47	52	57	64	68	73	80	87	92	97	100	101	106	108	111	114	114
Red Wharf Bay	19	19	17	14	10	4	1		1	4	5	7	9	15	17	19	25	28	30	36	43	46	51	56	62	67	71	78	85	91	95	99	100	104	106	109	112	113
Benllech	21	20	18	15	11	5	3	1		2	3	5	8	13	16	18	24	26	28	35	42	45	49	54	61	65	70	77	84	89	94	97	98	103	105	108	111	111
Traeth Bychan	23	23	20	18	13	7	5	4	2		1	3	6	11	13	15	21	24	26	33	40	42	47	52	59	63	68	75	82	87	92	95	96	101	103	106	109	109
Moelfre	24	24	21	19	14	8	6	5	3	1		2	5	10	12	14	20	23	25	32	39	41	46	51	58	62	67	74	81	86	91	94	95	100	102	105	108	108
Traeth Llugwy	26	26	23	21	16	11	8	7	5	3	2		3	8	10	12	18	21	23	30	37	39	44	49	56	60	65	72	79	84	89	92	93	98	99	103	106	106
City Dulas	28	28	26	23	19	13	11	9	8	6	5	3		6	8	10	16	18	20	27	34	37	41	47	53	57	62	69	76	81	86	89	91	95	97	100	103	103
Llaneilian	34	34	32	29	24	19	16	15	13	11	10	8	6		2	4	10	13	15	22	29	31	36	41	48	52	56	63	70	76	81	84	85	89	91	95	97	98
Amlwch Port	36	36	34	31	26	21	18	17	16	13	12	10	8	2		2	8	11	13	20	26	29	34	39	45	50	54	61	68	74	79	82	83	87	89	92	95	96
Bull Bay	38	38	36	33	28	23	20	19	18	15	14	12	10	4	2		6	9	11	18	24	27	32	37	43	48	52	59	66	72	77	80	81	85	87	90	93	94
Cemaes	44	44	42	39	35	29	26	25	24	21	20	18	16	10	8	6		3	5	11	18	21	25	31	37	42	46	53	60	65	70	73	75	79	81	84	87	87
Wylfa	47	47	44	42	37	31	29	28	26	24	23	21	18	13	11	9	3		2	9	16	18	23	28	35	39	44	51	58	63	68	71	72	77	79	82	85	85
Cemlyn Bay	49	49	46	44	39	33	31	30	28	26	25	23	20	15	13	11	5	2		7	14	16	21	26	33	37	42	49	56	61	66	69	70	75	77	80	83	83
Church Bay	56	55	53	50	46	40	38	36	35	33	32	30	27	20	18	11	9	7		7	9	14	19	26	30	35	42	49	54	59	62	63	68	70	73	76	76	
Llanfachraeth	63	62	60	57	53	47	45	43	42	40	39	37	34	29	26	24	18	16	14		7	3	7	12	19	23	28	35	42	47	52	55	56	61	63	66	69	69
Valley	65	65	63	60	55	50	47	46	45	42	41	39	37	31	29	27	21	18	16	9		3	5	10	16	21	25	32	39	45	50	53	54	58	60	63	66	67
Holyhead	70	69	67	65	60	54	52	51	49	47	46	44	41	36	34	32	25	23	21	14	7	5		5	12	16	21	28	35	40	45	48	49	54	56	59	62	62
South Stack	75	75	73	70	65	60	57	56	54	52	51	49	47	41	39	37	31	28	26	19	12	10	5		7	11	16	22	30	35	40	43	44	49	50	54	56	57
Trearddur	82	81	79	76	72	66	64	62	61	59	58	56	53	48	45	43	37	35	33	26	19	16	12	7		4	9	16	23	28	33	36	37	42	44	47	50	50
Rhoscolyn	86	86	83	81	76	70	68	67	65	63	62	60	57	52	50	48	42	39	37	30	23	21	16	11	4		5	12	19	24	29	32	33	38	40	43	46	46
Four Mile Bridge	91	90	88	85	81	75	73	71	70	68	67	65	62	56	54	52	46	44	42	35	28	25	21	16	9	5		7	14	19	24	27	29	33	35	38	41	41
Rhosneigr	98	97	95	92	88	82	80	78	77	75	74	72	69	63	61	59	53	51	49	42	35	32	28	22	16	12	7		7	12	17	20	22	26	28	31	34	34
Aberffraw	105	104	102	99	95	89	87	85	84	82	81	79	76	70	68	66	60	58	56	49	42	39	35	30	23	19	14	7		5	10	13	15	19	21	24	27	27
Malltraeth	110	109	107	105	100	94	92	91	89	87	86	84	81	76	74	72	65	63	61	54	47	45	40	35	28	24	19	12	5		5	8	9	14	16	19	22	22
Llanddwyn Island	115	114	112	109	105	99	97	95	94	92	91	89	86	81	79	77	70	68	66	59	52	50	45	40	33	29	24	17	10	5		3	4	9	11	14	17	17
Newborough	118	117	115	113	108	102	100	99	97	95	94	92	89	84	82	80	73	71	69	62	55	53	48	43	36	32	27	20	13	8	3		1	6	8	11	14	14
Dwyran	119	119	117	114	109	104	101	100	98	96	95	93	91	85	83	81	75	72	70	63	56	54	49	44	37	33	29	22	15	9	4	1		4	6	10	12	13
Brynsiencyn	124	123	121	118	114	108	106	104	103	101	100	98	95	89	87	85	79	77	75	68	61	58	54	49	42	38	33	26	19	14	9	6	4		2	5	8	8
Moel-y-Don	125	125	123	120	116	110	108	106	105	103	102	99	97	91	89	87	81	79	77	70	63	60	56	50	44	40	35	28	21	16	11	8	6	2		3	6	6
Llanfairpwll	129	128	126	123	119	113	111	109	108	106	105	103	100	95	92	90	84	82	80	73	66	63	59	54	47	43	38	31	24	19	14	11	10	5	3		3	3
Menai Bridge (Town)	131	131	129	126	122	116	114	112	111	109	108	106	103	97	95	93	87	85	83	76	69	66	62	56	50	46	41	34	27	22	17	14	12	8	6			

WALES COAST PATH DISTANCE TABLE

Region C - Menai, Llŷn & Meirionnydd



Miles

	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	Penrhyndeudraeth	Llandecwyn	Ynys	Harlech	Llandanwg	Pensarn	Llanbedr	Tal y Bont	Barmouth	Fairbourne	Llwyngwril	Tonfannau	Tywyn	Aberdyfi	Pennal	Gwynedd / Powys Border
Conwy / Gwynedd Border	1	8	11	15	20	28	33	37	46	55	63	72	77	83	93	97	102	110	113	120	124	125	128	131	134	135	136	143	148	152	156	162	164	168	176	180	
Abergwyngregyn	1	7	10	14	18	27	32	35	45	53	62	71	76	82	91	96	100	109	112	118	122	124	127	130	133	134	135	142	147	151	155	161	163	167	175	179	
Bangor	8	7	2	7	11	20	25	28	38	46	55	64	69	75	84	89	93	102	105	111	115	117	120	123	126	127	128	135	140	144	148	154	156	160	168	172	
Menai Bridge (Bridge)	11	10	2	4	9	17	23	26	35	44	52	62	67	72	82	87	91	99	102	109	113	114	117	120	123	124	125	132	137	141	145	151	153	157	165	169	
Felinheli	15	14	7	4	4	13	18	21	31	39	48	57	62	68	77	82	86	95	98	104	108	110	113	116	119	120	121	128	133	137	141	147	149	153	161	165	
Caernarfon	20	18	11	9	4	8	14	17	26	35	43	53	58	64	73	78	82	91	93	100	104	105	108	111	114	115	116	123	128	132	136	142	144	148	156	160	
Dinas Dinlle	28	27	20	17	13	8	5	9	18	27	35	44	49	55	65	69	74	82	85	91	96	97	100	103	106	107	108	115	120	124	128	134	140	148	152		
Clynnog Fawr	33	32	25	23	18	14	5	3	13	21	30	39	44	50	59	64	68	77	80	86	91	92	95	98	101	102	103	110	115	119	123	129	131	135	143	147	
Trefor	37	35	28	26	21	17	9	3	9	18	26	36	41	47	56	61	65	74	76	83	87	88	91	94	97	98	99	106	111	115	119	125	127	131	139	143	
Nefyn	46	45	38	35	31	26	18	13	9	9	17	26	31	37	47	51	56	64	67	73	78	79	82	85	88	89	90	97	102	106	110	116	118	122	130	134	
Tudweiliog	55	53	46	44	39	35	27	21	18	9	8	18	23	29	38	43	47	56	58	65	69	70	73	76	79	80	81	88	93	97	101	107	109	113	121	125	
Porth Oer	63	62	55	52	48	43	35	30	26	17	8	9	14	20	30	34	39	47	50	56	60	62	65	68	71	72	73	80	85	89	93	99	101	105	113	117	
Aberdaron	72	71	64	62	57	53	44	39	36	26	18	9	5	11	20	25	29	38	41	47	51	53	56	59	62	63	64	71	76	80	84	90	92	96	104	108	
Rhiw	77	76	69	67	62	58	49	44	41	31	23	14	5	6	15	20	24	33	36	42	46	48	51	54	57	58	59	66	71	75	79	85	87	91	99	103	
Pentowyn	83	82	75	72	68	64	55	50	47	37	29	20	11	6	9	14	18	27	30	36	40	42	45	48	51	52	53	60	65	69	73	79	81	85	93	97	
Abersoch	93	91	84	82	77	73	65	59	56	47	38	30	20	15	9	5	9	18	20	27	31	32	35	38	41	42	43	50	55	59	63	69	71	75	83	87	
Llanbedrog	97	96	89	87	82	78	69	64	61	51	43	34	25	20	14	5	4	13	16	22	26	28	31	34	37	38	39	46	51	55	59	65	67	71	79	83	
Pwllheli	102	100	93	91	86	82	74	68	65	56	47	39	29	24	18	9	4	9	11	18	22	23	26	29	32	33	34	41	46	50	54	60	62	66	74	78	
Llanystywdwy	110	109	102	99	95	91	82	77	74	64	56	47	38	33	27	18	13	9	3	9	13	15	18	21	24	25	26	33	38	42	46	52	54	58	66	70	
Criccieth	113	112	105	102	98	93	85	80	76	67	58	50	41	36	30	20	16	11	3	6	11	12	15	18	21	22	23	30	35	39	43	49	51	55	63	67	
Porthmadog	120	118	111	109	104	100	91	86	83	73	65	56	47	42	36	27	22	18	9	6	4	5	8	11	14	15	16	23	28	32	36	42	44	48	56	60	
Penrhyndeudraeth	124	122	115	113	108	104	96	90	87	78	69	60	51	46	40	31	26	22	13	11	4	1	4	7	10	11	12	19	24	28	32	38	40	44	52	56	
Llandecwyn	125	124	117	114	110	105	97	92	88	79	70	62	53	48	42	32	28	23	15	12	5	1	3	6	9	10	11	18	23	27	31	37	39	43	51	55	
Ynys	128	127	120	117	113	108	100	95	91	82	73	65	56	51	45	35	31	26	18	15	8	4	3	3	6	7	8	15	20	24	28	34	36	40	48	52	
Harlech	131	130	123	120	116	111	103	98	94	85	76	68	59	54	48	38	34	29	21	18	11	7	6	3	3	3	4	5	12	17	21	25	31	33	37	45	49
Llandanwg	134	133	126	123	119	114	106	101	97	88	79	71	62	57	51	41	37	32	24	21	14	10	9	6	3	3	1	2	9	14	18	22	28	30	34	42	46
Pensarn	135	134	127	124	120	115	107	102	98	89	80	72	63	58	52	42	38	33	25	22	15	11	10	7	4	1	1	8	13	17	21	27	29	33	41	45	
Llanbedr	136	135	128	125	121	116	108	103	99	90	81	73	64	59	53	43	39	34	26	23	16	12	11	8	5	2	1	7	12	16	20	26	28	32	40	44	
Tal y Bont	143	142	135	132	128	123	115	110	106	97	88	80	71	66	60	50	46	41	33	30	23	19	18	15	12	9	8	7	5	9	13	19	21	25	33	37	
Barmouth	148	147	140	137	133	128	120	115	111	102	93	85	76	71	65	55	51	46	38	35	28	24	23	20	17	14	13	12	5	4	8	14	16	20	28	32	
Fairbourne	152	151	144	141	137	132	124	119	115	106	97	89	80	75	69	59	55	50	42	39	32	28	27	24	21	18	17	16	9	4	4	10	12	16	24	28	
Llwyngwril	156	155	148	145	141	136	128	123	119	110	101	93	84	79	73	63	59	54	46	43	36	32	31	28	25	22	21	20	13	8	4	6	8	12	20	24	
Tonfannau	162	161	154	151	147	142	134	129	125	116	107	99	90	85	79	69	65	60	52	49	42	38	37	34	31	28	27	26	19	14	10	6	2	6	14	18	
Tywyn	164	163	156	153	149	144	136	131	127	118	109	101	92	87	81	71	67	62	54	51	44	40	39	36	33	30	29	28	21	16	12	8	2	4	12	16	
Aberdyfi	168	167	160	157	153	148	140	135	131	122	113	105	96	91	85	75	71	66	58	55	48	44	43	40	37	34	33	32	25	20	16	12	6	4	8	12	
Pennal	176	175	168	165	161	156	148	143	139	130	121	113	104	99	93	83	79	74	66	63	56	52	51	48	45	42	41	40	33	28	24	20	14	12	8	4	
Gwynedd / Powys Border	180	179	172	169	165	160	152	147	143	134	125	117	108	103	97	87	83	78	70	67	60	56	55	52	49	46	45	44	37	32	28	24	18	16	12	4	

WALES COAST PATH DISTANCE TABLE



Region D - Ceredigion



Miles

Note: Where there are two official routes distances are calculated for the one closest to the sea.
Via Alternative Inland Route:
Cwmtydu - Llangrannog 6

	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	0	5	8	11	15	20	21	32	34	37	39	45	49	53	55	57	58	64	67	71	72	
Machynlleth	0	4	8	10	15	19	21	31	34	37	38	45	48	53	55	56	58	63	67	70	71	
Powys / Ceredigion Border	5	4	4	6	11	15	17	27	30	32	34	40	44	49	51	52	54	59	62	66	67	
Furnace	8	8	4	3	7	11	13	23	26	29	31	37	40	45	47	49	50	55	59	62	63	
Tre'r Ddol	11	10	6	3	4	9	10	21	23	26	28	34	38	42	44	46	48	53	56	60	61	
Borth	15	15	11	7	4	4	6	16	19	22	24	30	33	38	40	42	43	48	52	55	56	
Clarach	20	19	15	11	9	4	2	12	15	17	19	26	29	34	36	37	39	44	48	51	52	
Aberystwyth	21	21	17	13	10	6	2	10	13	16	18	24	27	32	34	36	37	42	46	50	50	
Llanrhystud	32	31	27	23	21	16	12	10	3	5	7	14	17	22	24	25	27	32	35	39	40	
Llanon	34	34	30	26	23	19	15	13	3	3	5	11	14	19	21	23	24	29	33	37	37	
Aberarth	37	37	32	29	26	22	17	16	5	3	2	8	12	16	18	20	22	27	30	34	35	
Aberaeron	39	38	34	31	28	24	19	18	7	5	2	6	10	14	16	18	20	25	28	32	33	
Newquay	45	45	40	37	34	30	26	24	14	11	8	6	4	8	10	12	13	18	22	26	26	
Cwmtydu	49	48	44	40	38	33	29	27	17	14	12	10	4	5	7	8	10	15	18	22	23	
Llangrannog	53	53	49	45	42	38	34	32	22	19	16	14	8	5	2	4	5	10	14	17	18	
Penbryn	55	55	51	47	44	40	36	34	24	21	18	16	10	7	2	2	3	8	12	15	16	
Tresaith	57	56	52	49	46	42	37	36	25	23	20	18	12	8	4	2	2	7	10	14	15	
Aberporth	58	58	54	50	48	43	39	37	27	24	22	20	13	10	5	3	2	5	9	12	13	
Mwnt	64	63	59	55	53	48	44	42	32	29	27	25	18	15	10	8	7	5	4	7	8	
Gwbert	67	67	62	59	56	52	48	46	35	33	30	28	22	18	14	12	10	9	4	4	4	
Cardigan	71	70	66	62	60	55	51	50	39	37	34	32	26	22	17	15	14	12	7	4	1	
Ceredigion / Pembrokeshire Border	72	71	67	63	61	56	52	50	40	37	35	33	26	23	18	16	15	13	8	4	1	

WALES COAST PATH DISTANCE TABLE																																								Miles																			
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 5 Monk Haven - Milford Haven 12 Castlemartin - Freshwater East 11 Lydstep - Tenby 4																																																											
	Ceredigion Border	St Dogmaels	Poppit Sands	Ceibwr Bay	Newport	Cwm-yr-Eglwys	Pwllgwaelod	Fishguard	Goodwick	Strumble Head	Abercastle	Trefin	Abereddy	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		1	3	8	17	20	22	28	30	36	45	48	52	59	61	66	68	72	76	79	83	84	89	92	94	104	106	114	120	123	126	137	145	148	154	161	164	167	171	172	176	179	180																
St Dogmaels	1		1	7	16	19	21	27	29	35	44	47	51	58	60	65	67	71	75	78	82	83	88	91	93	103	105	113	119	122	125	136	144	147	153	160	163	166	169	171	175	178	179																
Poppit Sands	3	1		6	14	18	20	25	28	33	43	46	49	57	59	63	65	70	74	77	80	81	87	89	91	101	104	112	118	121	123	135	143	145	151	158	162	165	168	169	174	177	177																
Ceibwr Bay	8	7	6		9	12	14	20	22	28	37	40	44	51	53	58	60	64	68	71	75	76	81	84	86	96	98	106	112	115	118	129	137	140	146	153	156	159	162	166	168	171	172																
Newport	17	16	14	9		3	6	11	13	19	29	31	35	43	45	49	51	55	60	63	66	67	73	75	77	87	89	98	103	107	109	121	129	131	137	144	148	151	154	155	159	163	163																
Cwm-yr-Eglwys	20	19	18	12	3		2	8	10	16	25	28	32	39	41	46	48	52	56	59	63	64	69	71	73	84	86	94	100	103	106	117	125	128	134	141	144	147	150	152	156	159	160																
Pwllgwaelod	22	21	20	14	6	2		5	8	13	23	26	29	37	39	43	45	50	54	57	60	61	67	69	71	81	84	92	98	101	103	115	123	125	131	138	142	145	148	149	154	157	157																
Fishguard	28	27	25	20	11	8	5		2	8	18	20	24	32	34	38	40	44	49	52	55	56	62	64	66	76	78	86	92	96	103	109	118	120	126	133	137	140	143	144	148	152	152																
Goodwick	30	29	28	22	13	10	8	2		6	15	18	22	29	31	36	38	42	46	49	53	54	59	62	64	74	76	84	90	93	96	107	115	118	124	131	134	137	140	142	146	149	150																
Strumble Head	36	35	33	28	19	16	13	8	6		9	12	16	23	26	30	32	36	40	43	47	48	53	56	58	68	70	78	84	87	90	101	110	112	118	125	129	131	135	136	140	143	144																
Abercastle	45	44	43	37	29	25	23	18	15	9		3	6	14	16	21	22	27	31	34	38	38	44	46	48	58	61	69	75	78	80	92	100	102	109	115	119	122	125	126	131	134	135																
Trefin	48	47	46	40	31	28	26	20	18	12	3		4	11	13	18	20	24	28	31	35	36	41	43	45	56	58	66	72	75	78	89	97	100	106	113	116	119	122	124	128	131	132																
Abereddy	52	51	49	44	35	32	29	24	22	16	6	4		7	10	14	16	20	25	28	31	32	37	40	42	52	54	62	68	72	74	85	94	96	102	109	113	116	119	120	124	127	128																
Whitesands Bay	59	58	57	51	43	39	37	32	29	23	14	11	7		2	7	9	13	17	20	24	24	30	32	34	44	47	55	61	64	67	78	86	88	95	102	105	108	111	113	117	120	121																
St Justinians	61	60	59	53	45	41	39	34	31	26	16	13	10	2		5	6	11	15	18	21	22	28	30	32	42	45	53	59	62	64	76	84	86	93	99	103	106	109	110	115	118	118																
Porth Clais	66	65	63	58	49	46	43	38	36	30	21	18	14	7	5		2	6	10	13	17	18	23	26	28	38	40	48	54	57	60	71	79	82	88	95	98	101	105	106	110	113	114																
Caerfai	68	67	65	60	51	48	45	40	38	32	22	20	16	9	6	2		4	9	12	15	16	21	24	26	36	38	46	52	56	60	71	79	80	86	93	97	100	103	104	108	111	112																
Solva	72	71	70	64	55	52	50	44	42	36	27	24	20	13	11	6	4		4	7	11	12	17	20	22	32	34	42	48	51	54	65	73	76	82	89	92	95	98	100	104	107	108																
Newgale	76	75	74	68	60	56	54	49	46	40	31	28	25	17	15	10	9	4		3	7	7	13	15	17	27	30	38	44	47	49	61	69	71	78	85	88	91	94	96	100	103	104																
Nolton Haven	79	78	77	71	63	59	57	52	49	43	34	31	28	20	18	13	12	7	3		4	4	10	12	14	24	27	35	41	44	46	58	66	68	75	81	85	88	91	93	97	100	101																
Broad Haven	83	82	80	75	66	63	60	55	53	47	38	35	31	24	21	17	15	11	7	4		1	6	9	11	21	23	31	37	40	43	54	63	65	71	78	82	84	88	89	93	96	97																
Little Haven	84	83	81	76	67	64	61	56	54	48	38	36	32	24	22	18	16	12	7	4	1		6	8	10	20	22	31	36	40	42	54	62	64	70	77	81	84	87	88	92	96	96																
St Bride's Haven	89	88	87	81	73	69	67	62	59	53	44	41	37	30	28	23	21	17	13	10	6	6		2	4	14	17	25	31	34	37	48	56	59	65	72	75	78	81	83	87	90	91																
Musslewick Sands	92	91	89	84	75	71	69	64	62	56	46	43	40	32	30	26	24	20	15	12	9	8	2		2	12	14	23	28	32	34	46	54	56	62	69	73	76	79	80	85	88	88																
Martin's Haven	94	93	91	86	77	73	71	66	64	58	48	45	42	34	32	28	26	22	17	14	11	10	4	2		10	12	21	26	30	32	44	52	54	60	67	71	74	77	78	83	86	86																
Dale	104	103	101	96	87	84	81	76	74	68	58	56	52	44	42	38	36	32	27	24	21	20	14	12	10		2	11	16	20	22	34	42	44	50	57	61	64	67	68	72	76	76																
Monk Haven	106	105	104	98	89	86	84	78	76	70	61	58	54	47	45	40	38	34	30	27	23	22	17	14	12	2		8	14	17	20	31	39	42	48	55	58	61	64	66	70	73	74																
Milford Haven	114	113	112	106	98	94	92	86	84	78	69	66	62	55	53	48	46	42	38	35	31	31	25	23	21	11	8		6	9	12	23	31	34	40	47	50	53	56	58	62	65	66																
Neyland	120	119	118	112	103	100	98	92	90	84	75	72	68	61	59	54	52	48	44	41	37	36	31	28	26	16	14	6		3	6	17	25	28	34	41	44	47	50	52	56	59	60																
Pembroke Dock	123	122	121	115	107	103	101	96	93	87	78	75	72	64	62	57	56	51	47	44	40	40	34	32	30	20	17	9	3		2	14	22	24	31	38	41	44	47	49	53	56	57																
Pembroke	126	125	123	118	109	106	103	98	96	90	80	78	74	67	64	60	58	54	49	46	43	42	37	34	32	22	20	12	6	2		11	20	22	28	35	39	42	45	46	50	53	54																
Angle	137	136	135	129	121	117	115	109	107	101	92	89	85	78	76	71	69	65	61	58	54	54	48	46	44	34	31	23	17	14	11		8	11	17	24	27	30	33	35	39	42	43																
Freshwater West	145	144	143	137	129	125	123	118	115	110	100	97	94	86	84	79	78	73	69	66	63	62	56	54	52	42	39	31	25	22	20	8		2	9	15	19	22	25	26	31	34	34																
Castlemartin	148	147	145	140	131	128	125	120	118	112	102	100	96	88	86	82	80	76	71	68	65	64	59	56	54	44	42	34	28	24	22	11	2		6	13	17	20	23	24	28	31	32																
St Govan's Chapel	154	153	151	146	137	134	131	126	124	118	109	106	102	95	93	88	86	82	78	75	71	70	65	62	60	50	48	40	34	31	28	17	9	6		7	11	13	17	18	22	25	26																
Freshwater East	161	160	158	153	144	141	138	133	131	125	115	113	109	102	99	95	93	89	85	81	78	77	72	69	67	57	55	47	41	38	35	24	15	13	7	4	6	10	11	15	18	19																	
Manorbier	164	163	162	156	148	144	142	137	134	129	119	116	113	105	103	98	97	92	88	85	82	81	75	73	71	61	58	50	44	41	39																												

WALES COAST PATH DISTANCE TABLE										Miles					
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	4	10	15	25	30	34	43	45	48	57	61	65	67	68	
Pendine	4	6	11	20	25	30	38	41	43	53	57	61	63	63	
Laugharne	10	6	5	15	19	24	32	35	38	47	51	55	57	58	
St Clears	15	11	5	10	15	19	28	30	33	42	46	50	52	53	
Llansteffan	25	20	15	10	5	9	18	20	23	32	36	40	42	43	
Llangain	30	25	19	15	5	4	13	16	18	27	31	35	37	38	
Carmarthen	34	30	24	19	9	4	9	11	14	23	27	31	33	34	
Ferryside	43	38	32	28	18	13	9	3	5	14	19	22	24	25	
Llansaint	45	41	35	30	20	16	11	3	3	12	16	20	22	23	
Kidwelly	48	43	38	33	23	18	14	5	3	9	13	17	19	20	
Burry Port	57	53	47	42	32	27	23	14	12	9	4	8	10	11	
Llanelli	61	57	51	46	36	31	27	19	16	13	4	4	6	7	
Llanelli Wetland Centre	65	61	55	50	40	35	31	22	20	17	8	4	2	3	
Bynea	67	63	57	52	42	37	33	24	22	19	10	6	2	1	
Carmarthenshire / Swansea Border	68	63	58	53	43	38	34	25	23	20	11	7	3	1	

WALES COAST PATH DISTANCE TABLE

Region G - Gower & Swansea Bay



Miles

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

Via Alternative Inland Route:

Landimore - Hillend 8

Baglan - Margam 9

Temporary Diversion:

Margam - Rest Bay (Region H) 10

	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		5	7	10	12	22	24	31	32	36	41	44	48	53	56	59	63	66	69	71
Pen-clawdd	5		2	5	7	17	19	26	27	31	36	40	43	49	51	55	58	61	64	67
Crofty	7	2		3	5	15	17	24	25	29	34	37	41	46	49	52	56	59	62	64
Llanrhidian	10	5	3		2	12	14	21	22	26	31	35	38	44	46	50	53	56	59	62
Landimore	12	7	5	2		10	12	19	20	24	29	32	36	42	44	48	51	54	57	60
Hillend	22	17	15	12	10		2	9	10	14	19	23	26	32	34	38	41	44	47	50
Rhossili	24	19	17	14	12	2		7	8	12	17	20	24	30	32	35	39	42	45	48
Port-Eynon	31	26	24	21	19	9	7		1	5	10	13	16	22	25	28	32	35	38	40
Horton	32	27	25	22	20	10	8	1		4	9	13	16	22	24	28	31	34	37	40
Oxwich	36	31	29	26	24	14	12	5	4		5	9	12	18	20	24	27	30	33	36
West Cliff	41	36	34	31	29	19	17	10	9	5		4	7	13	15	19	22	25	28	31
Caswell Bay	44	40	37	35	32	23	20	13	13	9	4		3	9	11	15	19	21	24	27
Mumbles	48	43	41	38	36	26	24	16	16	12	7	3		6	8	12	15	18	21	24
Swansea River Tawe	53	49	46	44	42	32	30	22	22	18	13	9	6		2	6	9	12	15	18
Swansea / Neath Port Talbot Border	56	51	49	46	44	34	32	25	24	20	15	11	8	2		4	7	10	13	16
Baglan	59	55	52	50	48	38	35	28	28	24	19	15	12	6	4		4	6	9	12
Aberavon	63	58	56	53	51	41	39	32	31	27	22	19	15	9	7	4		3	6	9
Port Talbot	66	61	59	56	54	44	42	35	34	30	25	21	18	12	10	6	3		3	6
Margam	69	64	62	59	57	47	45	38	37	33	28	24	21	15	13	9	6	3		3
Neath Port Talbot / Bridgend Border	71	67	64	62	60	50	48	40	40	36	31	27	24	18	16	12	9	6	3	

WALES COAST PATH DISTANCE TABLE

Region H - South Wales Coast & Severn Estuary



Miles

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: 2
 Temporary Diversion:
 Margam (Region G) - Rest Bay 10

	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		4	5	7	11	12	14	16	22	23	26	28	31	33	36	39	43	47	49	50	52	57	59	63	68	73	82	83	86	87	90	91	93	97
Rest Bay	4		2	4	7	8	10	12	18	19	22	24	27	30	32	35	39	43	45	46	48	53	55	59	64	70	78	79	83	84	86	87	89	93
Porthcawl	5	2		2	5	7	8	11	17	18	21	22	26	28	31	34	37	41	43	45	46	51	54	58	63	68	76	78	81	82	85	85	87	91
Newton	7	4	2		3	4	6	9	15	16	19	20	24	26	29	32	35	39	41	42	44	49	52	55	61	66	74	76	79	80	82	83	85	89
Candleston	11	7	5	3		1	3	5	11	13	15	17	20	23	26	28	32	36	38	39	41	46	48	52	58	63	71	72	76	77	79	80	82	86
Bridgend / Vale of Glamorgan Border	12	8	7	4	1		2	4	10	11	14	16	19	22	24	27	31	35	37	38	40	45	47	51	56	62	70	71	75	76	78	79	81	85
Ogmore-by-Sea	14	10	8	6	3	2		3	9	10	12	14	17	20	23	25	29	33	35	36	38	43	45	49	55	60	68	69	73	74	76	77	79	83
Dunraven Bay	16	12	11	9	5	4	3		6	7	10	12	15	17	20	23	26	30	33	34	36	41	43	47	52	57	65	67	70	71	74	74	76	81
St Donat's	22	18	17	15	11	10	9	6		1	4	6	9	11	14	17	20	24	27	28	30	35	37	41	46	51	59	61	64	65	68	68	70	75
Cwm Colhuw	23	19	18	16	13	11	10	7	1		3	4	8	10	13	16	19	23	25	27	28	34	36	40	45	50	58	60	63	64	67	67	69	74
Summerhouse Point	26	22	21	19	15	14	12	10	4	3		2	5	7	10	13	17	21	23	24	26	31	33	37	42	47	56	57	61	61	64	65	67	71
Gileston	28	24	22	20	17	16	14	12	6	4	2		3	6	9	11	15	19	21	22	24	29	31	35	41	46	54	55	59	60	62	63	65	69
Rhoose	31	27	26	24	20	19	17	15	9	8	5	3		2	5	8	12	16	18	19	21	26	28	32	37	42	51	52	55	56	59	60	62	66
Porthkerry Park	33	30	28	26	23	22	20	17	11	10	7	6	2		3	6	9	13	15	17	18	23	26	30	35	40	48	50	53	54	57	57	59	63
Barry Island	36	32	31	29	26	24	23	20	14	13	10	9	5	3		3	6	10	12	14	15	21	23	27	32	37	45	47	50	51	54	54	56	61
Barry	39	35	34	32	28	27	25	23	17	16	13	11	8	6	3		4	8	10	11	13	18	20	24	29	34	43	44	48	48	51	52	54	58
Sully	43	39	37	35	32	31	29	26	20	19	17	15	12	9	6	4		4	6	7	9	14	16	20	26	31	39	41	44	45	47	48	50	54
Lavernock	47	43	41	39	36	35	33	30	24	23	21	19	16	13	10	8	4		2	3	5	10	12	16	22	27	35	36	40	41	43	44	46	50
Penarth	49	45	43	41	38	37	35	33	27	25	23	21	18	15	12	10	6	2		1	3	8	10	14	20	25	33	34	38	39	41	42	44	48
Vale of Glamorgan / Cardiff Border	50	46	45	42	39	38	36	34	28	27	24	22	19	17	14	11	7	3	1		2	7	9	13	18	23	32	33	37	38	40	41	43	47
Cardiff Bay	52	48	46	44	41	40	38	36	30	28	26	24	21	18	15	13	9	5	3	2		5	7	11	17	22	30	31	35	36	38	39	41	45
Cardiff Tredelerch Park	57	53	51	49	46	45	43	41	35	34	31	29	26	23	21	18	14	10	8	7	5		2	6	11	17	25	26	30	31	33	34	36	40
Cardiff / Newport Border	59	55	54	52	48	47	45	43	37	36	33	31	28	26	23	20	16	12	10	9	7	2		4	9	14	23	24	27	28	31	31	34	38
Lighthouse Park	63	59	58	55	52	51	49	47	41	40	37	35	32	30	27	24	20	16	14	13	11	6	4		5	11	19	20	24	25	27	28	30	34
Newport Pillgwenlly	68	64	63	61	58	56	55	52	46	45	42	41	37	35	32	29	26	22	20	18	17	11	9	5		5	13	15	18	19	22	22	24	29
Newport Wetlands	73	70	68	66	63	62	60	57	51	50	47	46	42	40	37	34	31	27	25	23	22	17	14	11	5		8	10	13	14	17	17	19	23
Redwick	82	78	76	74	71	70	68	65	59	58	56	54	51	48	45	43	39	35	33	32	30	25	23	19	13	8		2	5	6	8	9	11	15
Newport / Monmouthshire Border	83	79	78	76	72	71	69	67	61	60	57	55	52	50	47	44	41	36	34	33	31	26	24	20	15	10	2		3	4	7	7	9	14
Severn Tunnel Junction	86	83	81	79	76	75	73	70	64	63	61	59	55	53	50	48	44	40	38	37	35	30	27	24	18	13	5	3		1	3	4	6	10
Caldicot	87	84	82	80	77	76	74	71	65	64	61	60	56	54	51	48	45	41	39	38	36	31	28	25	19	14	6	4	1		2	3	5	9
Sudbrook	90	86	85	82	79	78	76	74	68	67	64	62	59	57	54	51	47	43	41	40	38	33	31	27	22	17	8	7	3	2		1	3	7
Black Rock	91	87	85	83	80	79	77	74	68	67	65	63	60	57	54	52	48	44	42	41	39	34	31	28	22	17	9	7	4	3	1		2	6
Mathern	93	89	87	85	82	81	79	76	70	69	67	65	62	59	56	54	50	46	44	43	41	36	34	30	24	19	11	9	6	5	3	2		4
Chepstow	97	93	91	89	86	85	83	81	75	74	71	69	66	63	61	58	54	50	48	47	45	40	38	34	29	23	15	14	10	9	7	6	4	