

CANOLFAN HAMDDEN PENFRO



Amserlen Pwll Nofio Cychwyn 8^{fed} Ebrill 2024

Dydd Llun

6.00yb - 7.00yb	Nofio Lôn
7.00yb - 8.00yb	Nofio Lôn**
8.00yb - 9.00yb	Nofio Cyhoeddus
12.00yh - 1.00yh	Nofio Lôn
12.00yh - 1.00yh	Nofio Cyhoeddus*
7.00yh - 7.55yh	Nofio Lôn
9.00yh - 10.00yh	Nofio Cyhoeddus

Dydd Mawrth

6.00yb - 7.00yb	Nofio Lôn
7.00yb - 8.00yb	Nofio Lôn**
8.00yb - 9.00yb	Nofio Cyhoeddus
12.00yh - 1.00yh	Nofio Lôn
12.00yh - 1.00yh	Nofio Cyhoeddus*
6.45yh - 7.55yh	Nofio Lôn

Dydd Mercher

6.00yb - 7.00yb	Nofio Lôn**
7.00yb - 8.00yb	Nofio Lôn
8.15yb - 9.00yb	Acwa Ffit
12.00yh - 12.55yh	Nofio Lôn
12.00yh - 12.55yh	Nofio Cyhoeddus*
5.30yh - 6.25yh	Nofio Lôn



[NOFIO AM DDIM i blant a phobl ifanc](#)
Nofio I'r Teulu – Polisi mynediad yn perthnoasol

*Pwll Dysgwr yn unig **Sesiwn 4 Lôn

Dydd Iau

6.00yb - 6.55yb	Nofio Lôn
7.00yb - 7.55yb	Nofio Ffit Oedolion
8.00yb - 9.00yb	Nofio Cyhoeddus
9.15yb - 10.00yb	Acwa Ffit
12.00yh - 1.00yh	Nofio Cyhoeddus*
12.00yh - 1.15yh	Nofio Lôn
7.15yh - 8.00yh	Nofio Cyhoeddus
8.00yh - 9.00yh	Nofio Lôn**
9.00yh - 10.00yh	Nofio Lôn

Dydd Gwener

6.00yb - 7.00yb	Nofio Lôn**
7.00yb - 8.30yb	Nofio Lôn
12.00yh - 1.00yh	Nofio Cyhoeddus*
12.00yh - 1.15yh	Nofio Lôn
5.05yh - 6.00yh	Nofio Lôn

Dydd Sadwrn

7.30yb - 8.30yb	Nofio Lôn**
9.30yb - 10.30yb	Nofio Cyhoeddus*
11.00yb - 11.55yb	Nofio I'r Teulu
12.00yh - 1.00yh	Fflotiau a Hwyl
1.30yh - 2.30yh	Partion/Preifet Logi

Dydd Sul

9.45yb - 10.45yb	Nofio Cyhoeddus*
9.45yb - 10.45yb	Nofio Ffit Iau
11.00yb - 11.55yb	Nofio Lôn
12.00yh - 12.55yh	Nofio Cyhoeddus
1.00yh - 1.55yh	Fflotiau a Hwyl

Fersiwn 1. Gywir ar adeg argraffu.

Mae ein holl amserlenni ar gael ar ein gwefan ac Ap Hamdden Sir Benfro.

This item is also available in English/Mae'r eitem hon ar gael yn Saesneg hefyd.
I gael copi mewn print bras, fformat hawdd ei ddarllen, Braille, recordiad sain,
neu mewn iaith arall, cysylltwch â Chyngor Sir Penfro ar 01437 764551.

Polisi Archebu a Ddimymu yn weithredol.

Canolfan Hamdden Penfro 01437 776660

WWW.HAMDDENSIRBENFRO.CO.UK

