

Amserlen Pwll Nofio

Dydd Llun Ebrill 8^{fed} – Dydd Sul Mai 26^{ain} 2024

Dydd Llun

7.00yb – 9.00yb Nofio Lôn**
11.15yb – 12.15yp Nofio Lôn
5.45yp – 6.30yp Sesiwn Pod Nofio
8.00yp – 9.00yp Nofio Lôn

Dydd Mawrth

7.00yb – 8.00yb Nofio Lôn**
8.15yb – 9.15yb Ffitrwydd Dŵr
6.00yp – 7.00yp Nofio Cyhoeddus
7.00yp – 7.45yp Gwersi Gwella Oedolion
8.00yp – 9.00yp Ffitrwydd Dŵr

Dydd Mercher

7.00yb – 9.00yb Nofio Lôn**
2.40yp – 3.25yp Nofio Cyhoeddus
6.00yp – 6.45yp Fflotiau a Hwyl
7.00yp – 8.00yp Nofio Cyhoeddus
8.00yp – 9.00yp Nofio Lôn

Nodwch

Fe'ch cyngorior i archebu a thalu ymlaen llaw.

Pwll Dysgwyr yn unig.

AM DDIM i bob plentyn 19 oed ac iau sydd wedi cofrestru.

* Cymhareb Flotiau a Hwyl Teulu:

0-3 oed - Un person cyfrifol 16+ i ddau o blant

4-7 oed - Un person cyfrifol 16+ i dri o blant

0-3 a 4-7 oed - Un person cyfrifol 16+ i dri o blant (un

0-3 oed a dau 4-7 oed)

** Dim archebu ymlaen llaw, archebwch yn y ganolfan

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

Fersiwn 1 08/04/24 Yn gywir adeg agraffu

This item is also available in English/ Mae'r eitem hon ar gael yn Saesneg hefyd

Dydd Iau

7.00yb – 9.00yb Nofio Lôn**
9.15yb – 11.30yb Gwersi Oedolyn a Phlentyn
11.30yb – 12.45yp Nofio Cyhoeddus
11.45yb – 12.45yp Ffitrwydd Dŵr
1.00yp – 2.00yp Nofio Lôn
5.30yp – 6.15yp Sesiwn Pod Nofio
7.15yb – 8.00yp Gwersi Dechreuwr llwyr i Oedolion
8.00yp – 9.00yp Nofio Lôn

Dydd Gwener

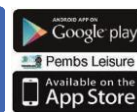
7.00yb – 9.00yb Nofio Lôn**
10.30yb – 11.30yb Nofio Cyhoeddus
12.00yp – 1.00yp Nofio Lôn
6.00yp – 6.45yp Fflotiau a Hwyl

Dydd Sadwrn

8.30yb – 10.00yb Nofio Lôn
10.15yb – 11.15yb Fflotiau a Hwyl ADY *(Pwll dysgwyr yn unig)
11.30yb – 1.00yp Nofio Cyhoeddus
1.00yp – 2.00yp Fflotiau a Hwyl Teulu*(Pwll dysgwyr a phen bas y prif bwll yn unig)
2.00yp – 3.00yp Nofio Cyhoeddus

Dydd Sul

8.15yb – 9.45yb Nofio Lôn
9.45yb – 11.00yb Nofio Cyhoeddus
11.00yb – 12.00yp Fflotiau a Hwyl Teulu* (Pwll dysgwyr a phen bas y prif bwll yn unig)
12.00yp – 1.00yp Nofio Cyhoeddus



Bwciwch ar lein neu gyda'r App Hamdden Sir Benfro