

AMSERLEN PWLL AMRYWIOL

DYDD LLUN 13 EBRILL - DYDD SUL 24 MAI



Dydd Llun

06:00yb - 09:00yb **Nofio Lôn**
09:00yb - 12:00yb **Nofio Ysgol**
12:05yb - 1:05yb **Ffitrwydd Dwr**
1:05yb - 3:00yb **Nofio Ysgol**
3:55yb - 6:50yb **Dysgu Nofio**
7:00yb - 7:45yb **Nofio Ffitrwydd Iau**
7:55yb - 9:25yb **Nofio Cyhoeddus**

Dydd Mawrth

06:00yb - 08:30yb **Nofio Lôn**
09:00yb - 12:00yb **Nofio Ysgol**
12:10yb - 1:10yb **Ffitrwydd Dwr**
1:10yb - 3:00yb **Nofio Ysgol**
3:55yb - 6:50yb **Dysgu Nofio**
7:00yb - 7:45yb **Ffitrwydd Dwr Zumba**
8:00yb - 9:00yb **Nofio Lôn**

Dydd Mercher

06:00yb - 08:00yb **Nofio Lôn**
09:00yb - 12:00yb **Nofio Ysgol**
12:25yb - 1:25yb **Ffitrwydd Dwr**
1:30yb - 3:00yb **Nofio Ysgol**
3:55yb - 6:50yb **Dysgu Nofio**
7:00yb - 7:50yb **Haverfordwest Seals Club (AP)**
8:30yb - 9:30yb **Nofio Lôn**

AP - ARCHEBU PREIFAT

DN -

LLWYBR DYSGU NOFIO

Dydd Iau

06:00yb - 08:30yb **Nofio Lôn**
09:00yb - 12:00yb **Nofio Ysgol**
1:00yb - 3:00yb **Nofio Ysgol**
3:55yb - 6:50yb **Dysgu Nofio**
7:00yb - 8:00yb **Nofio Lôn**

Dydd Gwener

06:00yb - 07:05yb **Pembrokeshire Triathlon Club (AP)**
07:00yb - 08:05yb **Nofio Lôn**
09:00yb - 12:00yb **Nofio Ysgol**
12:05yb - 1:05yb **Ffitrwydd Dwr**
1:30yb - 3:00yb **Nofio Cyhoeddus**
3:55yb - 6:30yb **Dysgu Nofio**
6:30yb - 8:00yb **Gwersi Nofio Oedolion**
8:00yb - 8:55yb **Nofio Cyhoeddus**
9:00yb - 10:00yb **Nofio Lôn**

Dydd Sadwrn

06:00yb - 07:30yb **Archebu Preifat**
08:00yb - 09:00yb **Para'n Fyw ac Achub (DN)**
09:00yb - 11:00yb **Dysgu Nofio**
11:00yb - 12:00yb **Nofio Cyhoeddus**
12:00yb - 4:00yb **Lloji Preifat/Partïon**

Dydd Sul

09:00yb - 10:00yb **Fflotiau a Hwyl**
10:10yb - 11:10yb **Fflotiau a Hwyl**
11:30yb - 12:30yb **Nofio Cyhoeddus**
12:30yb - 1:30yb **Nofio Cyhoeddus**
1:30yb - 4:00yb **Carfan Nofio Anabledd Pembrokeshire Puffins (AP)**

MAE EIN HOLL AMSERLENNI AR GAEL AR EIN GWEFAN AC AP HAMDDEN SIR BENFRO. MAE'R EITEM HON AR GAEL YN SAESNEG HEFYD.

I GAEL COPÏ MEWN PRINT BRAS, FFORMAT HAWDD EI DDARLLEN, BRAILLE, RECORDIAD SAIN, NEU MEWN IAITH ARALL, CYSYLLTWCH Â CHYNGOR

SIR PENFRO AR 01437 764551

V1 - DRAFFT

