

Amserlen Pwll Nofio 12eg – 17eg o Chwefror

Dydd Llun

6.00yb – 7.00yb	Nofio Lôn
7.15yb – 8.30yb	Nofio Lôn
8.45yb – 11.00yb	Gwersi Nofio Dwys
11.00yb – 11.55yb	Therapi Dŵr
12.00yp – 12.55yp	Acwa Ffit
1.00yp – 1.55yp	Oedolion yn Unig
2.00yp – 3.45yp	Nofio Cyhoeddus
4.00yp – 5.00yp	Sesiwn Tegan Gwynt
5.15yp – 6.00yp	Nofio Cyhoeddus
8.05yp – 9.00yp	Nofio Lôn

Dydd Mawrth

6.00yb – 7.00yb	Nofio Lôn
7.15yb – 8.30yb	Nofio Cyhoeddus
8.45yb – 11.00yb	Gwersi Nofio Dwys
11.15yb – 3.45yp	Nofio Cyhoeddus
4.00yp – 5.00yp	Fflotiau a Hwyl
5.15yp – 6.55yp	Nofio Cyhoeddus

Dydd Mercher

6.00yb – 7.00yb	Nofio Lôn
7.15yb – 8.30yb	Nofio Cyhoeddus
8.45yb – 11.00yb	Gwersi Nofio Dwys
11.15yb – 2.00yp	Nofio Cyhoeddus
4.00yp – 5.00yp	Fflotiau a Hwyl
5.00yp – 6.00yp	Nofio Cyhoeddus
8.05yp – 9.00yp	Nofio Lôn

Dydd Iau

6.00yb – 7.00yb	Nofio Lôn
7.15yb – 8.30yb	Nofio Cyhoeddus
8.45yb – 11.00yb	Gwersi Nofio Dwys
11.15yb – 12.15	Fflotiau a Hwyl
12.30yp – 1.30yp	Nofio Cyhoeddus
1.30yp – 2.45yp	Fflotiau a Hwyl
5.15yp – 6.15yp	Sesiwn Tegan Gwynt
8.00yp – 8.55yp	Nofio Lôn

Dydd Gwener

6.00yb – 7.00yb	Nofio Lôn
7.15yb – 8.30yb	Nofio Cyhoeddus
8.45yb – 11.00yb	Gwersi Nofio Dwys
11.15yb – 12.15yp	Oedolion yn Unig
12.30yp – 1.45yp	Nofio Cyhoeddus
2.00yp – 3.00yp	Fflotiau a Hwyl
5.00yp – 5.55yp	Public Swimming
8.00yp – 8.55yp	Nofio Lôn

Dydd Sadwrn

7.15yb – 8.55yb	Nofio Lôn
9.00yb – 10.55yb	Fflotiau a Hwyl
11.00yb – 12.00yp	Fflotiau a Hwyl Teulu*
12.00yp – 1.30yp	Nofio Cyhoeddus
1.45yp – 2.45yp	Sesiwn Tegan Gwynt
3.00yp – 3.55yp	Partion

Dydd Sul

7.15yb – 8.15yb	Nofio Lôn
8.30yb – 9.30yb	Nofio Cyhoeddus
9.35yb – 10.55yb	Fflotiau a Hwyl
11.00yb – 1.55yp	Nofio Cyhoeddus
2.00pm – 3.55pm	Private Hire/Parties

**Gall yr amserlen hon newid. Am y fersiwn
ddiweddaraf, cyfeiriwch at ein gwefan ac Ap
Hamdden Sir Benfro.**

**Gellir trefnu lle a thalu am bob sesiwn ymlaen llaw
gan ddefnyddio ein ap neu'r wefan.**

**Os ydych eisiau copi mewn print bras, Braille, ar
dâp sain, neu mewn iaith arall, ffoniwch 01437
776455 os gwelwch yn dda.**



***Yn ystod y sesiwn hon, mae'r polisi derbyn plant
wedi cael ei lacio er mwyn i chi allu dod â mwy o
blant fesul oedolyn. Cyfeiriwch at y polisi derbyn.
Mae plant 16 oed ac iau am ddim.**