

AMSERLEN PWLL 2 FETR



DYDD LLUN 20 GORFFENNAF - DYDD SUL 30 AWST

Dydd Llun

06:00yb - 08:00yb	County Swimming Squad
06:00yb - 08:00yb	Nofio Lôn*
08:00yb - 4:30yp	Nofio Lôn
4:30yp - 6:30yp	County Swimming Squad
4:30yp - 6:00yp	Nofio Lôn *
6:30yp - 8:00yp	Haverfordwest Seals Club
8:05yp - 9:05yp	Pembrokeshire Triathlon Club
9:05yp - 10:00yp	Nofio Lôn

Dydd Mawrth

06:00yb - 07:30yb	County Swimming Squad
07:30yb - 08:30yb	Ffitrwydd Nofio Oedolion
08:35yb - 09:35yb	Nofio Lôn
10:00yb - 11:00yb	Therapi Dwr
11:30yb - 4:30yp	Nofio Lôn
4:30yp - 6:30yp	County Swimming Squad
4:30yp - 6:00yp	Nofio Lôn*
6:30yp - 8:00yp	Haverfordwest Seals Club
8:05yp - 10:00yp	Nofio Lôn

Dydd Mercher

06:00yb - 08:00yb	County Swimming Squad
06:00yb - 08:00yb	Nofio Lôn*
08:05yb - 4:30yp	Nofio Lôn
4:30yp - 6:30yp	County Swimming Squad
4:30yp - 6:00yp	Nofio Lôn*
6:30yp - 8:30yp	Haverfordwest Seals Club
8:45yp - 9:45yp	Ffitrwydd Nofio Oedolion

Dydd Iau

06:00yb - 08:00yb	County Swimming Squad
06:00yb - 08:00yb	Nofio Lôn *
08:00yb - 4:30yp	Nofio Lôn
4:30yp - 6:30yp	County Swimming Squad
4:30yp - 6:00yp	Nofio Lôn *
6:30yp - 8:00yp	Haverfordwest Seals Club
8:15yp - 9:15yp	Pembrokeshire Water Polo

Dydd Gwener

06:00yb - 08:00yb	County Swimming Squad
06:00yb - 08:00yb	Nofio Lôn*
08:00yb - 3:00yp	Nofio Lôn
4:45yp - 7:45yp	Haverfordwest Seals Club
8:00yp - 9:00yp	Haverfordwest Octopush

Dydd Sadwrn

06:00yb - 09:00yb	County Swimming Squad
06:00yb - 09:30yb	Nofio Lôn**
09:30yb - 12:00yp	Nofio Lôn
12:00yp - 3:00yp	Llogi Preifat/Partïon
3:00yp - 4:00yp	Nofio Lôn

Dydd Sul

09:10yb - 10:10yb	Ffitrwydd Nofio Oedolion
10:15yb - 4:00yp	Nofio Lôn

Byddwch yn ymwybodol y gallai'r sesiynau hyn newid, gwiriwch ein harchebion byw ar ein Ap/Gwefan.

*Wythnos yn dechrau 27 Gorffennaf, 3ydd a 10 Awst

**Wythnos yn dechrau 27 Gorffennaf a 3 Awst



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 copi mewn print bras, fformat hawdd ei ddarllen, Braille, recordiad sain, neu mewn iaith arall, cysylltwch â Chyngor Sir Penfro ar 01437 764551