

AMSERLEN YMARFER GRŴP

DYDD MAWRTH 1 MEDI - DYDD SUL 20 RHAGFYR 2026



PEMBROKESHIRE
LEISURE
HAMDDEN SIR
BENFRO

DYDD LLUN	DYDD MAWRTH	DYDD MERCHER	DYDD IAU	DYDD GWENER	DYDD SADWRN
7:00 - 7:45YP Beicio Grŵp*	09:00 - 09:45YB Kettlebells*	8:05 - 8:50YB Pilaticise*	7:10 - 7:55YP Beicio Grŵp	9:00 - 10:00YB Pilaticise*	8:00 - 8:45YB loga (Llifo)
	10:00 - 10:30YB MX4 (Gampfa)* (A4L)	9:00 - 9:30YB MX4 (Gampfa) (A4L)			9:00-10:00YB Kettlebells
	3:45 - 5:00YP Junior Fitness* (Gampfa)	9:30 - 10:00YB MX4 (Gampfa) (A4L)			



01437 776676



haverfordwestleisurecentre@pembrokeshire.gov.uk

CARDIO	Y MEDDWL A'R CORFF	DAWNS
(A4L) HEINI AM OES	CRYFDLER A CHYFLYRU	BEICIO
(TT) AMSER TYMOR		* NEWYDD/DIWEDDAREDIG
<u>Er nad yw'n hanfodol, byddem yn argymhell archebu lle i warantu eich lle</u>		



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](tel:01437764551).