

GWEITHGAREDDAU GWYLIAU'R HAF

GWEITHGAREDDAU GWLYB

Ni fydd yr holl sesiynau ar yr amserlen yn y Pwll Amrywiol yn ystod yr wythnos fydd yn dechrau ar 27 Gorffennaf yn digwydd oherwydd gwaith cynnal a chadw hanfodol. Ymddiheurwn am unrhyw anghyfleustra a achosir.

	GWEITHGAREDD	AMSER	PWLL
DYDD LLUN	Fflotiau a Hwyl Disgo Fflotiau a Hwyl Disgo Fflotiau a Hwyl Disgo Nofio Cyhoeddus AM DDIM	9:30yb - 10:30yb 9:30yb - 10:30yb 1:45yp - 2:45yp 3:00yp - 4:00yp	Pwll Bach Pwll Amrywiol Pwll Amrywiol Dau Pwll
DYDD MAWRTH	Fflotiau a Hwyl Fflotiau a Hwyl Aqua Run Disgo	9:30yb - 10:30yb 9:30yb - 10:30yb 1:45yp - 2:45yp	Pwll Bach Pwll Amrywiol Pwll Amrywiol
DYDD MERCHER	Fflotiau a Hwyl Disgo Fflotiau a Hwyl Disgo ❄️ Dosbarthiadau Datblygu Dulliau Nofio ❄️ Fflotiau a Hwyl Disgo Fflotiau a Hwyl Disgo Nofio Cyhoeddus AM DDIM	9:30yb - 10:30yb 9:30yb - 10:30yb 10:15yb - 11:40yb 1:45yp - 2:45yp 1:45yp - 2:45yp 3:00yp - 4:00yp	Pwll Bach Pwll Amrywiol Pwll Amrywiol Pwll Bach Pwll Amrywiol Dau Pwll
DYDD IAU	Fflotiau a Hwyl Fflotiau a Hwyl Aqua Run Disgo Fflotiau a Hwyl Disgo* Fflotiau a Hwyl Disgo*	9:30yb - 10:30yb 9:30yb - 10:30yb 11:45yb - 13:45yp 1:45yp - 2:45yp 1:45yp - 2:45yp	Pwll Bach Pwll Amrywiol Pwll Amrywiol Pwll Bach Pwll Amrywiol
DYDD GWENER	Fflotiau a Hwyl Disgo Fflotiau a Hwyl Disgo Fflotiau a Hwyl Disgo Fflotiau a Hwyl Disgo	9:30yb - 10:30yb 9:30yb - 10:30yb 1:45yp - 2:45yp 1:45yp - 2:45yp	Pwll Bach Pwll Amrywiol Pwll Bach Pwll Amrywiol
DYDD SADWRN	Nofio Teuluol Slot Parti	11:05yb - 12:05yp 12:30yp - 2:30yp	Pwll Bach
DYDD SUL	Nofio Cyhoeddus AM DDIM Nofio Cyhoeddus Fflotiau a Hwyl Fflotiau a Hwyl	9:00yb - 10:00yb 10:10yb - 11:10yb 11:15yb - 1:45yp 1:45yp - 2:45yp	Pwll Bach Pwll Amrywiol Dau Pwll Pwll Bach

*Eithrio Dydd Iau 23 Gorffennaf.

Sylwch fod y sesiynau AM DDIM ar gyfer pobl iau a phobl ifanc yn unig

Oherwydd y bydd Gwersi Nofio Dwys yn cael eu cynnal yn y Pwll Bach a'r Pwll Amrywiol trwy gydol mis Awst, edrychwch ar ein hamserlen fyw i wybod pa sesiynau sydd ar gael.

❄️ Am ragor o wybodaeth, cyfeiriwch at ein hamserlen Dosbarthiadau Meistr Datblygu Strôc.

I gael rhagor o wybodaeth am y sesiynau hyn, ewch i www.pembrokeshireleisure.co.uk neu lawrlwythwch ein Ap Hamdden Sir Benfro nawr!

Byddwch yn ymwybodol bod yn rhaid i rieni/gwarcheidwaid plant dan 8 oed aros yn yr adeilad bob amser.



GWEITHGAREDDAU GWYLIAU'R HAF

GWEITHGAREDDAU SYCH

CANOLFAN HAMDDEN HWLFFORDD

	GWEITHGAREDD	AMSER	OED
DYDD LLUN	Ffitrwydd Teulu* Ffitrwydd Iau*	9:00yb - 3:00yp 1:00yp - 3:00yp	11+ 11+
DYDD MAWRTH	Ffitrwydd Teulu* Ffitrwydd Iau*	9:00yb - 3:00yp 1:00yp - 3:00yp	11+ 11+
DYDD MERCHER	Ffitrwydd Teulu* Ffitrwydd Iau*	9:00yb - 3:00yp 1:00yp - 3:00yp	11+ 11+
DYDD IAU	Ffitrwydd Teulu* Ffitrwydd Iau* Sgwad Dylunio AM DDIM	9:00yb - 3:00yp 1:00yp - 3:00yp 11:30yb - 12:30yp	11+ 11+ 4-10
DYDD GWENER	Ffitrwydd Teulu* Ffitrwydd Iau* Ymarferion cylchol ieuenctid AM DDIM	9:00yb - 3:00yp 1:00yp - 3:00yp 3:00yp - 3:45yp	11+ 11+ 11-16

EIN CANOLFAN NEWYDD WYCH SA61 2NX

	GWEITHGAREDD	AMSER	OED
DYDD LLUN	Sesiwn Chwarae AM DDIM Parth Actif AM DDIM	1:00yp - 2:30yp 3:00yp - 4:30yp	3+ 7-11

Sylwch fod y sesiynau AM DDIM ar gyfer pobl iau a phobl ifanc yn unig

* Angen cyflwyniad i'r gampfa

Noder bod 31 Awst yn ŵyl banc felly bydd ein horiau agor ac amseroedd sesiynau yn wahanol.

I gael rhagor o wybodaeth am y sesiynau hyn, ewch i
www.pembrokeshireleisure.co.uk neu lawrlwythwch ein Ap Hamdden Sir
Benfro nawr!

**Byddwch yn ymwybodol bod yn rhaid i rieni/gwarcheidwaid plant dan 8
oed aros yn yr adeilad bob amser.**

