

Dosbarthiadau Gweithgareddau Iau

8 Ionawr – 29 Chwefror

Dydd Llun

15.45 – 18.00 – Gwersi Nofio
16.00 – 17.00 – Ffitrwydd Iau (11 - 13 oed)
16.00 – 16.45 – Cymysg Chwaraeon (4 - 6 oed)
17.00 – 17.45 – Athletau (6 - 11 oed)

Dydd Mawrth

15.15 – 17.30 – Gwersi Nofio
16.00 – 17.00 – Ffitrwydd Iau (11 - 13 oed)
16.00 – 17.00 – Hyfforddi Tennis Iau
17.00 – 19.00 – Karate

Dydd Mercher

15.45 – 18.00 – Gwersi Nofio
16.00 – 17.00 – Ffitrwydd Iau (11 - 13 oed)
16.00 – 17.00 – Hyfforddi Tennis Iau

Dydd Iau

15.50 – 17.30 – Gwersi Nofio
16.00 – 17.00 – Ffitrwydd Iau (11 - 13 oed)
16.00 – 16.45 – Pel droed hwyl (4 - 6 oed)
17.00 – 18.00 – Pel droed hwyl (6 - 7 oed)

Dydd Gwener

16.00 – 17.00 – Ffitrwydd Iau (11 - 13 oed)
16.00 – 17.00 – Achub Bywyd Rwc
17.00 – 18.30 – Gwersi Nofio

Dydd Sadwrn

9.00 – 10.30 – Gwersi Nofio
10.00 – 12.00 – Ffitrwydd Iau (11 - 13 oed)
12.30 – 13.30 – Nofio Am Ddim

Dydd Sul

9.00 – 11.15 – Gwersi Nofio

Rydyn hefyd yn cynnig:

Gwersi nofio (oed 3+)

Parti plant: Pel droed, parti yn y pŵll,
parti scoot ac skate.

Safio arian ar bob gwaithgareddau!
Gofyn am gwybodaeth ar aelodaeth
iau a carden teyrngarwch iau.



Ffôn: 01437 775959