

Hamdden Sir Benfro



Y Ddarpariaeth Nofio

Gwnewch sblass yn ein pyllau a manteisiwch ar ein darpariaeth nofio yn ystod y gwyliau!

P'un a ydych am gael hwyl gyda'r teulu neu wella eich sgiliau nofio, mae gennym rywbeth at ddant pawb yn Hamdden Sir Benfro.

Mae ein chwe phwll yn cynnig y canlynol:

Pasport i Hamdden

Mae'n bosibl eich bod yn gymwys i ddefnyddio ein cyfleusterau ar gyfradd is – trwy gydol y flwyddyn! Mae'r pasport i hamdden ar gael i bob preswlydd sy'n byw yn Sir Benfro ac sy'n perthyn i un o'r categorïau cymhwyster. Gofynnwch yn eich canolfan hamdden leol am ragor o wybodaeth.

Gwersi Nofio Dwys!

Ledled Hamdden Sir Benfro, rydym yn cynnal amrywiaeth o gysiau gwersi nofio dwys.

Beth yw'r manteision?

- Mae gwersi dwys yn ffordd wych o roi hwb ychwanegol i'ch plentyn gyda'i nofio. Mewn gwersi nofio hwyliog a strwythuredig, mae gwaith yn cael ei wneud ar strociau a sgiliau dŵr



Nofio am Ddim

Yn ystod gwyliau'r ysgol, gall plant 16 oed ac iau nofio am ddim!

Ar gael ym mhob un o byllau Hamdden Sir Benfro. **Dydd Mawrth a Dydd Iau 1300-1500**



Nofio l'r teulu yn ystod y penwythnos

Yn ystod y sesiwn nofio hon, mae plant 16 oed ac iau yn cael mynediad rhad ac am ddim, a Mae oedolion yn talu ffi ostyngol yn y sesiwn hon! Nofio l'r teulu yn ystod y penwythnos yn cael ei darparu ar bob safle – gwiriwch amserlenni'r canolfannau ar gyfer yr amserau.

Tocyn

Nofio i'r Teulu

Yn ystod gwyliau'r ysgol, gall teuluoedd nofio am bris gostyngol, sef dim ond £5! (y nifer mwyaf: dau oedolyn a dau blentyn)

Dydd Llun i ddydd Gwener (ac eithrio gwyliau banc) 1500-1700

Nofio'r Ddraig

Rydym yn cynnig Nofio'r Ddraig ym mhob un o'n chwe phwll, sef y cyfle perffaith i blant 16 oed ac iau wella eu sgiliau nofio neu ddysgu sgil newydd. Darperir un awr ymhob safle bob wythnos – gwiriwch amserlenni'r canolfannau ar gyfer y diwrnodau a'r amserau.



• Maent yn ddefnyddol ar gyfer y plant hynny sydd wedi bod yn yr un Don am dymor neu ddau, er mwyn eu helpu i gwblhau'r Don honno

- Gellir ennill bathodynau Ton a phellter
- Gall eich plentyn barhau i wella ei sgiliau nofio yn ystod y toriad hir o wersi'r tymor
- **CAEL HWYL!**

