CANOLFAN HAMDDEN
Aberdaugleddau

Pembrokeshire Leisure
Hamdden Sir Benfro

Amserlen y Pwll Nofio

2 Medi – 22 Rhagfr 2019*

Dydd Llun

0645-0855	Nofio i'r cyhoedd
0900-0955	Acwa Ffit
1000-1055	Therapi Dŵr
1100-1155	Menywod yn unig
1200-1500	Nofio i'r Cyhoedd
2000-2100	Nofio Mewn lonydd
2100-2155	Nofio i Oedolion

Dydd Mawrth

0645-0855	Nofio i'r Cyhoedd
1200-1315	Nofio i'r Cyhoedd
1730-1855	Nofio i'r Cyhoedd*
1900-1955	Acwa Ffit

Dydd Mercher

0645-0855	Nofio i'r Cyhoedd
1215-1315	Nofio i'r Cyhoedd
2000-2100	Nofio Mewn lonydd
2100-2155	Nofio i Oedolion

Dydd Iau

0645-0855	Nofio i'r Cyhoedd
1215-1315	Nofio i'r Cyhoedd
1730-1855	Nofio i'r Cyhoedd
2000-2100	Nofio Mewn lonydd
2100-2155	Nofio i Oedolion

Dydd Gwener

0645-0855	Nofio i'r Cyhoedd
1200-1315	Nofio i'r Cyhoedd
1545-1615	Achub Bywyd - Efydd
1615-1700	Achub Bywyd – Arian/Aûr
1700-1825	Nofio Mewn lonydd (2 lôn)
2030-2155	Nofio i Oedolion

Dydd Sadwrn

0800-0855	Nofio i Oedolion
1100-1200	Nofio i'r Teulu
1200-1345	Nofio i'r Cyhoedd
1400-1555	Hurio Preifat/Partion Pwll

Dydd Sul

0800-0855	Nofio i'r cyhoedd
1130-1345	Nofio i'r cyhoedd
1400-1555	Hurio Preifat/Partion Pwll

Nofio i'r Teulu
£1.00 fesul oedolyn
Am ddim i blant 16 oed ac iau.

Cyfeiriwch at y polisi derbyn ynghylch y gymhareb oedolion i blant

I gael copi mewn print bras, Braille, tap sain neu iath arall, byddwch cystal a ffonio (01437) 764551.

***Ac eithrio 28.10.19-03.11.19**

Amserlen yn gywir adeg argraffu. Fersiwn 1.

Ffôn: 01437 775959

Like us on Facebook

www.sir-benfro.gov.uk/hamdden