

Amserlen Easyline Amgen

Ionawr 6^{ed} – Mawrth 8^{fed} 2020

(Hyd nes y cwblheir y gwaith adeiladu)

Dydd Llun

0900-1000 Hyfforddiant Cylchol

Ysgafn (NCh)

1200-1245 Atgyfeirio i Ymarfer Corff
(SDd)

Dydd Mawrth

0830-0930 Easyline i bawb (SDd)

1230-1315 Atal Cwmpo (SDd)

1330-1415 Atgyfeirio i Ymarfer Corff
(SDd)

1600-1700 Ymarfer i bawb (SDd)

1710-1800 Easyline Cylchol (SDd)

1830-1915 Hyfforddiant Cylchol
Colli Pwysau (STP)

Dydd Mercher

0900-1000 Easyline i bawb (SDd)

1315-1415 Easyline i bawb (SDd)

Dydd Iau

1130-1230 Easyline i bawb (SDd)

1330-1430 Atgyfeirio i Ymarfer Corff
(SDd)

1430-1530 Ymarfer i bawb (SDd)

Dydd Gwener

0830-0930 Easyline i bawb (SDd)

ALLWEDD	NCh = Neuadd Chwaraeon
	SDd = Stiwdio Ddawns
	YFf = Ystafell Ffitrwydd
	STP = Ystafell Ffitrwydd Syr Thomas Picton

