



Amserlen Gweithgareddau Iau

6^{ed} Ionawr – 3^{ydd} Aprill 2020

Diwrnod	Amser	Gweithgaredd	Oedran
Dydd Llun	1530 - 1630	Clwb Ffitrwydd	11 - 12
	1630 - 1730	Clwb Ffitrwydd	11 - 12
	1800 - 1900	Athletau Iau	4 – 11
Dydd Mawrth	1730 – 1830	Kung Fu*	
Dydd Mercher	1530 - 1630	Clwb Ffitrwydd	11 - 12
	1630 – 1730	Clwb Ffitrwydd	11 - 12
	1600 – 1630	Ballet 1 (cwrs)	3+ Seiliedig ar Gallu
	1635 – 1705	Ballet 2 (cwrs)	
	1710 - 1755	Ballet 3+ (cwrs)	
Dydd Iau	1015 – 1100	Babanod Sblash	3 – 36 mis
	1145 – 1230	Tiny Toes Ballet*	
	1530 – 1630	Clwb Ffitrwydd	11 - 12
	1630 – 1730	Clwb Ffitrwydd	11 - 12
	1700 – 1800	Hyfforddi Badminton	8-16
Dydd Gwener	1600 - 1630	Ysgol Pêl Droed (Cwrs)	3 – 4
	1630 – 1715	Ysgol Pêl Droed (Cwrs)	5 +
	1715 – 1800	Ysgol Pêl Droed (Cwrs)	5 +
	1530 - 1630	Clwb Ffitrwydd	11 - 12
	1630 – 1730	Clwb Ffitrwydd	11 - 12
	1700 – 1800	Achub Bywyd Rookie (Cwrs)	8 – 12
	1800 – 2100	Arddegau Dydd Gwener	11 – 17
Dydd Sadwrn	0900 – 1000	Nofio Ffit	Ton 5+
	0900 – 1300	Academi Dawns Gorllewin Cymru*	
Dydd Sul	1015 – 1500	Dawnsio Gwyddelig*	

Rhaid cwblhau Kick-Start Iau cyn mynychu'r sesiynau Ffitrwydd Iau.

*** Sesiynau gan glybiau allanol. Cysylltwch â'r dderbynfa am fanylion.**

Rydym yn eich argymhell archebu eich lle ar gyfer yr holl sesiynau er mwyn osgoi cael eich siomi. Gallwch wneud hyn hyd at 7 diwrnod o flaen llaw ac eithro cyrsiau.

Amser tymor yn unig. Fersiwn 1. Gywir ar adeg argraffu.

Am fwy o wybodaeth, cysylltwch â:

01437 775678

I gael copi mewn print bras, fformat hawdd ei ddarllen, Braille, recordiad sain, neu mewn iaith arall, cysylltwch â Chyngor Sir Penfro ar 01437 764551.