

HAMDDEN RHUTHUN - AMSERLEN NOFIO.

O 6^{ed} IONAWR – 23^{ain} CHWEFROR 2025

Dydd Llun

6.45am – 8.45am
4.00pm – 6.15pm
5.30pm – 7.30pm
7.45pm – 8.30pm
8.30pm – 9.15pm

Lôn Cyhoeddus >
Gwersi Nofio
Clwb Nofio
Nofio Anabled
Lôn Cyhoeddus >

Dydd Mawrth

6.45am – 8.45am
12.30pm – 1.15pm
4.00pm – 5.45pm
6.00pm – 8.00pm
8.00pm – 8.45pm

Lôn Cyhoeddus >
Lôn Cyhoeddus >
Gwersi Nofio
Clwb Nofio
Lôn Cyhoeddus >

Dydd Mercher

6.45am – 8.45am
4.00pm – 7.15pm
7.30pm – 8.15pm
8.30pm – 9.15pm

Lôn Cyhoeddus >
Gwersi Nofio
Erobeg Dŵr >
Lôn Cyhoeddus >

Dydd Iau

6.45am – 8.45am
12.30pm – 1.15pm
4.00pm – 6.30pm
6.45pm – 8.15pm
8.15pm – 9.00pm

Lôn Cyhoeddus >
Lôn Cyhoeddus >
Gwersi Nofio
Clwb Nofio
Lôn Cyhoeddus >

Dydd Gwener

6.45am – 8.45am
12.30pm – 1.15pm
4.00pm – 6.00pm
6.00pm – 7.00pm
7.00pm – 8.00pm

Lôn Cyhoeddus #
Lôn Cyhoeddus >
Gwersi Nofio
Clwb Nofio
Clwb Triathlon

Dydd Sadwrn

8.00am – 12.00pm
11.15am – 12.45pm
12.45pm – 1.30pm
1.45pm – 2.30pm

Gwersi Nofio
Clwb Nofio
Lôn Oedolion >
Nofio i'r Teulu

Dydd Sul

9.30am – 10.15am
10.30am – 11.15am
11.30am – 12.15pm
12.45pm – 1.30pm
2.00pm – 4.00pm

Lôn Cyhoeddus >
Nofio rhieni and phlant bach
Nofio i'r Teulu – o dan 16 am ddim
Lôn Oedolion >
Clwb Nofio

- Sesiwn am ddim i bob nofwyr dros 60.

> - £2.50 ar gyfer holl nofwyr 60+.

Lôn oedolion / cyhoeddus – 4 lôn. Nofio cyhoeddus
– dim lôn.

Gall yr amserlen hon newid.

Dan 8 oed - Cyfeiriwch at ein polisi derbyn.

\$ - Plant oed 11 – 15 yn gallu mynchu.