

# HAMDDEN DINBYCH - AMSERLEN NOFIO

O 16<sup>ED</sup> CHWEFOR – 22<sup>AIL</sup> CHWEFOR 2026

## Dydd Llun

|                  |                       |
|------------------|-----------------------|
| 6.30am – 8.45am  | Nofio Lôn Cyhoeddus > |
| 12.15pm – 1.15pm | Nofio Lôn Cyhoeddus > |
| 1.30pm – 3.00pm  | Nofio i'r Teulu       |
| 3.30pm – 6.15pm  | Gwersi Nofio          |
| 6.30pm – 7.30pm  | Clwb Nofio Dinbych    |
| 7.30pm – 8.30pm  | Nofio Cyhoedd * >     |
| 8.30pm – 9.15pm  | Nofio Oedolion * >    |

## Dydd Mawrth

|                  |                               |
|------------------|-------------------------------|
| 6.30am – 7.30am  | Nofio Lôn Cyhoeddus > (3 Lôn) |
| 7.30am – 8.45am  | Nofio Lôn Cyhoeddus #         |
| 12.15pm – 2.15pm | Nofio i'r Teulu               |
| 2.30pm – 3.30pm  | Nofio Cyhoedd * >             |
| 4.00pm – 5.30pm  | Gwersi Nofio                  |
| 5.30pm – 7.00pm  | Clwb Nofio Dinbych            |
| 7.00pm – 8.00pm  | Nofio Cyhoeddus * >           |
| 8.00pm – 9.00pm  | Nofio Oedolion * >            |

## Dydd Mercher

|                  |                               |
|------------------|-------------------------------|
| 6.30am – 7.30am  | Nofio Lôn Cyhoeddus > (3 Lôn) |
| 7.30am – 8.45am  | Nofio Lôn Cyhoeddus >         |
| 12.15pm – 1.45pm | Nofio Cyhoedd * >             |
| 2.00pm – 3.00pm  | Nofio i'r Teulu               |
| 3.30pm – 5.45pm  | Gwersi Nofio                  |
| 6.00pm – 7.00pm  | Nofio Cyhoeddus * >           |
| 7.00pm – 8.15pm  | Clwb Nofio Dinbych            |
| 8.15pm – 9.15pm  | Nofio Lôn Oedolion >          |

## Dydd Iau

|                   |                               |
|-------------------|-------------------------------|
| 6.30am – 7.30am   | Nofio Lôn Cyhoeddus > (3 Lôn) |
| 7.30am – 8.45am   | Nofio Lôn Cyhoeddus >         |
| 9.30am – 10.15am  | Nofio Rhieni a Phlant Bach    |
| 10.30am – 12.30pm | Nofio i'r Teulu               |
| 12.45pm – 1.45pm  | Nofio Lôn Cyhoeddus >         |
| 2.00pm – 3.30pm   | Nofio Cyhoedd * >             |
| 4.00pm – 4.45pm   | Sesiwn Nofio Anabledd Am Ddim |
| 5.00pm – 8.00pm   | Clwb Nofio Dinbych            |
| 8.00pm – 9.00pm   | Nofio Lôn Oedolion >          |

## Dydd Gwener

|                   |                       |
|-------------------|-----------------------|
| 6.30am – 8.00am   | Nofio Lôn Cyhoeddus > |
| 8.15am – 9.00am   | Erobeg Dŵr >          |
| 9.30am – 11.30am  | Nofio Cyhoedd * >     |
| 11.45am – 12.45pm | Nofio Lôn Cyhoeddus > |
| 1.00pm – 3.00pm   | Nofio i'r Teulu       |
| 3.30pm – 6.45pm   | Gwersi Nofio          |
| 7.00pm – 8.15pm   | Nofio Cyhoeddus * >   |

## Dydd Sadwrn

|                  |              |
|------------------|--------------|
| 8.30am – 12.45pm | Gwersi Nofio |
|------------------|--------------|

## Dydd Sul

|                 |                            |
|-----------------|----------------------------|
| 9.00am – 9.45am | Nofio Rhieni a Phlant Bach |
|-----------------|----------------------------|

# - Sesiwn am ddim i nofwyr dros 60 oed

> - £3 i nofwyr dros 60 oed

\* - Sesiwn yn cynnwys 1 lôn

+ - Plant yn nofio am ddim gyda oedolyn sy'n talu'n llawn Gall yr amserlen hon newid

Dan 8 oed - Cyfeiriwch at ein polisi mynediad



DEWCH O HYD  
I'N AMSERLENNI  
DLL

