HAMDDEN RHUTHUN - AMSERLEN NOFIO

2il Tachwedd 2026 – 20ain Rhagfyr 2026

Dydd Llun

6.45am – 8.45am	Lôn Cyhoeddus >
4.00pm – 6.15pm	Gwersi Nofio
5.30pm – 7.30pm	Clwb Nofio
7.45pm – 8.30pm	Nofio Anabledd
8.30pm – 9.15pm	Lôn Cyhoeddus >

Dydd Mawrth

6.45am – 8.45am	Lôn Cyhoeddus >
12.30pm – 1.15pm	Lôn Cyhoeddus >
4.00pm – 5.45pm	Gwersi Nofio
6.00pm – 8.00pm	Clwb Nofio
8.00pm – 8.45pm	Lôn Cyhoeddus >

Dydd Mercher

6.45am – 8.45am	Lôn Cyhoeddus >
4.00pm – 7.15pm	Gwersi Nofio
7.30pm – 8.15pm	Erobeg Dŵr >
8.30pm – 9.15pm	Nofio Ffitrwydd

Dydd Iau

6.45am – 8.45am	Lôn Cyhoeddus >
12.30pm – 1.15pm	Lôn Cyhoeddus >
4.00pm – 6.30pm	Gwersi Nofio
6.45pm – 8.15pm	Clwb Nofio
8.15pm – 9.00pm	Lôn Cyhoeddus >

Dydd Gwener

6.45am – 8.45am	Lôn Cyhoeddus #
12.30pm – 1.15pm	Lôn Cyhoeddus >
4.00pm – 6.00pm	Gwersi Nofio
6.00pm – 7.00pm	Clwb Nofio
7.00pm – 8.00pm	Clwb Triathlon

Dydd Sadwrn

8.00am – 12.00pm	Gwersi Nofio
11.15am – 12.45pm	Clwb Nofio
12.45pm – 1.30pm	Lôn Oedolion >
1.45pm – 2.30pm	Nofio i'r Teulu

Dydd Sul

9.30am – 10.15am	Lôn Cyhoeddus >
10.30am – 11.15am	Nofio rhieni a phlant bach
11.30am – 12.30pm	Nofio i'r Teulu – o dan 16 am ddim
12.45pm – 1.30pm	Lôn Oedolion >
2.00pm – 4.00pm	Clwb Nofio

- 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