

# 16

NEU IAU?

# Nofio Am Ddim

i bawb sy'n 16 oed ac iau

[www.nofio-am-ddim.org.uk](http://www.nofio-am-ddim.org.uk)



Health  
Challenge  
Wales



## Gwyliau'r Haf



Dydd Sadwrn 22 Gorffennaf – Dydd Sul 4 Medi

**Byd Dwr**

01978 297300

**Gwyn Evans**

01978 269540

**Y Waun**

01691 778666

Dydd Llun - Dydd Gwener

2pm – 3pm

Dydd Iau

2pm – 3pm

Dydd Llun \*heblaw Gwyl y Banc

4pm – 5pm

Dydd Sadwrn

3:30pm – 4:30pm

Dydd Sul

10am – 11am

Dydd Sul

2pm – 3pm

### Gweithgareddau Nofion am Ddim Hwyliau'r Haf o dan 16 oed

Dydd Sadwrn 22 Gorffennaf – Dydd Sul 4 Medi

#### Canolfan Hamdden a Gweithgaredd y Waun 01691 77866

Cyflwyniad i Wersi Nofio - Cwrs tridiau yn dechrau bob dydd Mercher  
trwy wyliau'r haf

9.00am – 9.30am 4-6 oed  
9.30am – 10.00am 7-8 oed

Acwa Dwr i Blant Iau  
Dydd Mercher 11am – 12pm

Synchro  
Dydd Iau 11am – 12pm

#### Byd Dwr 01978 297300

Cyflwyniad i Wersi Nofio - Cwrs 5 diwrnod yn dechrau bob dydd Llun  
(heblaw Gwyl y Banc - cwrs 4 diwrnod) trwy Wyliau'r Haf

9.00am – 9.30am 4 & 5 oed  
9.30am – 10.00am 6 & 7 oed

#### Stadiwm Queensway 01978 355826

Campfa Plant Iau 11 - 15 oed  
Dydd Iau 4pm – 5pm

#### Canolfan Hamdden a Gweithgaredd Gwyn Evans – 01978 269540

Cyflwyniad i Wersi Nofio - Cwrs 5 diwrnod yn dechrau bob dydd Llun  
(heblaw Gwyl y Banc cwrs 4 diwrnod) trwy Wyliau'r Haf

4-5 oed  
9.00am – 9.30am  
10.00am – 10.30am

6-7 oed  
9.30am – 10.00am  
10.30am – 11.00am

Cyflwyniad i Wersi Nofio – Merched yn Unig - Cwrs 5 diwrnod yn dechrau bob dydd  
Llun trwy wyliau'r Haf (heblaw Gwyl y Banc).

11am – 11.30am

Erobog Dwr Plant Iau  
Dydd Mercher 2.15pm – 3pm

Campfa Plant Iau 11 – 15 oed  
Dydd Sul 11am – 12pm  
Dydd Llun 4pm – 5pm

Mae pob un o'r gweithgareddau uchod **AM DDIM** i blant dan 16 oed gyda Cherdyn Hamdden dilys. Ffoniwch eich Canolfan Hamdden a Gweithgareddau Leol i gael rhagor o fanylion a chadw eich lle.





