

DOSBARTHIADAU FFITRWYDD . FITNESS CLASSES

CYFNOD NADOLIG . CHRISTMAS PERIOD 22/12/25 - 01/01/26		
Dydd Llun Monday 22/12/25	18:00 - 18:45	Bwtcamp . Bootcamp
Dydd Mawrth Tuesday 23/12/25	DIM DOSBARTHIADAU . NO CLASSES	
Dydd Mercher Wednesday 24/12/25	DIM DOSBARTHIADAU . NO CLASSES	
Dydd Iau Thursday 25/12/25	AR GAU . CLOSED	
Dydd Gwener Friday 26/12/25	AR GAU . CLOSED	
Dydd Sadwrn Saturday 27/12/25	DIM DOSBARTHIADAU . NO CLASSES	
Dydd Sul Sunday 28/12/25	DIM DOSBARTHIADAU . NO CLASSES	
Dydd Llun Monday 29/12/25	09:00 - 09:30	Cyflyru'r Corff . Body Conditioning
Dydd Mawrth Tuesday 30/12/25	09:00 - 09:30	HIIT
Dydd Mercher Wednesday 31/12/25	DIM DOSBARTHIADAU . NO CLASSES	
Dydd Iau Thursday 01/01/26	AR GAU . CLOSED	