



Lles Cymunedol
Cymuned Abergele a'r
Ardal Gyfagos
Haf 2018

☎ (01492) 577449

✉ arosyniach@conwy.gov.uk

Lleoliad	Gweithgaredd	Pryd	Pris
Dewi Sant Community Centre , Pensarn LL22 7RG ☎07975543020	ZUMBA AUR gyda Dion Parry. Mae Zumba Aur ar gyfer dechreuwyr a'r rhai sydd yn "ifanc eu hysbryd" neu efo anawsterau symudedd. ☎ 07717 504199	Dydd Mawrth 13:30	£4.00
	CLWB BOCCIA ABERGELE —Bowlio dan do ar eich eistedd. Hwyllog ac addas i bobl o bob gallu. ✉ gill.stafford@talk21.com	Dydd Mercher 13:00-14:30	£2.00
	CAFFI CWTCH. Gwrthodwch unigrwydd a dewch draw am baned, bisged a sgwrs. Croeso i bawb!	Dydd Mercher 13:00-14:00	AM DDIM
Itaca, Hesketh House , Bridge St, Abergele LL22 7HA ☎ 01745 826570	SIED Y DYNION Os ydych chi'n hoffi dylunio a chreu pethau, gweithio ar eich pen eich hun ac ar brosiectau gydag eraill, neu os oes arnoch chi eisiau paned a chw'rdd â phobl o gyffelyb fryd, dyma'r lle perffaith i chi!	Dydd Llun 10:00-12:00	AM DDIM
	DOSBARTHADAU TG I DDECHREUWYR – Mae llefydd yn gyfyngedig, ffoniwch i archebu lle!	Dydd Iau 10:00—12:00	AM DDIM
Canolfan Ieuenctid & Chymunedol Abergele LL22 7BP	SCRABL a BRIJ gyda Yvonne Harries Am £1 mi fedri di gyfarfod ffrindiau hen a newydd a mwynhau gem neu ddwy—neu fwy! ☎ 01492 518404	Dydd Mercher 10:00-12:00	£1.00
PAFILIWN , Llansannan, LL16 5HZ	CLWB BOWLIO LLANSANNAN (Mai— Medi) - Cyfarfod i chwarae gêm o fowlio gyda phobl croesawgar a llawn hwyl. Cysylltwch a Rhoswen Willams neu Mike Daff-orne ☎ 07919 918193/ 01745 870533	Dydd Llun 19:00—21:45	£20 MAI—MEDI
Canolfan Bro Cernyw Llangernwy, LL22 8PW	PILATES (Ffit Conwy) – Anadlu gydag ymwybyddiaeth ac adfer cydbwysedd. Canolbwyntio ar aliniad tra'n cryfhau'r corff.	Dydd Llun 19:00-20:00	£6.00
Llyfrgell Cymunedol Bae Kinmel , Kendal Road, Kinmel Bay, LL18 5BT	CAFFI CÔF – sesiwn gyfeillgar lle gallwch chi alw draw am baned a sgwrs. Addas ar gyfer pobl sy'n dioddef o ddementia, ond mae croeso i bawb ☎ 01745 772150	Dydd Llun Olaf y mis (Gwiriwch efo Gŵyl y banc) 14:00-16:00	AM DDIM
Abergele Leisure Centre , Faenol Ave, Abergele, LL22 7HE	Cerdded Hwylus gyda Vicky Marginson— Sesiwn o gerdded braf yn wych ar gyfer yr haf. ☎ 07826876992.	Dydd Gwener 13.15—14.20	Am DDIM