

**GWEITHGAREDDAU'R
PASG A'R HAF 2018**

**GWERSYLLOEDD
DRAIG
A CHWARAEON**



Cardiff Met
SPORT | CHWARAEON



**SPORTS DATBLYGU
DEVELOPMENT CHWARAEON**
Children's Sport Chwaraeon i Blant



CROESO I WERSYLLOEDD Y DDRAIG 2018!



+44 (0) 29 2041 6777



Datblygiad Chwaraeon Iau
Campws Cyncoed
Prifysgol Fetropolitan Caerdydd
Ffordd Cyncoed
Caerdydd CF23 6XD



[www.cardiffmet.ac.uk/
juniorsportsdevelopment](http://www.cardiffmet.ac.uk/juniorsportsdevelopment)



@CMetSportsAcademies



Mae Gwersylloedd y Ddraig Met Caerdydd yn cael eu cynnal yn ystod gwyliau'r Pasg a'r Haf ac maent yn agored i fechgyn a merched rhwng 4 oed a 14 oed.

Rheolir a chydlynir y rhaglen aml-weithgaredd gan ein corff mawr o athrawon cymwysedig a myfyrwyr chwaraeon sy'n anelu at ddarparu profiad diogel a gwerth chwell i bob plentyn.

Mae Gwersylloedd y Ddraig yn annog plant i fod yn gorfforol weithgar, i ddatblygu sgiliau chwaraeon a chelf sylfaenol, i ryngweithio â ffrindiau newydd ac yn bwysicaf oll i fod yn rhan o raglen sy'n hyrwyddo agwedd iach a chorfforol weithgar at fywyd.

Rhoddir cyfle i bob plentyn ddewis o blith ystod eang o weithgareddau i ysgogi eu hanghenion a'u galluoedd corfforol, emosiynol, cymdeithasol, creadigol a deallusol. Mae gweithgareddau Gwersylloedd y Ddraig yn cael eu rhaglennu i gydnabod anghenion helaeth ac amrywiol yr holl blant sy'n mynychu.

Caiff gweithgareddau eu dylunio gyda sylw dyledus i ryw, crefydd, hil a chyflyrau meddygol pob plentyn. Ar gyfer y grŵp dan



8, cynllunnir digwyddiadau ychwanegol i gydnabod digwyddiadau calendr arwyddocaol. Bydd themâu yn cynnwys Pen-blwyddi Arbennig, Diwrnodau Cenedlaethol, Gwyliau Tymhorol, 'Diwrnod mewn Hanes', Gwisg Ffansi, Dyddiau Bwyta'n Iach, ac unrhyw themâu perthnasol a phriodol eraill.

Mae Gwersylloedd y Ddraig yn gweithredu ar diroedd Campws Cyncoed yn unig. Mae'r gweithgareddau'n defnyddio'r cyfleusterau chwaraeon canlynol; Y Ganolfan Athletau Dan Do Genedlaethol (NIAC), Canolfan Tennis Dan Do, Neuadd Chwaraeon, Neuadd Gymnasteg Syd Aaron, Campfa Russell Rees, Stiwdio Ddawns, Trac Athletau Awyr Agored, Pwll Nofio (Dros 8 yn unig), Astroturf, Pêl-droed, Caeau Rygbi a'r Arena Saethu.

Mae Gwersylloedd y Ddraig yn darparu cyfleuster arlwyio sy'n cynnig prydau poeth ac oer. Gofynnir i rieni archebu prydau bywyd poeth mewn da bryd cyn i'w plentyn fynychu'r gwersyll. Darperir rhestr o brydau bywyd ar y ffurflen archebu yng nghefn y llyfryn hwn.

Cyflogir staff Gwersylloedd y Ddraig i ddarparu pob gweithgaredd yn Saesneg, ond gallai fod rhai aelodau staff yn siarad Cymraeg achlysurol.



SAMPL O AMSERLEN DDYDDIOL GWERSYLLOEDD Y DDRAIG

▶ **8:00am: Gollwng Cynnar (cost ychwanegol)**

Gweithgaredd chwaraeon ysgafn neu hwyl gyda chelf a chrefft.

.....
COST YCHWANEGOL

▶ **8:45am: Cofrestru ar gyfer y Gwersyll**

▶ **9:30am - 10:45am: Sesiwn 1**

▶ **11:00am - 12:10pm: Sesiwn 2**

Yn y ddwy sesiwn ceir dewis o 2/3 champ yn ogystal ag opsiwn celf a chrefft. Mae'r sesiynau hefyd yn cynnwys egwyl ar gyfer sudd (darperir sudd gan Wersylloedd y Ddraig).

▶ **12:30pm - 1:30pm: Amser Cinio**

Draw i'r ffreutur am ginio!
Gellir archebu prydau poeth ac oer 24 awr cyn mynychu'r gwersyll, fel arall, gallwch ddod â phecyn bwyd gyda chi a gaiff ei gadw yn yr oergell.

▶ **1:45pm - 3:00pm: Sesiwn 3**

▶ **3:15pm - 4:30pm: Sesiwn 4**

Mwy o sesiynau hwyl gyda dewis o 2/3 o gampau yn ogystal ag opsiwn celf a chrefft.

▶ **4:45pm: Gadael y Gwersyll**

.....
COST YCHWANEGOL

▶ **5:15pm - 6:00pm: Casglu Estynedig (cost ychwanegol)**

Gweithgaredd chwaraeon ysgafn neu hwyl gyda chelf a chrefft.

Mae Gwersylloedd y Ddraig Met Caerdydd yn cynnig ystod o dros 20 o gampau mewn 14 lleoliad gwahanol ar y safle. Rydym hefyd yn cynnig amrywiaeth o weithgareddau nad ydynt yn gysylltiedig â chwaraeon fel Teithiau Cerdded Natur ar y Campws, Gemau Parti, Rwy'n gweld gyda fy llygad bach i, Helfeydd Trysor, Helfeydd Fforio, Celf a Chrefft ac ati.

GWYBODAETH I RIENI

GWEITHDREFNAU A PHOLISI ARCHEBU

Mae Gwersylloedd Y Ddraig Met Caerdydd yn gweithredu polisi archebu pendant. Er mwyn sicrhau gwasanaeth cofrestru dyddiol cyflym ac effeithlon, rhaid i rieni archebu lle i'w plant heb fod yn llai na 24 awr cyn eu derbyn. **Nid ydym yn gallu prosesu archebion ar y diwrnod.**

Ni all Gwersylloedd y Ddraig Met Caerdydd dderbyn plant ar y rhaglen heb y canlynol;

- ▶ Tâl ymlaen llaw (dim llai na 24 awr).
- ▶ Ffurflen archebu wedi'i llenwi'n llawn. Ar adeg archebu, bydd y derbynnydd yn gwirio eich bod chi wedi llenwi'r holl wybodaeth ofynnol, gan gynnwys darparu manylion llawn am anghenion eich plentyn yn y gwersyll. Ni fyddwch yn gallu archebu lle os bydd unrhyw ran o'r ffurflen yn anghyflawn.
- ▶ Llofnod rhiant neu warcheidwad yn cytuno i'r Telerau ac Amodau a nodir yn y ffurflen archebu.

Mae ffurflenni archebu ar gael yn y llyfryn hwn ac ar ein gwefan fel PDF y gellir ei golygu. Gellir cyflwyno ffurflenni yn y dderbynfya, eu hanfon drwy'r post neu drwy e-bost i dragoncamps@cardiffmet.ac.uk

POLISI AD-DALIADAU A CHANSLO

Mae'n rhaid talu'r holl ffioedd ymlaen llaw ac nid ydynt yn ad-daladwy nac yn drosglwyddadwy oni bai nad oes niferoedd digonol i redeg y cwrs. Mae Gwersylloedd y Ddraig Met Caerdydd y cadw'r hawl i ganslo'r rhaglen ar unrhyw adeg os nad oes niferoedd digonol i gynnal y gwersyll.

LLEOEDD

Mae lleoedd ar gael ar gyfer;

40 x Dan 8 y dydd (rhwng 4 a 7 oed)

(Un hyfforddwr i wyth o blant)

156 x Dros 8 y dydd (rhwng 8 a 14 oed)

(Un hyfforddwr i 12 o blant)

- ▶ Fel arfer mae hyfforddwy'r yn gweithio mewn paruau.
- ▶ Gofynnir i rieni archebu lle i'w plant yn y grwpiau oedran priodol.
- ▶ Oherwydd bod lleoedd yn gyfyngedig yn y Gwersyll dan 8 oed, ni allwn roi plant 8 oed a hŷn gyda'u brodyr a chwiorydd iau.

CHWARAEON CYNHWYSOL

Mae Gwersylloedd Y Ddraig Met Caerdydd yn cynnal polisi mynediad agored i bob plentyn gan gynnwys y rhai hynny ag anableddau. Fodd bynnag, ni all Gwersylloedd y Ddraig Met Caerdydd ddarparu gofal i blant sydd angen cymorth 1:1.

Cynghorir rhieni i siarad â'r rheolwr ac i ddarlflen ein polisïau sydd ar gael yn y dderbynfya, er mwyn mynd i'r afael yn llawn ag anghenion plentyn cyn mynychu'r gwersyll.

CYRRAEDD AC YMADAEL

Mae Gwersylloedd Y Ddraig Met Caerdydd yn gweithredu rhaglen o weithgareddau dyddiol arferol rhwng 8:45 am - 5:15pm o ddydd Llun i ddydd Gwener. Gofynnir i rieni fod yn brydlon a gofynnir iddynt dalu ffi ddyddiol estynedig os ydynt yn cyrraedd cyn ac/neu ar ôl yr amser cyrraedd a chasglu a drefnwyd.



GWYBODAETH I RIENI

CYFARWYDDIADAU

I gyrraedd Campws Cyncoed o;

Y Dwyrain:

- 1 Cymerwch Gyffordd 29 oddi ar yr M4 a theithio i'r gorllewin ar yr A48 (M) am oddeutu 3 milltir.
- 2 Trowch i ffordd ar gyffordd Llanedeyrn a chymerwch y 3ydd allanfa oddi ar y gylchfan.
- 3 Yn y gylchfan nesaf cymerwch y troad cyntaf ar y chwith i fyny Ffordd Llanedeyrn, dilynwch y ffordd hon i'r gyffordd goleuadau traffig lle byddwch yn ymuno â'r lôn dde.
- 4 Trowch i'r dde i Ffordd Cyncoed; teithiwch am oddeutu hanner milltir a bydd Met Caerdydd ar y dde.

Y Gorllewin:

- 1 Cymerwch Gyffordd 32 oddi ar yr M4 ac ymunwch â'r A470 tuag at ganol y ddinas.
- 2 Parhewch ar hyd y ffordd hon nes i chi gyrraedd cylchfan Gabalfa. Arhoswch yn y lôn chwith a chymerwch y ffordd gyntaf ar y chwith i'r A48 (M) i'r dwyrain.
- 3 Trowch i ffordd ar gyffordd Llanedeyrn a chymerwch y troad cyntaf i'r chwith ar y gylchfan.
- 4 Dilynwch y cyfarwyddiadau uchod 'o'r dwyrain' o bwynt 3.

Fel arall, mae mynedfa ar Circle Way West, dilynwch yr arwyddion o gylchfan Llanedeyrn.

DIWRNODAU ESTYNIEDIG

Cynigir gwasanaeth estynedig i rieni sydd angen amser ychwanegol i deithio i'r gwaith ac oddi yno. Darperir gweithgareddau i Fynychwyr Cynnar rhwng 8:00 am - 8:45 ac ar gyfer Casgliadau Hwyr o 5:15 pm - 6:00pm. Bydd gofyn i rieni sy'n dewis y gwasanaeth hwn archebu a thalu ffi ychwanegol heb fod yn llai na 24 awr cyn i'w plant fynychu'r gwersyll.

GWEITHDREFNAU COFRESTRU

Mae Gwersylloedd Y Ddraig Met Caerdydd yn gweithredu trefn gofrestru lem lle mae angen i rieni arwyddo eu plant i mewn ac allan o'r gwersyll yn ddyddiol.

Os oes oedolyn ar wahân i'r oedolyn sy'n arwyddo'r plentyn i mewn i'r gwersyll yn ei gasglu, rhaid i'r staff gael gwybod am hyn pan fydd y plentyn yn cael ei arwyddo i mewn a rhaid rhoi cyfrinair i'r staff ac i'r oedolyn sy'n casglu'r plentyn. Mae'r rheolwr yn cadw'r hawl i gadw plentyn ar y safle os nad yw'n gallu adnabod y person sy'n casglu, neu os nad oes ganddo unrhyw ffurf ar ganiatâd ysgrifenedig i ryddhau'r plentyn o'r rhaglen. Yn yr achos hwn, byddwn yn cysylltu â'r rhiant cyn rhyddhau unrhyw blant.

Mae'n bwysig bod aelod o staff yn cael gwybod yn y bore os nad ydych chi casglu'ch plentyn ar ddiwedd y dydd. Cofiwch lofnodi'r ffurflen ryddhau a threfnwch i ddefnyddio cyfrinair ar adeg casglu.

SALWCH A GWAHARDD

Gofynnir i rieni/gwarcheidwaid gasglu plant yr amheuir bod arnynt salwch neu haint cyn gynted ag y bo modd er mwyn lleihau'r perygl o'r salwch yn lledu trwy'r gwersyll.

Ni all Gwersylloedd y Ddraig Met Caerdydd dderbyn plentyn ar y rhaglen gyda salwch heintus sy'n bodoli neu sy'n gwella. O ran iechyd a lles yr holl blant sy'n mynychu'r gwersyll, cynghorir rhieni i siarad â'r rheolwr cyn archebu lle i'w plant. Gofynnir i rieni plant sy'n mynychu'r gwersyll gydag anaf ddarparu manylion i'r rheolwr cyn arwyddo i mewn.

GWEINYDDU MEDDYGINIAETHAU

Mae angen ar Wersylloedd y Ddraig Met Caerdydd ganiatâd ysgrifenedig gan riant/gwarcheidwad cyn derbyn a gweinyddu unrhyw ffurf ar feddyginiaeth i blentyn.

Gofynnir i rieni ddarparu manylion llawn ar ffurflen feddyginiaeth ar wahân ac i gydnabod, bob dydd, trwy lofnod a dyddiad, bod aelod awdurdodedig o Wersylloedd y Ddraig wedi dilyn y cyfarwyddiadau gweinyddu a ddarparwyd.

POLISIÂU

Mae Met Caerdydd a Gwersylloedd y Ddraig Met Caerdydd yn cynnal polisiau manwl sy'n rheoli gweinyddu a gweithredu'r gwersyll.

Gellir gweld copi llawn o'n polisiau yn nerbynfeydd NIAC a'r Ganolfan Tennis, Prifysgol Fetropolitan Caerdydd, Campws Cyncoed, Cyncoed, Caerdydd CF23 6XD. Os oes gennych unrhyw bryderon, bydd y rheolwr yn hapus i siarad â chi ar y diwrnod.

POLISI RHEOLI YMDDYGIAD

Mae staff Gwersylloedd y Ddraig Met Caerdydd yn ymdrechu i reoli, monitro a chynnal ymddygiad lle bo angen, er mwyn sicrhau bod y rhaglen yn rhedeg yn ddiraffferth ac i amddiffyn pob plentyn sydd wedi'i gofrestru yn ei ofal. Mae holl staff Gwersylloedd y Ddraig Met Caerdydd yn dilyn Codau Ymddygiad Hyfforddi'r Corff Llywodraethu Cenedlaethol (manyion llawn ar gael yn ein Llawlyfr Polisi sydd ar gael yn y Ganolfan Tennis a desgiau derbynfya NIAC).

CYFLE CYFARTAL

Mae Gwersylloedd Y Ddraig Met Caerdydd yn gwbl ymwybodol o'i gyfrifoldeb tuag at hyrwyddo cyfle cyfartal ac yn cydnabod bod gwahaniaethu yn annerbyniol mewn unrhyw ffurf. Mae Gwersylloedd y Ddraig Met Caerdydd yn derbyn yn llwyr ei gyfrifoldeb statudol ac mae wedi ymrwymo i ymestyn yr egwyddorion a nodir yn y gyfraith i unrhyw unigolyn neu grwpiau sy'n cael eu trin yn annheg.

YSWIRIANT

Darperir yswiriant atebolrwydd cyhoeddus a phersonol ar gyfer yr holl blant sydd wedi'u cofrestru ar y Rhaglen Gwersylloedd y Ddraig, fodd bynnag, nid yw eiddo personol wedi'u cynnwys yn yr yswiriant hwn. Arolygiaeth Gofal a Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru Cymru (Rhif y dystysgrif - WO10000369). Mae Gwersylloedd y Ddraig Met Caerdydd wedi cofrestru gydag Arolygiaeth Gofal a Gwasanaethau Cymdeithasol Cymru (AGGCC), sefydliad a osodwyd o fewn Llywodraeth Cymru. Mae AGGCC yn rheoleiddio gwasanaethau gofal cymdeithasol a blynyddoedd cynnar gan ddefnyddio'r rheoliadau a safonau gofynnol cenedlaethol a wnaed gan Gynulliad Cenedlaethol Cymru a Llywodraeth Cymru. Mae'r rheoliadau yn cynnwys Rheoliadau

Gwarchod Plant a Gofal Dydd (Cymru) 2010, Mesur Plant a Theuluoedd (Cymru) 2010, a'r Safonau Gofynnol Cenedlaethol ar gyfer Gofal Plant a Reoleiddiwyd 2012. Mae Gwersylloedd y Ddraig Met Caerdydd yn ddarostyngedig i un arolygiad dirybudd bob chwe mis.

Prif ffocws AGGCC yw rhoi sylwadau ar ansawdd y gofal a ddarperir ac ansawdd bywyd y staff a'r plant tra yn y gwersyll. Rhoddir adroddiad cynhwysfawr wedyn i Reolwr Gwersylloedd y Ddraig sy'n gyfrifol am weithredu newid a gwelliant ar gyfer rhaglenni yn y dyfodol.

Gall rhieni gysylltu ag AGGCC am ragor o wybodaeth a chyngor yn y cyfeiriad a ganlyn; **AGGCC, Swyddfa De Ddwyrain Cymru, Llywodraeth Cymru, Parc Busnes Rhydycar, Merthyr Tudful, Cf48 4UZ**

Ffôn: 0300 062 8757

E-bost: cssiw.southeast@wales.gsi.gov.uk

CWYNION

Os na ellir ymdrin ag ymholiad neu gŵyn hyd at ganlyniad boddhaol, gofynnir i rieni siarad yn uniongyrchol â Rheolwr Gwersylloedd y Ddraig i ddechrau, ac wedyn i gysylltu ag AGGCC yn y cyfeiriad uchod.

FFIOEDD GOSTYNGOL

Dyfernir ffioedd gostyngol ar ôl derbyn taleb o'n tudalen Facebook @CmetSportsAcademies. Mae'r rhain yn cael eu hargraffu yn ystod y cyfnod yn arwain at y gwersylloedd Pasg a Haf. Bydd un daleb i bob plentyn yn rhoi gostyngiad o 10% ar archebion. Rydym yn derbyn nifer o fathau o dalebau gofal plant; am fanylion pellach cysylltwch â Donna Cadenne ar 029 2041 6738.



*derbynnir talebau gofal plant eraill hefyd.

BWYDLEN

Anogir rhieni i archebu prydau iach a maethlon a ddarperir gan Met Caerdydd. Mae hyn yn lleihau'r risg sy'n gysylltiedig â cholli arian a bwyta byrbrydau gormodol o becyn bwyd yn ystod egwyliau yn hytrach na'r amser cinio dynodedig. Hefyd, sicrhewch nad yw eich plant yn dod â symiau diangen o arian gyda nhw i'r gwersyll. Darperir egwyliau sudd gan Met Caerdydd.

GWERSYLOEDD Y DDRAIG 2018

	Ffioedd dan 8 oed	Ffioedd gostyngol dan 8 oed	Ffioedd dros 8 oed	Ffioedd gostyngol dros 8 oed
1 diwrnod llawn	£39.50	£35.50	£37.50	£34.00
4 diwrnod yr wythnos	£147.50	£133.00	£138.50	£125.00

Pasg a gwyliau banc YN UNIG.

5 diwrnod yr wythnos	£159.50	£143.50	£148.50	£133.50
Diwrnod estynedig	£7.50	£7.50	£7.50	£7.50
Cinio	£3.70	£3.70	£3.70	£3.70

Noder:

Nid yw ffioedd Gwersylloedd y Ddraig yn ad-daladwy nac yn drosglwyddadwy oni bai nad oes niferoedd digonol i redeg y cwrs.

GWERSYLOEDD Y DDRAIG

FFURFLEN ARCHEBU A CHANIATÂD

Un ffurflen y plentyn, os gwelwch yn dda. Llenwch bob rhan oni nodir yn wahanol.

GWYBODAETH GYSWLLT

Enw llawn y plentyn:

Rhyw: Oedran: Dyddiad Geni:

Iaith gyntaf: Siarad Cymraeg?:

Ethnigrwydd: Crefydd:

Cyfeiriad:

Cod post:

Rhif (au) ffôn: /

*Cyfeiriad e-bost:

*Ticiwch os NAD YDYCH yn dymuno derbyn unrhyw ddeunydd marchnata

MANYLION CYSWLLT MEWN ARGYFWNG

Rhowch fanylion Rhiant/Gwarcheidwaid

1 Printiwch yr Enw:

Perthynas â'r plentyn:

Rhif Cyswllt Mewn Argyfwng:

2 Printiwch yr Enw:

Perthynas â'r plentyn:

Rhif Cyswllt Mewn Argyfwng:

Enw'r Meddyg: Rhif Ffôn y Meddyg:

Cyfeiriad y Meddyg:

PWYSIG! GWEITHDREFNAU ARWYDDO ALLAN

Rhaid i bob plentyn sydd wedi'i gofrestru ar ein rhaglen Gwersylloedd y Ddraig gael ei arwyddo i mewn ac allan o'r gwersyll bob dydd gan oedolyn. Rhaid i holl blant Gwersylloedd y Ddraig gael cyfrinair, i'w ddefnyddio wrth gasglu'r plentyn.

Cyfrinair:

NI ELLIR ARCHEBU AR-LEIN AR GYFER GWERSYLOEDD Y DDRAIG. Gellir archebu yn bersonol (yn Nerbynfa NIAC neu'r Ganolfan Tennis), dros y ffôn ar 029 2041 6777 neu drwy'r post gyda sieciau* yn daladwy i 'UWIC Co. Ltd' a'u dychwelyd i; Gwersylloedd y Ddraig/Gwersylloedd Chwaraeon Met Caerdydd, NIAC, Campws Cyncoed, Ffordd Cyncoed, Caerdydd CF23 6XD. *Os ydych yn anfon y ffurflen hon drwy'r post, cysylltwch â ni i gadarnhau'ch ffioedd cyn llenwi'r siec.

ARCHEBION Ticiwch y diwrnod(au) yr hoffech i'ch plentyn fynychu Gwersylloedd y Ddraig o dan yr Adran 'Archebion' isod. Os oes angen diwrnod estynedig, nodwch E yn y blwch.

CINIO Codir £3.70 y plentyn. Nodwch y dewisiadau o dan yr adran 'Cinio' isod.

DEWIS O BRYDAU

M1 Pecyn bwyd yn cynnwys: Brechdan ffres, pecyn o greision, darn o ffrwyth a phecyon o fisgedi - Brechdan (dim menyn) gyda dewis o: Salad Caws, Tiwna Mayonnaise a Salad, Salad Cyw iâr

M2 Taten Bob wedi'i llenwi â dewis o Gaws / Tiwna Mayo / ffa pob

M3 Dwy selsigen gig neu **M3V ar gyfer Selsig** Llysieuol, sglodion a phys

M4 Bysedd pysgod, sglodion a phys

M5 Darnau cyw iâr, sglodion a phys

M6 Caws Macaroni

M7 Penne Pasta Bolognaise

ARCHEBION

W/D	Llun	Maw	Mer	Lau	Gwe
02/04	X				
09/04					
23/07	X	X			
30/07					
06/08					
13/08					
20/08					
27/08	X				

CINIO

Llun	Maw	Mer	Lau	Gwe
X				
X				

A all eich plentyn nofio dros 25 metr (Dros 8 yn unig)?:

Gall Na all

Os na, rhowch fanylion ei allu nofio:

A oes gan eich plentyn unrhyw ofynion dietegol neu feddygol?:

Oes Nac oes

Os oes, rhowch fanylion:

A ydych chi'n rhoi caniatâd ffotograffig i'ch plentyn?:

(I'w ddefnyddio yn neunydd marchnata Chwaraeon Met Caerdydd)

Ydw Nac ydw

A ydych chi'n rhoi caniatâd ar gyfer triniaeth Cymorth Cyntaf/Triniaeth frys:

(Ac, os oes angen, caniatâd i fynd i'r ysbyty)

Ydw Nac ydw

A ydych chi'n rhoi caniatâd i'ch plentyn gael paentio ei wyneb?:

Ydw Nac ydw

TELERAU AC AMODAU

- Rwyf wedi cwblhau'r Ffurflen Caniatâd Archebu yn llawn.
- Rwy'n cadarnhau fy mod wedi darllen a deall Gweithdrefnau a Pholisïau Archebu Gwersylloedd y Ddraig Met Caerdydd a gynhwysir yn y llyfryn hwn.
- Rwy'n cadarnhau fy mod wedi cael fy hysbysu am bolisiau Gwersylloedd y Ddraig Met Caerdydd a ellir eu gweld yn nerbynfeydd NIAC a'r Ganolfan Tennis.
- Rhaid gwneud archebion 24 awr ymlaen llaw, ni allwn warantu archebion ar y diwrnod.
- Nid yw'r tâl yn ad-daladwy nac yn drosglwyddadwy oni bai nad oes niferoedd digonol i redeg y Gwersyll.

Enw Rhiant/Gwarcheidwad: Dyddiad:

Llofnod:



GWERSYLOEDD CHWARAEON 2018

Archebwch ar-lein! www.cardiffmet.ac.uk/onlinebookings



GWERSYLOEDD ATHLETAU

MetCaerdydd

Mae ein Gwersylloedd Pasg a Haf yn agored i ddechreuwr pur sy'n dymuno dysgu rhywfaint o sgiliau newydd ac athletwr cystadleuol sy'n dymuno cael hyfforddiant ychwanegol yn ystod gwyliau'r ysgol. Mae ein gwersylloedd yn cyflwyno athletwr i'n rhaglenni aml-gamp gan gynnwys campau fel gwibio, clwydi, naid uchel yn ogystal â champau taflu.

Bydd athletwr cystadleuol yn cael cyfle i wella eu techneg a'u ffithrydd i baratoi ar gyfer cystadlaethau'r tymor.

GWERSYLL Y PASG

Oedran:	5 i 17 oed
Dyddiadau:	9 -13 Ebrill (Gwersyll 5 diwrnod)
Amser:	8:45 - 4:45pm (NIAC)
Ffioedd:	£167.50

GWERSYLL YR HAF

Oedran:	5 i 17 oed
Dyddiadau:	30 Gorffennaf - 3 Awst (Gwersyll 5 diwrnod) 13 - 17 Awst (Gwersyll 5 diwrnod)
Amser:	8:45 - 4:45pm (NIAC)
Ffioedd:	£167.50



GWERSYLOEDD PEL-DROED

MetCaerdydd

Come along to our Easter and Summer Fun Football Camps, where we provide quality coaching from FA/FAW qualified coaches.

At Cardiff Met we adopt a 'player centered' approach to coaching using our 'learning through games' philosophy. Our coaching camps help promote technical, tactical and ethical player development and are a great way to improve your football skills!

Ni cheir gwisgo llafnau neu esgidiau fflat ar y 3G

Ni cheir gwisgo stydiâu, llafnau neu esgidiau wedi'u mowldio ar yr Astrotrurf

GWERSYLL Y PASG

Oedran:	8 i 16 oed
Dyddiadau:	4 - 5 Ebrill
Amser:	8:45 - 4:45pm (3G)
Ffioedd:	£77.50

GWERSYLL YR HAF

Oedran:	8 i 17 oed
Dyddiadau:	30 Gorffennaf - 3 Awst (Gwersyll 5 diwrnod)
Amser:	8:45 - 4:45pm (NIAC)
Ffioedd:	£167.50

GWERSYLLOEDD HOCI

MetCaerdydd

Gwahoddir chwaraewyr hoci ifanc i fynychu ein Gwersylloedd Hyfforddi Hoci 2018!

Mae Academi Hoci Iau Met Caerdydd yn gweithio gyda Chlwb Hoci Caerdydd a'r Met i sefydlu tîm hoci iau newydd cyffrous!

Eleni bydd ein Gwersylloedd Pasg a Haf yn cael eu rhedeg gan hyfforddwy'r cymwysedig, ymroddedig a brwdfrydig a fydd yn cynnig rhaglen hyfforddi hwyliog a heriol. Mae croeso i bobl ifanc o bob gallu felly dewch draw i geisio rhywbeth newydd neu ddatblygu eich sgiliau presennol.

GWERSYLL Y PASG

Oedran:	6 i 16 oed
Dyddiadau:	10 - 12 Ebrill (gwersyll 3 diwrnod)
Amser:	8:45 - 4:45pm (Astroturf)
Ffioedd:	£116

GWERSYLL YR HAF

Oedran:	6 - 11 oed	12 - 17 oed
Dyddiadau:	21- 23 Awst (Gwersyll 3 diwrnod)	28 - 29 Awst (gwersyll 2 ddiwrnod cyn y tymor)
Amser:	8:45 - 4:45 pm (Astroturf)	8:45 - 4:45 pm (Astroturf)
Ffioedd:	£116	£77.50

GWERSYLL PÊL-RWYD

MetCaerdydd

Beth am wella eich Sgiliau Pêl-rwyd yn ein Gwersylloedd y Pasg a'r Haf 2018!

Mae ein Gwersylloedd Pêl-rwyd yn agored i bob gallu felly dewch draw i ddysgu sgiliau newydd neu ddatblygu rhai sydd gennych eisoes. Bydd ein hyfforddwy'r cymwysedig yn hyfforddi chwarae ymosod ac amddiffyn ac yn darparu hyfforddiant penodol i safleoedd trwy ymarfer driliau a chwarae gemau.

GWERSYLL Y PASG

Oedran:	7 i 16 oed
Dyddiadau:	4 - 5 Ebrill (gwersyll 2 ddiwrnod)
Amser:	8:45 - 4:45pm (Arena Saethu)
Ffioedd:	£77.50

GWERSYLL YR HAF

Oedran:	7 i 16 oed
Dyddiadau:	1 - 2 Awst (gwersyll 2 ddiwrnod)
Amser:	8:45 - 4:45pm (Arena Saethu)
Ffioedd:	£77.50



Book online! www.cardiffmet.ac.uk/onlinebookings

GWERSYLLOEDD GYMNASTEG

MetCaerdydd

Mae ein Gwersylloedd Pasg a Haf yn agored i ferched a bechgyn o bob gallu ac yn cynnig sesiynau hwyliog ond heriol yn ein Campfa Syd Aaron â chyfarpar llawn â llawr sbrings.

Rydym yn croesawu dechreuwyr pur fyddai'r hoffi rhoi cynnig ar gymnasteg am y tro cyntaf a hefyd mabolgampwyr profiadol a hoffai gael hyfforddiant ychwanegol yn ystod y gwyliau.

GWERSYLL Y PASG

Oedran:	5 i 16 oed
Dyddiadau:	10 a 11 Ebrill (Gwersyll 2 ddiwrnod)
Amser:	8:45 - 4:45pm (Campfa Syd Aaron)
Ffioedd:	£77.50

GWERSYLL YR HAF

Oedran:	5 i 16 oed
Dyddiadau:	7 - 9 Awst (Gwersyll 3 diwrnod)
Amser:	8:45 - 4:45pm (Campfa Syd Aaron)
Ffioedd:	£116

GWERSYLLOEDD TRAMPOLIN

MetCaerdydd

Mae ein Gwersylloedd Pasg a Haf yn agored i ferched a bechgyn sydd wedi mynychu sesiynau gymnasteg trampolin o'r blaen neu sy'n aelod o glwb ar hyn o bryd.

Nod y gwersylloedd fydd gwella sgiliau presennol a chyflwyno sgiliau newydd er mwyn helpu mabolgampwyr i ddatblygu.

GWERSYLL Y PASG

Oedran:	5 i 16 oed
Dyddiadau:	4 a 5 Ebrill (gwersyll 2 ddiwrnod)
Amser:	8:45 - 4:45 pm (Campfa Russell Rees)
Ffioedd:	£77.50

GWERSYLL YR HAF

Oedran:	5 i 16 oed
Dyddiadau:	14 a 15 Awst (gwersyll 2 ddiwrnod)
Amser:	8:45 - 4:45pm (Campfa Russell Rees)
Ffioedd:	£77.50



Archebwch ar-lein! www.cardiffmet.ac.uk/onlinebookings

SESIYNAU FFITRWYDD

MetCaerdydd

A ydych chi rhwng 12 a 15 oed ac eisiau rhoi cynnig ar y gampfa? Yna dewch draw i'n sesiynau campfa dan oruchwyliaeth lawn dros wyliau'r Pasg a'r Haf. Mae'n rhaid i bob defnyddiwr gwblhau cyfnod sefydlu sy'n cynnwys cyfarwyddyd ar sut i ddefnyddio'r offer yn ddiogel a bydd Hyfforddwy'r Ffitrwydd cymwysedig wrth law i roi cymorth. Mae ein campfa â'r holl gyfarpar diweddaraf o ran peiriannau cardiofasgwlaidd a gwrthiant ac mae'r sesiynau'n hwyliog ac yn bleserus.

GWERSYLL Y PASG

Oedran:	12 i 15 oed
Dyddiadau:	3 - 6 Ebrill (Dydd Mawrth - dydd Gwener) 9 - 13 Ebrill (dydd Llun - dydd Gwener)
Amser:	10:00 - 12:00pm (Canolfannau Ffitrwydd Cyncoed a Llandaf)
Ffioedd:	£3.80 i'r rhai nad ydynt yn aelodau; Am ddim i aelodau

GWERSYLL YR HAF

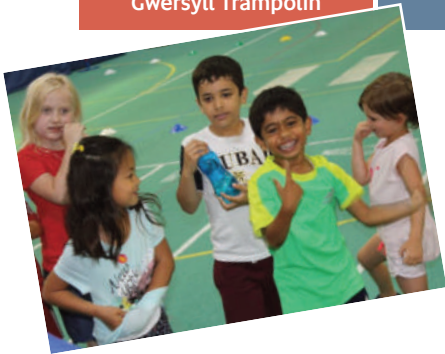
Oedran:	12 i 15 oed
Dyddiadau:	23 - 27 Gorffennaf 30 Gorffennaf - 3 Awst 6 - 10 Awst 13 - 17 Awst 20 - 24 Awst 28 - 31 Awst

Amser:	10:00 - 12:00pm Canolfannau Ffitrwydd Cyncoed a Llandaf)
Ffioedd:	£3.80 i'r rhai nad ydynt yn aelodau; Am ddim i aelodau



GWERSYLLOEDD CHWARAEON GWYLIAU'R PASG 2018

	Dyddiadau	Ffioedd
Gwersyll Athletau	9 - 13 Ebrill	£167.50
Gwersyll Pêl-droed	4 a 5 Ebrill (8 - 16 oed) 2 ddiwrnod	£77.50
Gwersyll Campfa	10 a 11 Ebrill (5+)	£77.50
Gwersyll Hoci	10 - 12 Ebrill (7+)	£116
Gwersyll Pêl-rwyd	4 a 5 Ebrill (7+)	£77.50
Gwersyll Trampolîn	4 a 5 Ebrill	£77.50



GWERSYLLOEDD CHWARAEON GWYLIAU'R HAF 2018

	Dyddiadau	Ffioedd
Gwersyll Athletau	30 Gorffennaf - 3 Awst 13 - 17 Awst	£167.50 yr wythnos
Gwersyll Pêl-droed	30 Gorffennaf - 3 Awst	£167.50
Gwersyll Campfa	7 - 9 Awst	£116
Gwersyll Hoci	21 - 21 Awst (6 - 11 oed) 28 - 29 Awst (12 - 17 oed)	£116 (gwersyll 3 diwrnod) £77.50 (gwersyll 2 ddiwrnod)
Gwersyll Pêl-rwyd	1 a 2 Awst	£77.50
Gwersyll Trampolîn	14 a 15 Awst	£77.50

**LAWRLWYTHWCH EIN
APP SYMUDOL AM DDIM
I GAEL Y WYBODAETH
DDIWEDDARAF AM EIN
HOLL WASANAETHAU YN
CHWARAEON
MET CAERDYDD**



VISIT WWW.CARDIFFMET.AC.UK/SPORT-APP

GWERSYLOEDD CHWARAEON

FFURFLEN ARCHEBU A CHANIATÂD

Un ffurflen y plentyn, os gwelwch yn dda. Llenwch bob rhan oni nodir yn wahanol.

GWYBODAETH GYSWLLT

Enw llawn y plentyn:

Rhyw: Oedran: Dyddiad Geni:

Iaith gyntaf: Siarad Cymraeg?:

Ethnigrwydd: Crefydd:

Cyfeiriad:

..... Cod post:

Rhif (au) ffôn: /

*Cyfeiriad e-bost:

*Ticiwch os NAD YDYCH yn dymuno derbyn unrhyw ddeunydd marchnata

MANYLION CYSWLLT MEWN ARGYFWNG

Rhowch fanylion Rhiant/Gwarcheidwaid

1 Printiwch yr Enw:

Perthynas â'r plentyn:

Rhif Cyswllt Mewn Argyfwng:

.....

2 Printiwch yr Enw:

Perthynas â'r plentyn:

Rhif Cyswllt Mewn Argyfwng:

.....

Enw'r Meddyg: Rhif Ffôn y Meddyg:

Cyfeiriad y Meddyg:

PWYSIG! GWEITHDREFNAU ARWYDDO ALLAN

Rhaid i bob plentyn sydd wedi'i gofrestru ar ein rhaglen Gwersylloedd Chwaraeon gael ei arwyddo i mewn ac allan o'r gwersyll bob dydd gan oedolyn. Rhaid i holl blant y Gwersylloedd gael cyfrinair, i'w ddefnyddio wrth gasglu'r plentyn.

Cyfrinair:

NI ELLIR ARCHEBU AR-LEIN AR GYFER GWERSYLOEDD Y DDRAIG. Gellir archebu yn bersonol (yn Nerbynfya NIAC neu'r Ganolfan Tennis), dros y ffôn ar 029 2041 6777 neu drwy'r post gyda sieciau* yn daladwy i 'UWIC Co. Ltd' a'u dychwelyd i; Gwersylloedd y Ddraig/Gwersylloedd Chwaraeon Met Caerdydd, NIAC, Campws Cyncoed, Ffordd Cyncoed, Caerdydd CF23 6XD. *Os ydych yn anfon y ffurflen hon drwy'r post, cysylltwch â ni i gadarnhau'ch ffioedd cyn llenwi'r siec.

FFURFLEN ARCHEBU GWERSYLLOEDD CHWARAEON

Nodwch enw llawn a dyddiadau'r Gwersylloedd Chwaraeon (gweler y llyfryn ar gyfer amserlen lawn y cyrsiau);

Gwersylloedd Chwaraeon:

Dyddiad:

Gwersylloedd Chwaraeon:

Dyddiad:

Gwersylloedd Chwaraeon:

Dyddiad:

Rhaid archebu 24 awr ymlaen llaw, ni allwn warantu archebu ar y diwrnod.

Oes Nac oes

A oes gan eich plentyn unrhyw ofynion dietegol neu feddygol?:

Os oes, rhowch fanylion:

.....

A ydych chi'n rhoi caniatâd ffotograffig i'ch plentyn:

(To be used in Cardiff Met Sport marketing material)

Ydw Nac ydw

A ydych chi'n rhoi caniatâd ar gyfer triniaeth Cymorth Cyntaf/Triniaeth frys?: :

Ydw Nac ydw

TELERAU AC AMODAU

- Rwyf wedi llenwi'r Ffurflen Caniatâd Archebu yn llawn.
- Rhaid archebu 24 awr ymlaen llaw, ni allwn warantu archebu ar y diwrnod.
- Nid yw'r tâl yn ad-daladwy nac yn drosglwyddadwy oni bai nad oes niferoedd digonol i redeg y Gwersyll.

Enw'r Rhiant/Gwarcheidwad: Dyddiad:

Llofnod:



SPORTS DEVELOPMENT **DATBLYGU CHWARAEON**
Children's Sport Chwaraeon i Blant



ACADEMÏAU CHWARAEON

Mae Chwaraeon Met Caerdydd yn cynnig ystod o academïau chwaraeon i blant rhwng 4 a 16 oed.

Cynhelir yr academïau dros gyfnod o wyth neu ddeuddeg wythnos yn ystod y 3 thymor ysgol.

Athletau Pêl-rwyd **Gymnasteg** **Hoci** **Badminton**
Nofio Pêl-droed **Trampolinio** **Pêl-foeli** **Triathlon**

Cyflwynir yr holl sesiynau gan hyfforddwr cymwysedig a hyfforddwyd a ddatblygwyd gan Chwaraeon Met Caerdydd

'Yn darparu cyfleoedd chwaraeon i'r gymuned ehangach'

Am ragor o wybodaeth neu i archebu ar-lein ewch i
www.cardiffmet.ac.uk/juniorsportsdevelopment
neu ffoniwch 029 20416 777



Cardiff
Metropolitan
University

Prifysgol
Metropolitan
Caerdydd



Os oes gennych unrhyw gwestiynau am yr Academiâu Chwaraeon Iau neu os hoffech archebu lle, cysylltwch â ni yn:



+44 (0) 29 2041 6777



Datblygu Chwaraeon Iau
Campws Cyncoed
Prifysgol Fetropolitan Caerdydd
Ffordd Cyncoed
Caerdydd CF23 6XD



www.cardiffmet.ac.uk/juniorsportsdevelopment



@CMetSportsAcademies



Cardiff Met
SPORT | CHWARAEON



Cardiff
Metropolitan
University

Prifysgol
Metropolitan
Caerdydd