

**BOOKING ESSENTIAL. GO TO
WWW.SNOWDONIAWATERSPORTS.COM**

7.30yb Dydd Llun/Dydd Mercher/Dydd Gwener

Ffitrwydd SUP: Cadw'n heini ar SUP: Ffordd ysbrydolgar o ddechrau'r diwrnod.
£10 y pen (neu £5 os oes gennych chi eich bwrdd eich hun)

10.00yh Dydd Mercher 26 Gorffennaf

Nofio Dan y Lloer: Profwch ddyfroedd tywyll Llyn Padarn yn ystod y nos.
Nofio â chymorth; cynigir i nofwyr medrus yn unig (dylech fod yn fedrus, nid yn gyflym!)

£8 y pen, darperir gwisgoedd plymio os bydd angen hynny.

10.00yh Dydd Gwener 28 Gorffennaf

Padlo dan y Sêr: Ymunwch â'n seryddwr arnawf, Gareth Roberts i badlo i ganol y llyn i ddysgu am awyr y nos. Bydd llefydd ar gael yn y canŵod Canadaidd i'r sawl y byddai'n well ganddynt beidio padlo eu hunain!

£8 y pen.

7.30am Mon/Weds/Fri

SUP Fit: Work out on a SUP: An inspiring way to start the day.
£10 per person (or £5 if you have your own board)

10pm Weds 26th July

Dark Swim: Experience the inky waters of Llyn Padarn at night.
Supported swim; Open to capable swimmers only (need to be capable not fast!)

£8 per person, wetsuits provided if required.

10.00pm Friday 28th July

Paddle under the Stars with the Floating Astronomer :Join Gareth Roberts, to paddle out into the centre of the lake to learn about the night sky. There will be spaces in Canadian canoes for those who would rather not paddle themselves!

£8 per person.