

Gwyl Y Felinheli 2010

TRIP BEICIO BIKE RIDE

Dydd Sul Sunday 27/06/2010

Dewis o ddwy ffordd i dafarn Y Pennionyn yng Ngroeslon am BBQ a diodydd.
Choice of two rides to Y Pennionyn , Groeslon arriving at about 1pm for BBQ & drinks.

10 milltir o feicio hawdd ar hyd llwybyr y Lon Las. Dechrau 12.00, Y Traeth, Y Felinheli.

Easy Ride along flat cycle track for 10 miles. Start, 12.00, Beach Road, Y Felinheli.

NEU, 18 milltir trwy'r mynyddoedd a heibio Moel Tryfan gan ddringo 1700'. Dechrau 10:00, Y Traeth, Y Felinheli.

OR, Mountain Bike option, 18 miles with a 1700' ascent via Moel Tryfan. Start 10:00, Beach Road, Y Felinheli.

Atebwch y cwestiynau yma i ddarganfod pa ffordd yw'r orau i chi:

To help you choose which ride is for you, check the boxes:

Hoffech chi wella eich ffitrwydd?
Do you want to get fit?

Ydych yn ymarfer yn aml?
Are you fit?

A oes gennych feic?
Do you have a bike?

A oes gennych feic addas?
Do you have a mountain bike?

Yw codi yn y bore yn anodd?
Do you like a lie in?

Allwch chi godi yn gynnar ar fore Dydd Sul?
Can you get up early?

Fuasech chi yn mwynhau diwrnod braf gyda'r teulu?
Would you like a pleasant day out?

Ydych yn wyllt?!?!
Are you a nutter?!?!

