

CANLLAW CHUCK-A-PUCK CROESO CAERDYDD I...

# GANOLFAN DŴR GWYN RYNGWLADOL CAERDYDD



Dewch i fwynhau amrywiaeth o weithgareddau hamdden ar gyfer anturwyr o bob oed. Cyfleuster antur gwefreiddiol yng nghanol y Pentref Chwaraeon Rhyngwladol yw Canolfan Dŵr Gwyn Ryngwladol Caerdydd (DGRhC).

Yn ogystal â bod yn ganolfan ragoriaeth ar gyfer hyfforddiant, rydym hefyd yn cynnig cyrsiau o'n Hysgol Badlo ar gyfer Gwobrau Dug Caeredin. Mae gan DGRhC bob math o weithgareddau gwych i'w cynnig, felly beth bynnag yw'r gweithgaredd dŵr sy'n mynd â'ch bryd, rydych chi'n siŵr o'i ffeindio yma!

Gyda hyd at chwe pherson mewn rafft, mae rafftio dŵr gwyn yn un o'r gweithgareddau mwyaf cymdeithasol sydd ar gael. Yn addas i ddechreuwr ac anturwyr dŵr gwyn profiadol, mae'r sesiynau 2-awr gyda hyfforddwr yn antur o'r dechrau i'r diwedd. Ar nosweithiau Mercher a boreau Sul, mae lefel a chyflymder y dŵr yn cael ei ostwng fel ei fod yn addas ar gyfer plant iau (6+ oed) fel y gall yr holl deulu hwylio'r dyfroedd gwyllt gyda'i gilydd.

## NEU BETH AM ROI CYNNIG AR Y DON DAN DO?

Mae'r peiriant syrffio yn eich galluogi i brofi gwefr corff-fyrddio trwy gydol y flwyddyn mewn lleoliad cyfleus yng nghanol y ddinas. Os nad ydych yn hoff

iawn o'r dŵr, mae'r Antur Awyr yn sicr o'ch cyffroi. Gwisgwch eich gwregys a chroesi'r strwythur rhaffau uchel uwchben y cwrs dŵr gwyn a rhoi cynnig ar sialensiau Pont Burma, Siglen y Mwnci, Casgen Gropian a'r Weiren Wib.

Mae gweithgareddau eraill yn cynnwys canŵio, caiacio, padlfyrddio, cychod ci poeth a mwy, felly os ydych am roi cynnig ar gamp newydd neu ymweld â'r ganolfan gyda grŵp, bydd rhywbeth at ddant pawb. Mae DGRhC hefyd yn lleoliad delfrydol ar gyfer partion pen-blwydd, penwythnos stag neu barti plu, digwyddiadau meithrin tîm a sesiynau addysgol.

Yn dilyn cyffro gweithgareddau'r ganolfan, beth am fwrw'ch blinder yn y caffi bar? Mae'r caffi bar ar y llawr uchaf ac mae ganddo falconi mawr. Mae'n lle delfrydol i ymwelwyr fwynhau diod a thamaid i'w fwyta wrth wyllo'r rafftwyr yn ymaflyd â'r her eithaf.

## COFIWCH BRYNU EICH PYC I GYMRYD RHAN YN Y GYSTADLEUAETH HWYL AR NOSON Y GÊM!



Dŵr Gwyn  
Rhyngwladol Caerdydd  
Cardiff International  
White Water

Dysgwch fwy yn [croesocaerdydd.com](http://croesocaerdydd.com)

Dilynwch ni ar y cyfryngau cymdeithasol!  
#CroesoCaerdydd

