



Amserlen Beicio Grŵp

Dydd Llun

0700-0730 : MyRide Hyfforddwr Taith
 0930-1015 : MyRide Hyfforddwr Taith
 1215-1245 : MyRide Hyfforddwr Taith
 1915-2000 : **Sbin Disco Dechreuwyr**
 2015-2105 : MyRide Hyfforddwr Taith

Dydd Mawrth

0930-1015 : MyRide Hyfforddwr Stiwdio
 1300-1330 : MyRide Hyfforddwr Taith
 1800-1900 : **Sbin**
 1915-2000 : **Sbin**

Dydd Mercher

0930-1020 : MyRide Hyfforddwr Taith
 1215-1245 : MyRide Hyfforddwr Taith
 1830-1930 : **Sbin**
 1945-2040 : MyRide Hyfforddwr Stiwdio

Dydd Iau

0930-1025 : MyRide Hyfforddwr Taith
 1300-1330 : MyRide Hyfforddwr Taith
 1900-2000 : **Sbinio Disco**

Dydd Gwener

0930-1030 : **Sbin**
 1215-1245 : MyRide Hyfforddwr Stiwdio
 1645-1715 : **Sbinio Disgo Harddegau***
 (11-15 oed)
 2000-2045 : MyRide Hyfforddwr Stiwdio

Dydd Sadwrn

0700-0755 : MyRide Hyfforddwr Taith
 1030-1115 : MyRide Hyfforddwr Stiwdio

Dydd Sul

1000-1100 : MyRide Hyfforddwr Stiwdio



Mae pob dosbarth MyRide yn cael eu harwain gan hyfforddwr rhithwir.

Rydym yn argymhell i chi fynychu dosbarth wedi' arwain gan hyfforddwr gyntaf i sicrhau sefydlu a defnydd diogel o'r beiciau.



01437 775678

Amserlen yn ddilys o'r 14^{eg} Mehefin – 1^{af} Gorffennaf (Fersiwn 2)

* Sbinio Harddegau = Tymor Ysgol yn unig

Polisi Archebu/Canslo yn berthnasol. Archebu ar-lein ar gael. I gael copi mewn print bras, fformat hawdd ei ddarllen, Braille, recordiad sain, neu mewn iaith arall, cysylltwch â Chyngor Sir Penfro ar 01437 764551.



Group Cycling Timetable

Monday

0700-0730 : MyRide Tour Coach
0930-1015 : MyRide Tour Coach
1215-1245 : MyRide Tour Coach
1915-2000 : **Beginners Disco Spin**
2015-2105 : MyRide Tour Coach

Tuesday

0930-1015 : MyRide Studio Coach
1300-1330 : MyRide Tour Coach
1800-1900 : **Spin**
1915-2000 : **Spin**

Wednesday

0930-1020 : MyRide Tour Coach
1215-1245 : MyRide Tour Coach
1830-1930 : **Spin**
1945-2040 : MyRide Studio Coach

Thursday

0930-1025 : MyRide Tour Coach
1300-1330 : MyRide Tour Coach
1900-2000 : **Disco Spin**

Friday

0930-1030 : **Spin**
1215-1245 : MyRide Studio Coach
1645-1715 : **Teen Disco Spin ***
(11-15yrs)
2000-2045 : MyRide Studio Coach

Saturday

0700-0755: MyRide Tour Coach
1030-1115 : MyRide Studio Coach

Sunday

1000-1100 : MyRide Studio Coach



All MyRide classes are led by virtual instructors. It is recommended you attend an instructor lead class first to ensure safe set-up and use of bikes.

01437 775678



Timetable valid from 14th June – 1st July (Version 2)

***Teen Spin = School term time only**

Booking/Cancellation Policy applies. Online booking available. *For a copy in large print, easy-read, Braille, audio, or an alternative language, please contact Pembrokeshire County Council on 01437 764551*

www.pembrokeshire.gov.uk/leisure