

# Canolfan Hamdden Aberaeron Leisure Centre



## DOSBARTHIAU / CLASSES

### **Dydd Llun / Monday**

Troelli Dechreuwyr / Beginner Spin -

5.30-6.00pm

Troelli Datblygwyr / Advanced Spin - 6.15-7pm

### **Dydd Mawrth / Tuesday**

Cylchedau / Circuits - 6-7pm

### **Dydd Mercher / Wednesday**

Troelli / Spin - 7.00-7.30pm

### **Dydd Iau / Thursday**

Cardio Blast - 5.45-6.30pm



Cofiwch fod rhaid bwcio lle ar gyfer pob dosbarth trwy ffonio'r ganolfan neu e-bostio'r cyfeiriad isod:

*Remember that you must book your space in each class by calling the centre or e-mailing:*

[leisure.bookings@ceredigion.gov.uk](mailto:leisure.bookings@ceredigion.gov.uk)