

ymarfer corff mewn gr_p/ group exercise programme

Gwyn Evans Leisure & Activity Centre

Accurate as of 04/05/2024

Times for Monday 29 April



Time	Session	Facility	Level
09:30 - 10:15	Cylched Cyfarpar Ffitrwydd Rhwydd / Easyline Gym Circuits	Stiwdio/ Studio	
10:15 - 11:00	Cylched Cyfarpar Ffitrwydd Rhwydd / Easyline Gym Circuits	Stiwdio/ Studio	
16:00 - 17:00	Ffitrwydd Iau / Junior Fitness	Campfa/ Gym	
18:45 - 19:15	Metafit / Metafit	Stiwdio/ Studio	
19:20 - 20:00	Bwtcamp / Bootcamp	Stiwdio/ Studio	