

Mae'n diwrnod Rhyngwladol Menywod ar yr 8fed o Fawrth eleni. I ddathlu, mae Gwasanaethau Hamdden y cyngor yn cynnig cyfleoedd unigryw i fenywod o bob oedran. Sut byddwch chi'n ddathlu?

Golff yn rhad ac am ddim, am fis.

Ydych, dy chi wedi darllen yn iawn. Mae Clwb Golff y Garnant yn cynnig defnydd yn rhad ac am ddim o'r cwrs golff gwych yma, sydd a 5 twll a 3 pâr drwy fis Mawrth.

01269 823365 www.parcgarnantgolf.co.uk



Arbedwch £2 ar barcio ym Mharc Gwledig Pembre ar y 8fed o Fawrth

Mae digon i weld ac i wneud gan gynnwys taith natur, bwyty a llethr sgïo 130 metr, i'r rhai dewr. **01554 833913.**

Os ydych am wella siâp eich corff, colli ychydig o bwysau, gwella iechyd, neu gadw'n heini am y tymor i ddod, Fusion yw'r lle i chi. Mae Clybiau Iechyd a Ffitrwydd Fusion (ar hyd a lled y Sir) yn cynnig sesiwn gyflwyno a rhaglen ffitrwydd yn rhad ac am ddim ar yr 8fed o Fawrth i unrhyw fenyw sy'n ymaelodi trwy ddebyd uniongyrchol ar yr 8fed.



Nofio am ddim i fenywod ar yr 8fed o Fawrth

Mae'r Cyngor yn cynnig nofio yn rhad ac am ddim i bob menyw ar yr 8fed o Fawrth.

01267 236865 www.carmarthenshire.gov.uk/leisure