

Tasg 1

Ydych chi'n cofio?

1. Heb edrych, ydych chi'n cofio'r manylion? Ysgrifennwch yn y bocsys.

Ras rhedeg a bwyta

Ble:

Beth:

Rheolau:

1.

2.

3.

4.

5.

Ras donyts

Ble:

Beth:

Rheolau:

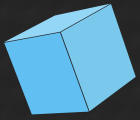
1.

2.

3.

4.

5.



2. Mae ffrind eisiau rhedeg yn y rasys yma ac mae angen paratoi – ond sut? Helpwch eich ffrind – rhowch gyngor i'ch ffrind.

Ras rhedeg a bwyta	Ras donyts

3. Hoffech chi redeg yn un o'r rasys yma? Pam?

Help	
heb	without
manylion	details
angen	need
cyngor	advice

