



WELSH ATHLETICS  
ATHLETAU CYMRU

# CYNGHRAIR TRAWS GWLAD IEUENCTID GOGLEDD CYMRU 2014

**Hydref 4ydd – Trac Treborth Bangor, LL57 2RQ**

Trefnydd Lleol: Steve Livett 01248 853067

**Hydref 18fed – Coleg Dewi Sant, Llandudno, LL30 1RD**

Trefnydd Lleol: Crispin Backshall 07765 111019

**Tachwedd 29ain – Ysgol Morgan Llwyd, Wrexham, LL13  
9NG**

Trefnydd Lleol: David Alun Williams 01978 820612

**Rhagfyr 6ed – Mold Alun High School, Mold, CH7 1EP (tbc)**

Trefnydd Lleol: Sue Sayer 01244 550690

Cyflwynir gwobrau ar gyfer y gyfres ar ôl y gystadleuaeth olaf



**Cofrestru ar y diwrnod  
£3 fesul cystadleuaeth**



**Ras gyntaf am 10.30 am  
Cofrestru o 9.30 am**

**Grwpiau Oed: Dan 11 (bl 5 + 6), dan 13 (bl 7 + 8) a dan 15 (bl 9 + 10)**

**Pellter (yn fras):- Gd11 - 1 filltir  
Bd11 & Gd13 – milltir a hanner  
Bd13 & Gd15 - 2 filltir  
Bd15 – dwy filltir a hanner**

**Rhaid i athletwyr redeg mewn 3 neu 4 ras i dderbyn cofrodd.**

**Troffiau ar gyfer y 3 sydd ar y brig ym mhob grwp oed gyda'r 3 ras orau i gyfri.**

**Medalau ar gyfer y tîm cyntaf a'r ail a'r trydydd tîm ym mhob grwp oed gyda 4 o redwyr i gyfri.**

**Medalau tîm ar gyfer yr Ysgol Gynradd orau (2 fachgen a 2 eneth i gyfri).**

**Canlyniadau ar gael yn [www.northwalesxc.com](http://www.northwalesxc.com)**