



PRIFYSGOL  
**BANGOR**  
UNIVERSITY



CHWARAEON  
**CANOLFAN  
BRAILSFORD**  
SPORT

[WWW.BANGOR.AC.UK/BRAILSFORD](http://WWW.BANGOR.AC.UK/BRAILSFORD)

# CANOLFAN BRAILSFORD

Saif Canolfan Brailsford yng nghalon gogledd-orllewin Cymru ac mae'n cynnig amrywiaeth o gyfleusterau a chyfarpar chwaraeon o safon ryngwladol.

Mae gan Ganolfan Brailsford nifer o gyfleusterau tan do ac awyr agored yn cynnwys neuaddau chwaraeon, caeau chwaraeon, cyrtiau sboncen a thennis ac ystafelloedd ffitrwydd sydd ar gael i'w llogi trwy gydol y flwyddyn.

Mae'r brif ganolfan chwaraeon yng nghanol pentref y myfyrwyr. Yn ogystal â'i hamrywiaeth eang o gyfleusterau chwaraeon mae'r Ganolfan hefyd yn cynnwys ystafelloedd cyfarfod i dimau, ystafell ffisiotherapi a chyfleusterau llety ar y safle a fydd yn cwrdd â'ch holl anghenion.

Mae ein cyfleusterau awyr agored helaeth yn cynnwys chwe chae glaswellt, un cae Astroturf a thrac athletau wyth lôn. Gellir llogi ein cyfleusterau ar gyfer unrhyw fath o ddigwyddiad neu wersyll hyfforddi. Mae'r safle awyr agored wedi'i leoli cwta bum munud mewn car o'r prif gampws.

Mae Bangor yn cynnig lleoliad gwych rhwng mynyddoedd Eryri ac Afon Menai ar gyfer gwर्सylloedd hyfforddi chwaraeon. Mae'r Brifysgol mewn lleoliad hynod o ddeniadol ar gyfer unrhyw ddigwyddiad.

# Cyfleusterau Chwaraeon

- Ystafell cyfarfod tîm
- Ystafell Ffisiotherapi
- 7 cae glaswellt yn cynnwys caeau rygbi a phêl-droed
- Campfa cryfder a chyflyru 25m
- 2 neuadd chwaraeon dan do
- Cae Astroturf
- 4 cwrt sboncen yn cynnwys cwrt â chefn gwydr



CANOLFAN BRAILSFORD

# PLATFFORM 81

Un o'r pedwar campfa yn y Ganolfan, sy'n gampfa nerth a chyflyru 25m wrth 18m ac yn cynnig cyfleusterau a chyfarpar helaeth o'r safon uchaf.

Mae gan y gampfa saith llwyfan codi pwysau integredig gydag un yn 9m o hyd, yn ogystal â thri llwyfan annibynnol, dwy resel o dumb-bells, Hammer Strength Elite Power Cage, rheseli cwrcwd, mainc Olympaidd, rig 4.8 metr wedi'i osod ar dalcen hir, ffrâm dipio, beiciau gwynt a rhwyfo, slediau,

rhauffau, peiriant cebl, kettlebells, bariâu Olympaidd ac ystod eang o ddisgiau Olympaidd, meinciau codi pwysau (para powerlifting) a thrac 20 metr.

Y gampfa hon yw canolfan hyfforddi Codi Pwysau Cenedlaethol Cymru ar hyn o bryd.





**'Cyfleusterau ffitrwydd  
Prifysgol Bangor yw'r  
gorau ar gyfer cryfder a  
chyflyru, hyfforddiant  
ffitrwydd swyddogaethol  
a chodi pwysau yn y DU'**

Ray Williams  
*Medelwr Aur Gemau'r  
Gymanwlad*

# Cyfleusterau Tan Do

Mae gan Ganolfan Brailsford y cyfleusterau tan do canlynol:

- 4 ystafell ffitrwydd ar gyfer hyfforddiant gwrthiant, hyfforddiant cardiofasgwlaidd a hyfforddiant gweithredol. Campfa llawr isaf wedi'i neilltuo i waith gwrthiant, campfa llawr uchaf gyda thros 50 o ddarnau o offer cardiofasgwlaidd, ystafell amlbwrpas a Phlatform 81.

- 2 Stiwdio Ymarfer
- 1 Stiwdio Sbin
- 10 Cwrt Badminton
- 3 Chwrt Pêl Foli
- 2 Gwrt Pêl Fasged maint llawn
- 4 Cwrt Pêl-rwyd maint llawn
- 4 Cwrt Sboncen (Canolfan Sboncen Genedlaethol Gogledd Cymru)

*Mae gan y ddwy neuadd orielau gwyllo.*







**'Rydw i wedi bod yn rhan o chwaraeon o'r raddfa uchel ers ddeugain mlynedd fel athletwr a hyfforddwr ac rydw'i yn argymhell y cyfleuster i bawb. Os ydych chi'n caru chwaraeon, byddwch chi'n caru'r cyfleusterau ym Mangor'**

*Ray Williams  
Hyfforddwr Cenedlaethol*



Cysylltwch â ni: +44 (0) 1248 382571 | [brailsford@bangor.ac.uk](mailto:brailsford@bangor.ac.uk)

# Cyfleusterau Awyr Agored

Mae ein cyfleusterau awyr agored helaeth wedi'u lleoli mewn ardal o harddwch eithriadol gyda golygfeydd ar draws yr Afon Fenai:

- 3 Chae Pêl-droed maint llawn  
(2 gyda llifoleuadau)
  - 2 Gae Rygbi maint llawn
  - 1 cae Astroturf ar sylfaen o dywod
- 1 Trac Athletau - trac wyth lôn, wedi'i ddylunio i'r safonau uchaf gyda chyfleusterau a chyfarpar ar gael ar gyfer pob math o gampau athletaidd. Mae'n addas ar gyfer ymarfer a chystadleuaeth i bob lefel o allu
  - Mae ystafell gyfarfod a phafiliwn ar gael ar y safle







Cysylltwch â ni: +44 (0) 1248 382571 | [brailsford@bangor.ac.uk](mailto:brailsford@bangor.ac.uk)

# Bwyd a Diod

Rydym yn deall pwysigrwydd bwyd da dros gyfnod eich arhosiad. Mae dewisiadau brecwast, cinio a swper ar gael ond gallwn hefyd weithio'n agos gyda chi i ddarparu pecynnau wedi'u teilwra.

Mae ein tîm o gogyddion profiadol yn cymryd plaser mewn creu prydau cytbwys a blasus, gan ddefnyddio cynnyrch lleol a chynnyrch masnach deg lle bynnag y bo modd.

Gall ein tîm roi sylw i bob math o ofynion dietegol arbennig ar gais.



# Bar Uno

Mae Bar Uno yng nghanol pentref Ffriddoedd ac yn ddim ond 1 munud o daith gerdded o'r neuadd chwaraeon; mae'n cynnig amrywiaeth eang o adloniant, prydau poeth a diodydd am brisiau fforddiadwy.

Mae'r bar yn cynnig dewis o brydau i'w bwyta yn y bar neu fwyd i'w gludo oddi yno a gellir llogi'r bar fel ystafell breifat y tu allan i'r tymor coleg.

Gyda chwe sgrin deledu yn darlledu Sky Sports a BT Sports mae Bar Uno yn dangos yr holl brif ddigwyddiadau chwaraeon yn fyw.

Mae'n cynnig awyrgylch hamddenol a man cyfforddus i ddadflino a dadebru ar ôl diwrnod caled o ymarfer.





# Llety Chwaraeon

Mae ein llety ar y safle yn berffaith i dimau, hyfforddwy ac athletwyr sy'n teithio i'r brifysgol neu'r ardal i gystadlu neu ymarfer.

Mae ein cyfleusterau llety, sydd ar gael drwy'r flwyddyn, ar safle'r ganolfan chwaraeon, felly mae'n hawdd iawn aros gyda ni.

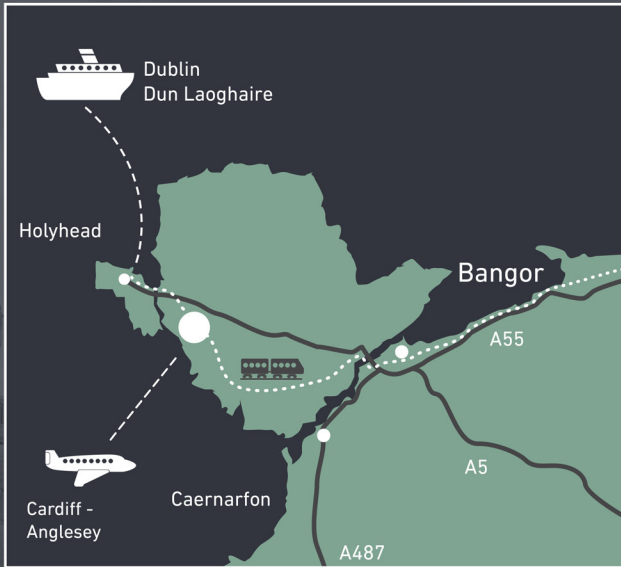
Mae ein holl ystafelloedd wedi ennill gradd 4\* Croeso Cymru, a phob un ohonynt gyda chyfleusterau en-suite. Mae ein hopsiynau llety yn ddigon hyblyg i ateb eich gofynion - gallwch ddewis ystafell yn unig; gwely a brecwast; cinio, gwely a brecwast neu lety llawn.

Mae ein holl ystafelloedd o fewn fflatiau bach o 8 ystafell gyda chyfleusterau cegin i'w rhannu rhwng pawb.

Gellir parcio am ddim ar y safle ac mae Wi-Fi am ddim ym mhob ystafell.



# Lleholiad







CHWARAEON  
**CANOLFAN  
BRAILSFORD**  
SPORT

# Cysylltwch â ni

+ 44 (0) 1248 382571

[brailsford@bangor.ac.uk](mailto:brailsford@bangor.ac.uk)

[WWW.BANGOR.AC.UK/BRAILSFORD](http://WWW.BANGOR.AC.UK/BRAILSFORD)

