SIALENS LLWYBR BETWS-Y-COED

CYFARWYDDIADAU Y RÂS 2023

Diolch am ymuno â Llwybr Betws eleni; ac am eich amynedd oherwydd cau un o'r prif lwybrau yn annisgwyl, ac sydd wedi arwain at yr angen i ni ail-gynllunio ein cyrsiau. Bydd y rhai ohonoch a ymgeisiodd cyn Tachwedd 7fed wedi derbyn eich rhifau yn y post. Bydd pawb arall yn gallu casglu eich rhifau yn mhabell Cofrestru y Ras yng Ngwesty'r Waterloo o 10:30yb ar ddiwrnod y ras. Cofiwch ddod â'ch pinnau diogelwch eich hun.

Bydd Pencadlys y Ras ochr yn ochr â'r babell Cofrestru, ac yma byddwch yn gallu codi unrhyw nwyddau a archebwyd ymlaen llaw a gofyn unrhyw gwestiynau sydd gennych am y digwyddiad.

Bydd lori fwyd lleol yma hefyd yn darparu (ynghyd â phethau eraill) y coffi gorau yn yr ardal - plîs cefnogwch nhw os gallwch chwi.

Mae lleoedd parcio ar gael yn Ngwesty'r Waterloo ac mewn nifer o feysydd parcio Talu ac Arddangos eraill yn y pentref - www.visitbetwsycoed.co.uk/Your-Visit/Tourism-Map

Mae'r rasys yn cychwyn ar y trac coedwig y tu ôl i Westy'r Waterloo, a bydd arwyddion clir ar gyfer hyn

Bydd 10K a 15K ill dau yn dechrau am 1pm.

Bydd rasys canicross yn cychwyn o 1:05pm gan adael mewn tonnau. Bydd gwybodaeth am y tonnau yn cael ei e-bostio ar wahân. Os yw eich ci yn nerfus neu'n adweithiol, ymunwch â chefn eich grŵp tonnau. Gwnewch yn siŵr eich bod wedi darllen a deall ein rheolau canicross cyn rhedeg: https://www.muckybootsevents.com/canicross

Mae yna un gorsaf ddwr oddeutu 4.5K lle mae pob cwrs yn pasio unwaith. Bydd yno 'gels' a dwr. Os gwelwch yn dda rhowch y cwpannau yn y biniau fydd wedi eu lleoli ger llaw. Os bydd y tywydd yn anffafriol yna ni fydd yr orsaf yno.

Mae'r llinell orffen yng Ngwesty'r Waterloo; a dyma y man lle bydd cyflwyno gwobrau y ras yn digwydd am 3 o'r gloch. Bydd cyflwyniad Canicross ar yr un pryd ond yn y babell gofrestru.

Mae'r gwobrau ar gyfer categorïau llwybrau wedi bod braidd yn anhylaw yn y blynyddoedd diwethaf ac felly rydym wedi gwneud ychydig o newidiadau eleni. Bydd categorïau eleni yn cael eu cyfuno i Agored, V45, a V60 yn unig.

Os oes gennych unrhyw ymholiadau, peidiwch ag oedi i ollwng llinell atom. Gwelwn chwi ar y 18fed.

Oddi wrthym ni i gyd yn Tîm Betws