

Twristiaeth Awyr Agored

Outdoor Tourism

Turasóireacht Faoin Aer

Rhaglennu Ddatblygu / Development Programmes

Rhaglen Ddatblygu Canŵ a Caiac

Diben y rhaglen ddatblygu canŵ a caiac yw datblygu unigolion yn y disgyblaethau llafn sengl a dwbl chwaraeon rhwyfo, er mwyn iddynt gael y profiad a'r sgiliau angenrheidiol i gael gwobrau cymhwysedd personol 1* a 2*. Deallwn efallai na fydd y rhai sydd yn cymryd rhan yn cyrraedd y safon yn unol â'r amserlen a ddarparwyd, ond hoffem ddefnyddio fframwaith y gwobrau i ffurfio darpariaeth y rhaglen, fel y gall y rhai sydd yn cymryd rhan gael mynediad i glwb lleol wedi i'r rhaglen ddod i ben er mwyn datblygu eu sgiliau ymhellach, yn y gobaith y byddant yn derbyn cynllun hyfforddi ar ôl caffael y sgiliau a'r profiad angenrheidiol.

Enghraifft o Sesiynau

- Sesiwn 1 – Hanner diwrnod o gyflwyniad i Ganŵio (Conwy)
- Sesiwn 2 – Hanner diwrnod o gyflwyniad i Ganŵio (Gwynedd)
- Sesiwn 3 – Hanner diwrnod o gyflwyniad i'r Caiac (Conwy)
- Sesiwn 4 – Hanner diwrnod o gyflwyniad i'r Caiac (Gwynedd)
- Sesiwn 5 – Sesiwn diwrnod llawn – Siwrne Caiac (Conwy)
- Sesiwn 6 – Sesiwn diwrnod llawn – Siwrne Caiac (Gwynedd)
- Sesiwn 7 – Sesiwn diwrnod llawn – Siwrne Canŵ (Conwy)
- Sesiwn 8 – Sesiwn diwrnod llawn – Siwrne Canŵ (Gwynedd)

Sesiynau dewisol ychwanegol – asesiad 1* neu 2* (gan ddiybnu ar lefel cymhwysedd y rhai sydd yn cymryd rhan)

Rhaglen Ddatblygu Dringo

Diben y rhaglen ddatblygu dringo yw datblygu unigolion sydd wedi dringo o'r blaen, a'r rhai sydd heb ddringo o'r blaen i fod yn ddringwyr cymwys. Mewn 6-8 sesiwn rydym yn rhagweld y bydd y rhai sydd yn cymryd rhan yn ennill profiad drwy

Canoe & Kayak Development Program

The purpose of the canoe and kayak development program is to develop individuals in both single and double-bladed disciplines of paddlesport, in order for them to gain the necessary experience and skills to attain the 1* and 2* personal competency awards. We understand that participants may not attain the standard in the timeframe given, but we would like the framework of the awards adopted to shape the delivery of the program, so that the participants can access a local club after the program has finished to further develop their skills, in the hope they also access the coaching scheme after gaining the requisite skills and experience.

Example Session Breakdown

- Session 1 – Half-day introduction to Canoeing (Conwy)
- Session 2 – Half-day introduction to Canoeing (Gwynedd)
- Session 3 – Half-day introduction to Kayaking (Conwy)
- Session 4 – Half-day introduction to Kayaking (Gwynedd)
- Session 5 – Full-day session – Kayaking journey (Conwy)
- Session 6 – Full-day session – Kayaking journey (Gwynedd)
- Session 7 – Full-day session – Canoeing journey (Conwy)
- Session 8 – Full-day session – Canoeing journey (Gwynedd)

Optional extra sessions – 1* or 2* assessment (depending on participants' competence level)

Climbing Development Program

The purpose of the climbing development program is to develop individuals who may or may not have climbed before into competent climber. Over the 6 – 8 sessions we anticipate that the participants will gain some experience of using an artificial climbing

Mae Prosiect Twristiaeth Awyr Agored yn cael ei ariannu'n rhannol gan Gronfa Datblygu Rhanbarthol Ewrop (ERDF) drwy Raglen Cymru-Iwerddon 2007-2013, INTERREG 4A.

The Outdoor Tourism Project is part financed by the European Regional Development Fund (ERDF) through the Ireland Wales Programme 2007-2013, INTERREG 4A.

ddefnyddio wal ddringo artiffisial ac yn yr awyr agored ar amrywiaeth o fathau o greigiau, gan ganolbwyntio ar ddatblygu'r unigolion fel y gallant ddringo'n annibynnol y tu mewn ac yn yr awyr agored. Yn ddelfrydol byddant yn gallu angori yn hyderus erbyn diwedd y rhaglen ac yn dynesu at fod yn arwain y dringo, ond bydd y rhan fwyaf o hyn yn dibynnu ar hyder yr unigolyn a'r profiad sydd ganddynt.

Enghraifft o Sesiynau

Sesiwn 1 - 2 awr dan do yng Nghanolfan Hamdden Cyffordd Llandudno (Sir Conwy)

Sesiwn 2 – 2 awr dan do Canolfan Ddringo Beacon (Gwynedd)

Sesiwn 3 – Hanner diwrnod (gan ddibynnu ar Allu) sesiwn dan do arall neu gyflwyniad i ddringo awyr agored (man canolog ymhob Sir)

Sesiwn 4 – Hanner diwrnod o ddringo awyr agored (Conwy)

Sesiwn 5 – Hanner diwrnod o ddringo awyr agored (Gwynedd)

Sesiwn 6 - Diwrnod llawn awyr agored (Conwy) - Cyflwyniad i arwain/ bod yn ddringwyr annibynnol

Sesiwn 7 – Diwrnod llawn awyr agored (Gwynedd) – Cyflwyniad i arwain/bod yn ddringwyr annibynnol

Sesiwn 8 – Diwrnod llawn Sialens Ddringo (Grŵp i benderfynu ar leoliad)

Sesiynau dewisol ychwanegol– cyflwyniad i osod rhaffau ar gyfer dringwyr arweiniol (adeiladwaith angori ayyb)

Rhaglen Ddatblygu Beicio Mynydd

Diben y rhaglen ddatblygu beicio mynydd yw datblygu unigolion mewn chwaraeon beicio mynydd. Ein hamcan yw bod y rhai sydd yn cymryd rhan yn cael profiad a sgiliau drwy raglen sydd wedi'i chynllunio'n arbennig er mwyn datblygu i fod yn feicwyr llwybr hyderus ac annibynnol. Bydd y rhaglen 6-8 sesiwn yn ychwanegu at eu profiad blaenorol ac yn eu dysgu am hanfodion beicio mynydd da fel y gallant ddatblygu eu profiad personol a gobeithiwn y byddant yn ennill profiad o arwain o dan oruchwyliaeth i'w galluogi i gael mynediad at gynllun gwobrwyo MBLA (TCL a MBL) a/neu wobr

wall and outdoors on varying rock types, with the emphasis on developing and progressing the individuals to be able to climb independently both indoors and outdoors. Ideally they would be able to belay confidently by the end of the program and would be progressing towards lead climbing, however a large part of this depends on the individual's confidence and experience level.

Example Session Breakdown

Session 1 – 2hr Indoor Llandudno Junction Leisure Centre (Conwy County)

Session 2 – 2hr Indoor Beacon Climbing Centre (Gwynedd)

Session 3 – Half-day (depending on Capabilities) Another Indoor Session or Intro to Outdoor Climbing (Central to each County)

Session 4 – Half-day outdoor climbing (Conwy)

Session 5 – Half-day outdoor climbing (Gwynedd)

Session 6 – Full-day outdoor (Conwy) – Intro to leading / becoming independent climbers

Session 7 – Full-day outdoor (Gwynedd) – Intro to leading / becoming independent climbers

Session 8 – Full-day Climbing Challenge (Group to decide on location)

Optional extra sessions – introduction to rope set-ups for lead climbers (belay construction etc)

Mountain Bike Development Program

The purpose of the mountain biking development program is to develop individuals within the sport of mountain biking. Our aim is for participants to gain the experience and skills through a specially tailored program to become independent and confident trail riders. The 6-8 session program will build on their existing experience and teach them the fundamentals of good mountain biking so they can develop their personal experience and hopefully gain some supervised leadership experience to enable them to access the MBLA (TCL & MBL) award scheme and / or the British Cycling MTB leadership award. If the group has

arwain MTB Beicio Prydain. Os oes gan y grŵp ddigon o brofiad, yna bydd profiad o deithiau hirach ar diroedd anoddach (oddi wrth lwybrau a adeiladwyd yn benodol i'r diben hwn) yn fuddiol hefyd.

Enghraifft o Sesiynau

Sesiwn 1 – Hanner diwrnod o gyflwyniad i feicio mynydd (Conwy)
Sesiwn 2 – Hanner diwrnod o gyflwyniad i feicio mynydd (Gwynedd)
Sesiwn 3 – Hanner diwrnod o gyflwyniad i feicio llwybr (Conwy)
Sesiwn 4 – Hanner diwrnod o gyflwyniad i feicio llwybr (Gwynedd)
Sesiwn 5 – Sesiwn diwrnod llawn o feicio llwybr (Conwy)
Sesiwn 5 – Sesiwn diwrnod llawn o feicio llwybr (Gwynedd)
Sesiwn 7 – Sesiwn diwrnod llawn o feicio llwybr – gan ychwanegu at eu profiad (Conwy)
Sesiwn 8 – Sesiwn diwrnod llawn o feicio llwybr-gan ychwanegu at eu profiad (Gwynedd)

Sesiynau dewisol ychwanegol- sesiwn sgiliau/ sesiwn trac pwmp i ychwanegu at y profiad a gaed eisoes.

enough experience, then some experience of longer rides in more advanced terrain (away from purpose-built trails) would be of great benefit also.

Example Session Breakdown

Session 1 – Half-day introduction to mountain biking (Conwy)
Session 2 – Half-day introduction to mountain biking (Gwynedd)
Session 3 – Half-day introduction to trail riding (Conwy)
Session 4 – Half-day introduction to trail riding (Gwynedd)
Session 5 – Full-day trail riding session (Conwy)
Session 5 – Full-day trail riding session (Gwynedd)
Session 7 – Full-day trail riding session – building on experience (Conwy)
Session 8 – Full-day trail riding session – building on experience (Gwynedd)

Optional extra sessions – Skills session / pump track session to build on experience already gained