Merched Cymraeg yn y Byd Athletau

Laura Deas

Ganwyd Laura yn Wrecsam ar y 19eg o Awst, 1988. Raswraig sgerbwd yw Laura. Yn 2018, enillodd fedal efydd yng Ngemau Olympaidd y Gaeaf yn PyeongChang, De Corea. Dyma'r fedal gyntaf erioed i Gymru mewn Gemau Olympaidd y gaeaf.

Marchogaeth oedd ei hoff chwaraeon. Buodd yn cystadlu yn rhyngwladol gan gynrychioli Cymru. Dechreuodd Laura ar ei gyrfa sgerbwd yn 2009 drwy gynllun 'Girls4Gold.' Blwyddyn yn hwyrach cafodd ei dewis i dîm cenedlaethol y DU. Enillodd ei chwpan byd cyntaf yn ystod tymor 2015-2016 ac erbyn 2016-2017 roedd yn seithfed safle y byd a chafodd ei dewis i gynrychioli'r DU yng Ngemau Olympaidd y gaeaf, PyeongChang.

Yn y gamp, rhaid ceisio cael dechrau cyflym drwy redeg ar yr iâ, cyn neidio ar y sled pen yn gyntaf i lawr y trac gan ddefnyddio traed neu bwyso eich ysgwyddau/pengliniau i lawr ar y sled o amgylch y corneli i yrru! Yn ystod ras, gallant gyrraedd cyflymder o dros 80mya!

Anna Hursey

Merch ifanca' erioed i gael ei henwi yn sgwad Cymru ar gyfer Gemau'r Gymanwlad yn 2018 ydy Anna, sy'n ond 11 mlwydd oed. Ei maes ydy tenis bwrdd. Yn ddeg oed, hi oedd yr ifanca' i gynrychioli tîm tenis bwrdd Cymru ym Mhencampwriaeth Ewrop. Dechreuodd chwarae yn bum mlwydd oed yn Abertawe. Mae'n byw yng Nghaerdydd erbyn hyn ac ar ôl ysgol, mae'n ymarfer am 3 awr bob nos! Ei breuddwyd yw ennill medal yn y Gemau Olympaidd rhyw ddydd.

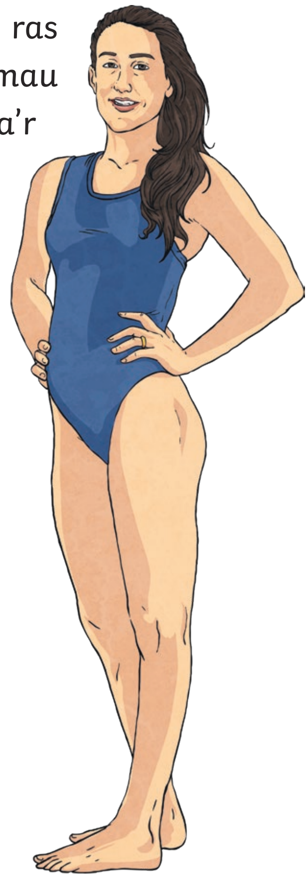
Caryl Mair Jones

Rhedwraig marathon ydy Caryl ond nid dyna'r unig beth sydd yn ei chadw'n brysur. Mae'n godro gwartheg ar y fferm deuluol bob bore a nos ac yn gweithio fel cyfrifydd. Cafodd ei dewis i gynrychioli Cymru ar gyfer y marathon yng Ngemau Gymanwlad Awstralia 2018. Yn y Bencampwriaeth Hanner Marathon y Byd daeth Caryl yn 10fed

ac enillodd Pencampwriaeth yr Hanner Marathon yng Nghymru. Bu Caryl yn hyfforddi allan yn Sbaen i baratoi ar gyfer y Gemau Gymanwlad.

Georgia Davies

Nofwraig ydy Georgia sydd wedi cynrychioli'r DU yn y Gemau Olympaidd a'r Pencampwriaethau Ewropeaidd a chynrychioli Cymru yn y Gemau Gymanwlad. Mae'n arbenigo yn y strôc cefn. Yn 2014, enillodd y fedal aur yn ras cefn 50m a'r fedal arian yn y ras 100m yn y Gemau Gymanwlad. Ym Mhencampwriaeth Ewropeaidd 2014 enillodd fedal arian yn y ras 50m ac efydd mewn ras gyfnewid. Bu'n cystadlu yng Nghemau Olympaidd 2012 a 2016 ond yn anffodus ni aeth ymhellach na'r rowndiau cynderfynol. Cafodd ei dewis eto i gynrychioli Cymru yng Ngemau Gymanwlad Awstralia 2018.



Merched Cymraeg yn y Byd Athletau

Laura Deas

Ganwyd Laura yn Wrecsam ar y 19eg o Awst, 1988. Mae'n fwyaf adnabyddus am fod yn raswraig sgerbwd. Yn 2018, enillodd fedal efydd yng Ngemau Olympaidd y Gaeaf yn PyeongChang, De Corea. Dyma'r fedal gyntaf erioed i Gymru mewn Gemau Olympaidd y gaeaf.

Yn ystod ei hamser yn yr ysgol roedd hi'n chwarae hoci ac yna trodd ei diddordeb tuag at Farchogaeth. Buodd yn cystadlu yn rhyngwladol gan gynrychioli Cymru fel capten i'r tîm. Dechreuodd Laura ar ei gyrfa sgerbwd yn 2009 drwy gynllun 'Girls4Gold.' Blwyddyn yn hwyrach cafodd ei dewis i dîm cenedlaethol y DU. Dechreuodd gystadlu yng Nghwpan y Byd yn ystod tymor 2014-2015, lle enillodd dwy fedal a gorffen yn bumed yn Winertberg. Enillodd ei chwpan byd cyntaf yn ystod y tymor ac erbyn 2016-2017 roedd yn seithfed safle y byd a chafodd ei dewis i gynrychioli'r DU yng Ngemau Olympaidd y gaeaf, PyeongChang.

Yn y gamp, rhaid ceisio cael dechrau cyflym drwy redeg ar yr iâ, cyn neidio ar y sled pen yn gyntaf i lawr y trac gan ddefnyddio traed neu bwyso eich ysgwyddau/pengliniau i lawr ar y sled o amgylch y corneli i yrru! Yn ystod ras, gallant gyrraedd cyflymder o dros 80mya!

Anna Hursey

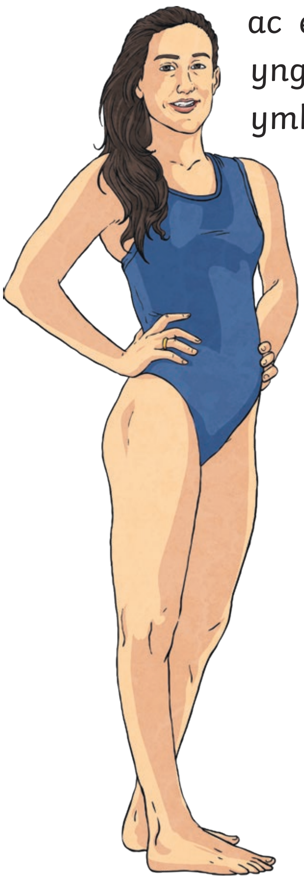
Merch ifanca' erioed i gael ei henwi yn sgwad Cymru ar gyfer Gemau'r Gymanwlad yn 2018 ydy Anna, sy'n ond 11 mlwydd oed. Ei maes ydy tenis bwrdd. Yn ddeg oed, hi oedd yr ifanca' i gynrychioli tîm tenis bwrdd Cymru ym Mhencampwriaeth Ewrop. Dechreuodd chwarae yn bum mlwydd oed yn Abertawe. Mae'n byw yng Nghaerdydd erbyn hyn ac yn mynychu yr ysgol uwchradd. Ar ôl ysgol, mae'n ymarfer am 3 awr bob nos! Mae'n bendant yn un i wylio yn y dyfodol a'i breuddwyd yw ennill medal yn y Gemau Olympaidd rhyw ddydd.

Caryl Mair Jones

Rhedwraig marathon ydy Caryl ond nid dyna'r unig beth sydd yn ei chadw'n brysur. Mae'n godro gwartheg ar y fferm deuluol bob bore a nos ac yn gweithio fel cyfrifydd. Cafodd ei dewis i gynrychioli Cymru ar gyfer y marathon yng Ngemau Gymanwlad Awstralia 2018. Yn y Bencampwriaeth Hanner Marathon y Byd daeth Caryl yn 10fed ac enillodd Bencampwriaeth yr Hanner Marathon yng Nghymru. Dewiswyd 4 rhedwr marathon i gynrychioli Cymru a bu Caryl yn hyfforddi allan yn Sbaen i baratoi ar gyfer y Gemau Gymanwlad.

Georgia Davies

Nofwraig ydy Georgia sydd wedi cynrychioli'r DU yn y Gemau Olympaidd a'r Pencampwriaethau Ewropeaidd a chynrychioli Cymru yn y Gemau Gymanwlad. Mae'n arbenigo yn y strôc cefn. Yn 2014, enillodd y fedal aur yn ras cefn 50m a'r fedal arian yn y ras 100m yn y Gemau Gymanwlad. Ym Mhencampwriaeth Ewropeaidd 2014 enillodd fedal arian yn y ras 50m ac efydd yn y ras gyfnewid medli 4x 100m. Bu'n cystadlu yng Ngemau Olympaidd 2012 a 2016 ond yn anffodus ni aeth ymhellach na'r rowndiau cynderfynol. Cafodd ei dewis i gynrychioli Cymru yng Ngemau Gymanwlad Awstralia 2018.



Merched Cymraeg yn y Byd Athletau

Laura Deas

Ganwyd Laura yn Wrecsam ar y 19eg o Awst, 1988. Mae'n fwyaf adnabyddus am fod yn raswraig sgerbwd yn cynrychioli Cymdeithas bobsled a sgerbwd y Deyrnas Unedig. Yn 2018, enillodd fedal efydd yng Ngemau Olympaidd y Gaeaf yn PyeongChang, De Corea. Dyma'r fedal gyntaf erioed i Gymru mewn Gemau Olympaidd y gaeaf. Mae'n gyflawniad arbennig iddi ac i Gymru am nad yw'r gamp yn un adnabyddus ac nid oes cyfleusterau arbenigol i gael yma i ymarfer.

Yn ystod ei hamser yn yr ysgol roedd hi'n chwarae hoci, gan gynrychioli Gogledd Cymru ac yna trodd ei diddordeb tuag at Farchogaeth. Buodd yn cystadlu yn rhyngwladol gan gynrychioli Cymru fel capten i'r tîm. Dywedodd ei mam mewn cyfweliad ar ôl iddi ennill y fedal Olympaidd, ei bod yn teimlo rhyddhad pan trodd Laura ei diddordeb at y gamp o rasio sgerbwd, gan ei bod yn fwy diogel na chael ceffyl trwm yn glanio ar eich pen os oeddech yn disgyn ohono!

Dechreuodd Laura ar ei gyrfa sgerbwd yn 2009 drwy gynllun 'Girls4Gold' oedd yn dewis merched talentog yn y maes chwaraeon. Blwyddyn yn hwyrach cafodd ei dewis i dîm cenedlaethol y DU. Dechreuodd gystadlu yng Nghwpan y Byd yn ystod tymor 2014-2015, lle enillodd dwy fedal a gorffen yn bumed yn Winertberg. Enillodd ei chwpan byd cyntaf yn ystod y tymor dilynol 2015-2016. Erbyn 2016-2017 roedd yn seithfed safle y byd yn ei maes a chafodd ei dewis i gynrychioli'r DU yng Ngemau Olympaidd y gaeaf, PyeongChang.

Yn y gamp, rhaid ceisio cael dechrau cyflym drwy redeg ar yr iâ, cyn neidio ar y sled pen yn gyntaf i lawr y trac gan ddefnyddio traed neu bwyso eich ysgwyddau/ pengliniau i lawr ar y sled o amgylch y corneli i yrru! Yn ystod ras, gallant gyrraedd cyflymder o dros 80mya!

twinkl ewch i twinkl.cymru twinkl Quality Standard Approved

Anna Hursey

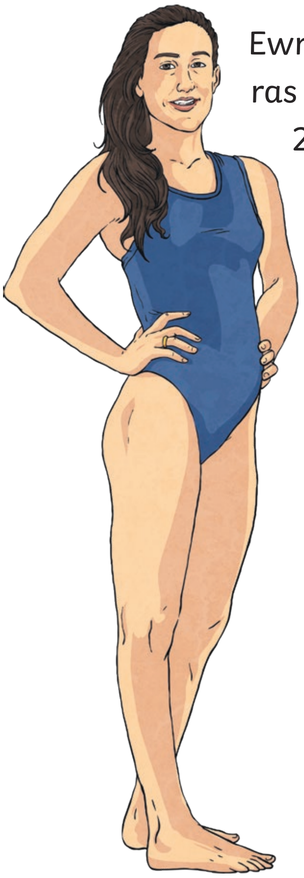
Merch ifanca' erioed i gael ei henwi yn sgwad Cymru ar gyfer Gemau'r Gymanwlad yn 2018 ydy Anna, sy'n ond 11 mlwydd oed. Ei maes ydy tenis bwrdd. Yn ddeg oed, hi oedd yr ifanca' i gynrychioli tîm tenis bwrdd Cymru ym Mhencampwriaeth Ewrop. Dechreuodd chwarae yn bum mlwydd oed yng nghanolfan hamdden Penlan, Abertawe. Mae'n byw yng Nghaerdydd erbyn hyn ac yn mynychu yr ysgol uwchradd. Ar ôl ysgol, mae'n ymarfer am 3 awr bob nos! Ar hyn o bryd o dan y categori oed 15 mae'n safle 25ain yn y byd a 15fed yn Ewrop. Mae'n bendant yn un i wylio yn y dyfodol a'i breuddwyd yw ennill medal yn y Gemau Olympaidd rhyw ddydd.

Caryl Mair Jones

Rhedwraig marathon ydy Caryl ond nid dyna'r unig beth sydd yn ei chadw'n brysur. Mae'n godro gwartheg ar y fferm deuluol bob bore a nos ac yn gweithio fel cyfrifydd. Yn 30 mlwydd oed, cafodd ei dewis i gynrychioli Cymru ar gyfer y marathon yng Ngemau Gymanwlad Awstralia 2018. Yn y Bencampwriaeth Hanner Marathon y Byd daeth Caryl yn 10fed ac enillodd Bencampwriaeth yr Hanner Marathon yng Nghymru. Cafodd yr anrhydedd o gael ei henwi yn 'Bencampwr y flwyddyn' yn y categori Athletwyr merched Cymru. Dewiswyd 4 rhedwr marathon i gynrychioli Cymru a bu Caryl yn hyfforddi gyda Dewi Griffiths allan yn Sbaen i baratoi ar gyfer y Gemau Gymanwlad.

Georgia Davies

Nofwraig ydy Georgia sydd wedi cynrychioli'r DU yn y Gemau Olympaidd a'r Pencampwriaethau Ewropeaidd a chynrychioli Cymru yn y Gemau Gymanwlad. Mae'n arbenigo yn y strôc cefn. Yn 2014, enillodd y fedal aur yn ras cefn 50m a'r fedal arian yn y ras 100m yn y Gemau Gymanwlad. Ym Mhencampwriaeth



Ewropeaidd 2014 enillodd fedal arian yn y ras 50m ac efydd yn y ras gyfnewid medli 4x 100m. Bu'n cystadlu yng Ngemau Olympaidd 2012 a 2016 ond yn anffodus ni aeth ymhellach na'r rowndiau cynderfynol. Cafodd ei dewis eto i gynrychioli Cymru yng Ngemau Gymanwlad Awstralia 2018.