Chwaraeon Cenedlaethol Merched y Wawr

Dydd Sadwrn
21ain Mai 2011

yn y Ganolfan Hamdden,
Ysgol Bro Ddyfi a
Chlwb Bowlio Machynlleth.
Golff yng Nghlwb y Borth

RHEOLAU CHWARAEON

- Er mwyn ennyn gwaed newydd i gystadlu, awgrymir na ddylai aelodau sydd wedi bod yn fuddugol dair blynedd yn olynol gystadlu am o leiaf un flwyddyn yn genedlaethol nac yn rhanbarthol.

- UN unigolyn i gystadlu mewn UN gystadleuaeth chwaraeon yn unig yn Genedlaethol.

- Bydd y gystadleuaeth GOLFF yn cychwyn yn brydlon am 10.30 o'r gloch, a'r cystadlaethau BOWLIO, DARTIAU, TENIS BWRDD, BADMINTON a ROWNDERI yn cychwyn yn brydlon am 11.00 o'r gloch.

- Bydd DEWIS DAU DDWRN, CHWIST, DOMINOS a SGRABL yn cychwyn am 12.30 o'r gloch.

- Bydd rhaid i bawb gofrestru yn y lleoedd / ystafelloedd lle cynhelir y gystadleuaeth.

- Caniateir <u>DAU</u> dîm i gynrychioli pob rhanbarth ym mhob cystadleuaeth ar wahan i'r Sgrabl (caniateir <u>TRI</u> tîm Sgrabl) (gweler amodau arbennig i'r Golff)

BADMINTON

Cofrestru yn y Ganolfan Hamdden am 11.00 o'r gloch

Gêm Dyblau Merched

Y Tafliad

Cyn dechrau chwarae bydd y ddwy ochr yn taflu ceiniog a bydd yr ochr sy'n ennill yn dewis un o'r canlynol:-

(a) i serfio neu i dderbyn serfiad yn gyntaf, neu
(b) i ddechrau chwarae pa bynnag ben i'r cwrt fyddant eisiau.

Sgorio

(a) Bydd y ddwy ochr yn chwarae y gorau o 3 gêm oni bai bod trefniant gwahanol.
(b) Dim ond yr ochr sy'n serfio sy'n cael ychwanegu pwynt at ei sgôr. Mewn gêm i ddyblau fe fydd y gêm yn cael ei hennill gan yr ochr fydd yn sgorio 15 pwynt gyntaf. Os yw'r sgôr yn 14 yr un bydd yr ochr a sgoriodd 14 gyntaf yn cael dewis 'gosod' neu beidio 'gosod' y gêm. Dim ond ar ôl cyrraedd y pwyntiau yma am y tro cyntaf y gellir gwneud y dewis hwn.
(c) Os yw'r gêm wedi cael ei gosod parthed sgorio fe elwir hyn yn 'love all' ac mae'r ochr gyntaf i sgorio'r pwyntiau nodir isod yn ennill y gêm:-
14 – 3 pwynt
(ch) Yr ochr sy'n ennill y gêm sy'n serfio gyntaf yn y gêm nesaf.

Newid Ochrau

Bydd chwaraewr yn newid ochrau
ar ddiwedd y gêm gyntaf
yn y drydedd gêm (os oes yna un) pan fo'r sgôr yn cyrraedd 8.

Serfiad

Bydd yr un sy'n serfio a'r un sy'n derbyn yn sefyll i wynebu ei gilydd ar groeslin.
Bydd raced y serfiwr yn hitio gwaelod y wennol tra bod y wennol i gyd yn is na gwast y serfiwr.
Pan fo'r raced yn hitio'r wennol mae'n rhaid i ben y raced fod yn is na llaw y serfiwr.
Mae'n rhaid i symudiad raced y serfiwr barhau ar ôl dechrau'r serfiad.

Dyblau

Ar ddechrau'r gêm a phob tro mae un ochr yn cael yr hawl i serfio bydd y serfiad yn cael ei roi i'r cwrt serfio ochr dde.

Os yw'r ochr sy'n derbyn yn gwneud 'bai' neu bod y wennol ddim yn dal mewn chwarae oherwydd ei bod yn cyffwrdd wyneb y cwrt y tu mewn i ochr cwrt y rhai sydd yn derbyn, yna mae'r ochr sy'n serfio yn ennill pwynt ac mae'r serfiwr yn serfio eto.
Os yw'r ochr sy'n serfio yn gwneud 'bai' neu bod y wennol ddim yn dal mewn chwarae oherwydd ei bod yn cyffwrdd wyneb y cwrt y tu mewn i ochr serfio y cwrt, yna mae'r serfiwr yn colli'r hawl i barhau i serfio – ac nid oes unrhyw ochr yn cael pwynt.

Bydd y chwaraewr sy'n serfio ar ddechrau unrhyw gêm yn serfio o neu yn derbyn yn y cwrt serfio ar y dde pan nad yw ochr y chwaraewr hwnnw wedi sgorio neu pan fo'r sgôr yr un faint yn y gêm honno, a'r cwrt serfio ar y chwith fel arall.
Bydd y chwaraewr yn serfio i un o'r gwrthwynebwyr ac yna i bartner y gwrthwynebydd ac yn y blaen.

Beiau Ychwanegol
Mae'n fai:-
Os wrth chwarae bod y wennol yn cael ei tharo ar ochr yr hitiwr a'r rhwyd. Fodd bynnag, gall yr un sy'n hitio ganlyn y wennol dros y rhwyd gyda'r raced.
Os yw chwaraewr yn cyffwrdd y rhwyd neu yr hyn sy'n dal y rhwyd, person neu wisg.
0s yw'r wennol yn cael ei dal a'i chadw ar y raced ac yna yn cael ei lluchio yn ystod taro.
Mae rheolau'r gêm yn unol â'r rhai a fabwysiadwyd gan Undeb Badminton Cymru.

DOMINOS

Cofrestru yn yr Ysgol Uwchradd am 12.30 o'r gloch

1. Bydd pob tîm yn cynnwys 2 chwaraewr.
2. Cymysgir y dominos wyneb i waered ar y bwrdd a bydd pob chwaraewr yn dewis 7 domino.
3. Yr un fydd â'r domino dwbl chwech i arwain y chwarae, ac iddi gael cyfle arall i roi domino 6 arno, os oes ganddi un.
4. Os na fydd chwaraewr yn medru cymryd ei thro symudir ymlaen i'r chwaraewr nesaf.
5. Ni fydd hawl gan chwaraewr gael ail dro os bydd yn chwarae domino dwbl: 5,4,3,2,1. Y domino dwbl i'w osod ar draws y bwrdd a'r nesa' yn groes iddo.
6. Pan fydd chwaraewr wedi gorffen gwaedder 'domino' ac ennill y gêm.
7. Y chwaraewyr oll i rifo gwerth y dominos sydd ar ôl ganddynt. Hwn fydd eu sgôr. Sgôr yr enillydd fydd 0, wrth gwrs.
8. Bydd pob **tîm** yn chwarae ei gilydd, **1** gêm yr un. Cofnodir sgôr pob gêm cyn symud ymlaen i'r bwrdd nesaf. Ar y diwedd cyfrifir cyfanswm y sgôr a'r un gyda'r sgôr lleiaf fydd y buddugwyr.
9. Mewn achos o sgôr cyfartal chwaraeir un gêm ychwanegol.

DEWIS DAU DDWRN (TIP-IT)

Cofrestru yn yr Ysgol Uwchradd am 12.30 o'r gloch

1. Y dasg yw cuddio botwm.
2. 3 mewn tîm.
3. Gelwir y capten yn "Frenhines".
4. Taflu'r "Toss" i weld pa dîm sy'n cychwyn.
5. Dwylo'r tîm sy'n ennill y "Toss" i fod ar y bwrdd.
6, Y Frenhines yn cnocio'r ford gyda "Botwm" a dweud "lawr" wrth ei thîm.
7. Dwy law'r 3 o dan y bwrdd, a'r "Frenhines" yn rhoi'r "Botwm" yn unrhyw un o'r chwe llaw.
8. Yna bydd y "Frenhines" yn dweud "lan", a daw chwech llaw lan i'r bwrdd gyda'i gilydd, a phob un yn esgus cuddio'r "Botwm".
9. "Brenhines" y tîm arall fydd yn cael y siawns gyntaf ar ddyfalu ym mha ddwrn y cuddir y "Botwm".
10. Am bob dwrn fydd hi'n credu sy'n wag, bydd yn cyffwrdd â nhw yn eu tro a dweud "Ffwrdd".
11. Bydd y person yn agor ei dwrn i ddangos a yw'n wag neu beidio. Y llaw fydd y "Frenhines" yn credu fydd y "Botwm" ynddi, bydd yn cyffwrdd â'r llaw honno a dweud "Tip-It".
    Os bydd yn iawn bydd y tîm yn ennill y "Botwm" ac yn cael un pwynt. Ac felly'n cario ymlaen i chwarae a'r tîm cyntaf i gael 21 o bwyntiau fydd yn ennill y gêm hynny.

- Y "Frenhines" sydd i ddyfalu yn gyntaf ble mae'r "Botwm", ac yna yr un ar y chwith iddi ac yna'r un ar y dde iddi.
- Pa un bynnag o'r tîm fydd yn ennill y "Botwm" ar y "Tip-It", honno fydd yn dyfalu yn gyntaf ar ôl hynny, ac yna dilyn y patrwm uchod.
- Os bydd y ddau dîm yn gyfartal eu pwyntiau ar 20 pwynt yr un, dim ond y ddwy "Frenhines" fydd yn cymryd rhan am y pwynt olaf.

DARTIAU

Cofrestru yn y Clwb Bowlio am 11.00 o'r gloch

1. Chwaraeir 3 aelod ym mhob tîm a chwaraeir y gorau o 3 gêm. Os bydd un tîm yn ennill y ddwy gêm gyntaf ni fydd angen chwarae'r drydedd gêm. Y 3 aelod i chwarae fel tîm.
2. Yn y rowndiau cyntaf ym mhob grŵp chwaraeir yn ôl rheolau 301. Yn y gêm gynderfynol a'r gêm derfynol chwaraeir yn ôl rheolau 501. Does dim angen dwbl i gychwyn ond fe fydd angen dwbl i orffen gêm. Os bydd anhawster gorffen y gemau rowndiau rhagbrofol gall pob chwaraewr daflu 3 dart yr un UNWAITH (ar ôl i'r ddau dîm gyrraedd dwbl un). Eto os na lwyddir i gael dwbl un gall UN cynrychiolydd o bob tîm anelu UN dart at y canol. Bydd DIM ail gynnig os digwydd i'r dart syrthio o'r bwrdd.
3. Yn y rownd derfynol chwaraeir 5 gêm.

BOWLIO

Cofrestru yn y Ganolfan Hamdden am 11.00 o'r gloch

Timau o **bedair**.**Chwarae mat hir dan do- 5 pen a deiseb gron (rownd robin).**

1. Os nad yw troed y chwaraewr o fewn cyfyngiadau'r mat fe'i gelwir yn gam-droedio.

2. Os cam droedir, mae gan y dyfarnwr, ar ôl rhybuddio'r chwaraewr, hawl i atal y bwl a'i dirymu. Os cyffyrddodd y bwl â'r pen, mae gan y gwrthwynebydd ddewis o un ai:
   (a) ailosod y pen
   (b) ei adael fel y mae
   (c) ddatgan bod yr 'end' drosodd.

3. Rhaid i'r chwaraewr cyntaf sicrhau bod y jac wedi'i ganoli.

4. Os cyffyrdda bwl y jac a'i yrru i'r ffoes bernir y bwl yn 'fyw' a'i marcio â sialc.

5. Os cyffyrdda bwl y jac a'i yrru allan o'r maes chwarae fe'i bernir yn 'farw'.

6. **Gêmau a chwaraeir ar un achlysur yn unig:** Pan fo achos o gêm unigol neu gêm tîm neu gêm ochr ar un achlysur neu fel rhan o gystadleuaeth dileu, yr enillydd fydd y chwaraewr, tîm neu ochr a gafodd y cyfanswm uchaf o ergydion neu mewn achos o 'gêm ennill pennau', mwyafrif o bennau a enillwyd neu setiau.

7. **Gêmau Twrnament a Gêmau Cyfres**
   (a) Y buddugol fydd y chwaraewr, tîm neu ochr un ai a gaiff y nifer uchaf o gêmau a enillwyd neu sgôr ergydion uchaf yn ôl rheolau gêmau twrnament.
   (b) Gellir defnyddio pwyntiau am bob gêm a enillwyd.
   (c) Rhennir cyfanswm ergydion a sgoriwyd, pan fo'r pwyntiau'n gyfartal, rhwng cyfanswm ergydion a sgoriwyd yn erbyn pob tîm (neu ochr). Yr enillydd fydd y tîm (neu ochr) gyda'r sgôr uchaf

SGRABL

Cofrestru yn yr Ysgol Uwchradd am 12.30 o'r gloch

1. Chwaraeir yn unol â Rheolau Cenedlaethol Sgrabl (rhain yn y bocs)
2. Bydd dwy ymhob tîm, chwaraeir yn unigol ond cyfrifir sgoriau'r ddwy ar ddiwedd y gystadleuaeth fel un cyfanswm. Felly'r ddwy efo'r cyfanswm uchaf fydd yn ennill.
3. Bydd hyd bob gêm a'r nifer o gemau a chwaraeir yn ddibynnol ar y nifer o dimau wnaiff gofrestru ar y diwrnod.
4. Caniateir unrhyw eiriau a geir yn "Y Geiriadur Mawr"(ag eithrio enwau priod.) ac fe ddefnyddir hwnnw i wirio unrhyw sillafiad ac i gadarnhau dilysrwydd unrhyw air.
5. Disgwylir i bob tîm ddod â'i gêm Sgrabl efo nhw ar y diwrnod.

GYRFA CHWIST CYMAR

Cofrestru yn yr Ysgol Uwchradd am 12.30 o'r gloch

- Un bwrdd, pedwar o bobl, yn chwarae fel dau dîm o ddau.
- Pecyn 52 o gardiau, 13 cerdyn i bob chwaraewr.
- Ar ddechrau'r gêm gyntaf, y merched i dorri'r cardiau am yr hawl i fynd gyntaf.
- Ar ddiwedd y gêm gyntaf, yr ennillwyr i symud gyda'r cloc, ymlaen i'r bwrdd nesaf a'r collwyr yn aros.
- rhannu'r cardiau, gan ddechrau gyda'r ferch sydd wedi aros.
- Y ferch sydd wedi aros i gychwyn y gêm.
- Y pâr gyda'r sgôr uchaf fydd yn ennill.
- Caniateir 2 dîm sef 4 aelod i gynrychioli pob rhanbarth.
- Rhaid llenwi'r cerdyn sgorio bwrdd yn ogystal â'r cardiau sgorio unigol ar ddiwedd bob gêm. Defnyddir y cardiau sgorio bwrdd i wirio'r sgôr ar ddiwedd y gystadleuaeth.

TENNIS BWRDD

Cofresrtu yn y Ganolfan Hamdden am 11.00 o'r gloch

1. Chwaraeir yn ôl rheolau arferol tenis bwrdd, (Sylwer ar Reol serfio 3.6)
   a) Llaw agored, y bêl yn gorffwys ar gledr y llaw (heb gyffwrdd y bysedd na'r bawd.
   b) Llaw uwchben y bwrdd (nid yn guddiedig o dan y bwrdd).
   c) Rhaid taflu'r bêl i fyny o leiaf 16cm cyn ei tharo â bat,
2. Bydd pob tîm yn cynnwys 2 chwaraewr.
3. Chwaraeir gêm ddwbl i ferched.
4. Bydd pob gêm i chwarae hyd at 15 pwynt yn y gemau rhag blaen , a 21 pwynt yn y gemau terfynol. Bydd pob set yn cynnwys yr orau o dair gêm. Rhoddir 1 pwynt i enillwyr pob set.
5. Ni chaniateir gwisgo unrhyw ddilledyn gwyn i chwarae.

GOLFF

Cofrestru yng Nghlwb Y Borth am 10.00 0'r gloch

1. Chwaraeir yn ôl Rheolau Undeb Golff Merched Cymru.
2. Chwaraeir cystadleuaeth Stableford.
3. Rhaid i bob cystadleuydd feddu ar dystysgrif Graddnod Cyfredol.
4. Gall unrhyw nifer o gystadleuwyr ddod o bob rhanbarth i chwarae golf.
   Tâl cystadlu -£10 yr un. Telir £5 gan yr Is-bwyllgor Gwyl a Hamdden ac awgrymir bod y rhanbarth yn trafod talu 'r gweddill o'r tâl i hybu cystadlu.
5. **Os am archebu "bygi" rhaid ffonio 01970 871 557 ymlaen llaw. Y gost fydd £20**

ROWNDERI

Cofrestru yn yr Ysgol Uwchradd am 11.00 o'r gloch

Naw (9) chwaraewr ymhob tîm. Caniateir defnyddio hyd at **ddwy** eilydd.

BATIO - Sgorio

1. Sgorir rhediad os yw'r batiwr yn taro'r bêl ac yn rhedeg o amgylch y pedwar postyn heb aros.
2. Sgorir hanner rhediad os yw'r batiwr yn methu'r bêl ond yn rhedeg o amgylch y pedwar postyn heb aros.
3. Sgorir hanner rhediad os yw'r bowliwr yn bowlio tair pêl yn olynol sydd, ym marn y dyfarnwr, yn anghyfreithlon.
4. Sgorir hanner rhediad os yw'r dyfarnwr yn barnu bod y batiwr wedi ei rhwystro wrth geisio rhedeg.
5. Sgorir hanner rhediad os yw'r batiwr yn taro'r bêl ac yn cyrraedd yr ail bostyn.

Cael Batiwr allan - Mae'r batiwr allan os : -

1. ... yw/n taro'r bêl a honno yn cael ei dal.
2. ... yw'r maeswr yn cyffwrdd postyn cyn i'r batiwr ei gyrraedd.
3. ... cyffyrddir y batiwr gan faeswr (sydd â'r bêl yn ei llaw) cyn iddi gyrraedd postyn.
4. ... yw'n rhedeg heibio batiwr arall sydd o'i blaen.
5. ... yw'n rhedeg tu mewn i un o'r pyst (heb gael ei rhwystro).

- Gall y batiwr aros ar unrhyw bostyn a chyrraedd adref drwy symud rhyngddynt fesul un.
- **Rhaid i'r batiwr gyffwrdd y pyst wrth fynd heibio.**

Bowlio :

1. Rhaid bowlio'r bêl dan fraich.
2. Rhaid i'r bêl gael ei bowlio fel ei bod dan lefel llygaid y batiwr ond yn uwch na'r benglin.
3. Bydd y tîm arall yn cael hanner rhediad os yw'r bowliwr yn bowlio tair pêl yn olynol sydd, ym marn y dyfarnwr, yn anghyfreithlon.

- **Rhaid bod y tywydd yn addas ar gyfer chwarae ac ni chwareir dan do ar unrhyw gyfrif.**

Os am ychwaneg o wybodaeth cysylltwch â
Swyddog Datblygu Ceredigion:

Elizabeth Evans, Coed yr Eos, Taliesin, Machynlleth, Powys. SY20 8JR
01970 832 745 07854 741 834
elizabeth.evans25@btinternet.com

neu cysylltwch â'r

Ganolfan Genedlaethol, Stryd yr Efail, Aberystwyth, Ceredigion SY23 1JH
Rhif ffôn: 01970 611 661
swyddfa@merchedywawr.com

DYDDIAD CAU CENEDLAETHOL
23 Ebrill 2011