

YMCA Certificate in Personal Training Level 3



Yn gwyno

Os oes gennych eisoes gymhwyster hyfforddwr ffitrwydd Lefel 2 cymwys, gall y cwrs hwn roi'r wybodaeth ychwanegol sydd ei hangen arnoch chi er mwyn dilyn gyrfa lwyddiannus yn y diwydiant iechyd a ffitrwydd.

Dyma'r cwrs i chi os...

...Mae gennych ddiddordeb brwd mewn ffitrwydd

...Rydych yn cydweithio'n effeithiol ag eraill

...Rydych yn dyheu am fod yn hyfforddwr personol

Beth fyddaf yn ei wneud?

Ar ôl cwblhau'r cymhwyster, gallwch symud ymlaen fel hyfforddwr personol hunangyflogedig neu gyflogedig gydag arbenigeddau mewn ffitrwydd awyr agored a chyflyru chwaraeon. Mae'r



TAFLEN GWYBODAETH AM Y CWRS

cynnwys o ganlyniad yn adlewyrchu'r gallu sydd ei angen er mwyn dod yn hyfforddwr personol diogel ac effeithiol.

Wedi i chi gwblhau'r cwrs, gallwch ddefnyddio'r cymhwyster hwn fel platfform i symud ymlaen at gysiau eraill o fewn y sectorau hamdden actif ac iechyd a ffitrwydd.

Byddwch yn cael eich asesu drwy e-asesiad, arholiadau ysgrifenedig ac aml-ddewis, portffolio ac aseiniadau ymarferol. Ar ôl cwblhau, byddwch yn ennill tystysgrif Lefel 3 mewn Hyfforddiant Personol a Chyfarwyddyd.

Beth a ddisgwylir ohonof i?

Er mwyn cael mynediad i'r cwrs, byddwch angen Tystysgrif Lefel 2 mewn Hyfforddi Ffitrwydd - Ymarfer Corff mewn Campfa, Ymarfer Corff i Gerddoriaeth (neu gyfwerth).

Mae cyfranogiad ymarferol yn hanfodol wrth gwblhau'r cwrs hwn. Mae ymrwymiad llawn i bresenoldeb yn angenrheidiol, yn ogystal â pharch tuag at eraill, brwdfrydedd tuag at y cwrs a'r gallu i gymell eich hun.

Beth sy'n digwydd nesaf?

Gwobr Lefel 3 YMCA mewn Ymarfer Rhaglennu a Goruchwyllo gyda Chleientiaid Anabl, Diploma Lefel 3 YMCA mewn Atgyfeirio Ymarfer Corff neu dystysgrif Lefel 3 YMCA mewn Tylino Chwaraeon (Therapi Meinwe Meddal).

Gwybodaeth Ychwanegol

Mae'n rhaid gwisgo Cit Chwaraeon Coleg Gwent ar gyfer yr holl sesiynau ymarferol
Rhaid gwisgo esgidiau chwaraeon pwrpasol ar gyfer yr holl sesiynau ymarferol
Ni ddylid gwisgo gemwaith na thlysau yn ystod sesiynau ymarferol

Bydd angen i chi brynu Cit Chwaraeon Coleg Gwent a llawlyfrau i gefnogi eich dysgu, a chost hyn yw oddeutu £100 - £110. Wrth gofrestru, byddwch yn cael manylion ynghylch sut i brynu'r eitemau hyn, ond mae'n rhaid eu prynu cyn dechrau'r cwrs.

Apply online at www.colegwent.ac.uk

studentrecruitment@colegwent.ac.uk | 01495 333777 (Croesawn alwadau yn Gymraeg)

