



## Ffurflen Cofrestru – Registration Form

### Ras Rhedeg Bethel 7k Race

**Dyddiad y Ras – Date of Race**

**12/8/15**

**Lleoliad / Location – Neuadd Goffa Bethel**

**Cofrestru am / Registering at – 6:30pm**

**Ras yn cychwyn / Race starts – 7:30pm**

**Agored i blant ac oedolion / Open to children and adults**

**Ras Agored Rhedeg Bethel 7k Open Running Race - £6.00**

**Taliadau gyda siec / Payments by cheque –**

**‘Gwyl Bethel’ – 10 Cremlyn, Bethel, Caernarfon.**

Enw/Name \_\_\_\_\_

(Cylchwch/Circle)

Gwryw/Male      Dyddiad geni/Date of birth \_\_\_\_\_

Benyw/Female      Oed/Age \_\_\_\_\_

Cyfeiriad/Address \_\_\_\_\_

Cod post/Post code \_\_\_\_\_

Ebost/email \_\_\_\_\_

Rhif ffon / Mobile \_\_\_\_\_

#### **Nodyn iechyd a diogelwch / Health and safety waiver**

Rwy'n deall bod digwyddiad fel hyn yn gallu bod yn berig. Ac dw i'n rhedeg y ras hon yn ymwybodol fy mod i digon heini i allu gorffen heb unrhyw broblemau meddygol. Dw i hefyd yn deall bod ffotograffwyr yn tynnu lluniau rhedwyr. / I understand that events like these can be a hazardous activity. I run this race fully aware that I am fit and able to finish without any medical attention. I also understand that there will be photographers taking photos of the runners.

**Llofnod yr athletwr/ Signature of athlete (Rhiant os o dan 18/ Parent if under 18)**

\_\_\_\_\_ Dyddiedig/Dated \_\_\_\_\_ 2015