

CYMUNED MET MET COMMUNITY

Chwaraeon Met Caerdydd | Cardiff Met Sport

Get ACTIF with Cardiff's new activity pass where you can try 8 FREE physical activity sessions!

Are you, or do you know someone who is:

- ☒ Over 50?
- ☒ Living in Cardiff?
- ☒ Less active than 150 mins a week?

If the answer is **YES** to
all 3 of those questions,
then the ACTIF Cardiff
Pass may be for you!

Scan the QR code
to sign up now!



Mynnwch docyn ACTIF Caerdydd newydd i roi cynnig ar 8 sesiwn gweithgarwch corfforol AM DDIM!

Ydych chi, neu ydych chi'n adnabod rhywun sydd:

- ☒ Dros 50 oed?
- ☒ Yn byw yng Nghaerdydd?
- ☒ Yn gwneud llai na 150 munud o weithgarwch corfforol?

Os mai YDW yw'ch ateb
i'r 3 cwestiwn uchod, yna
efallai mai Tocyn ACTIF
Caerdydd yw'r peth i chi!

Sganiwch y cod QR
i gofrestru nawr!

