

Gofynion allweddol y cynllun er mwyn eich galluogi chi i gymryd rhan:

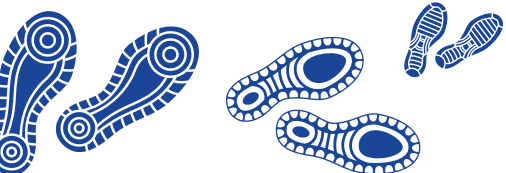
1. Pob grŵp i fynychu sesiwn hyfforddi flynyddol sy'n cael ei gweinyddu gan Chwaraeon RhCT. Bydd hyfforddiant yn dilyn yr un strwythur â'r cwrs Arweinwyr Cerdded sydd eisoes yn bodoli.
2. Cofrestrwch yn Wirfoddolwr RhCT trwy'r ddolen ganlynol. Bydd modd i chi gofrestru ar gyfer Gwiriad y Gwasanaeth Datgelu a Gwahardd yma hefyd: www.rctcbc.gov.uk/ByddwchynwirfoddolwrarranChwaraeonRhCT
3. Rhaid cwblhau a dychwelyd y cofrestrau a'r wybodaeth bob 6 mis.
4. Bydd Chwaraeon RhCT yn monitro ac yn gwerthuso pob grŵp sydd wedi ymuno â'r cynllun. Pwrpas monitro a gwerthuso'r cynllun fydd nodi ffyrdd o wella neu bennu unrhyw ofynion ychwanegol efallai sydd eu hangen ar y grwpiau cerdded.
5. Mae'n hanfodol bod yr Arweinydd Cerdded Gwirfoddol a'i grŵp yn gweithredu o fewn ffiniau'r cynllun ar ôl cwblhau'r hyfforddiant yn llwyddiannus. Mae hyn yn bwysig ar gyfer diogelwch y grwpiau a'r cyfranogwyr ac er mwyn sicrhau mwynhad i bawb yn y pen draw.
6. **Maint y grŵp** - Mae maint y grŵp wedi'i gyfyngu i uchafswm o 20 cyfranogwr ac un Arweinydd Cerdded Gwirfoddol ynghyd â chynorthwy-ydd dynodedig ar bob taith gerdded. Bydd y cynorthwy-ydd yn gerddwr cymwys a gall fod yn wirfoddolwr neu'n aelod o staff.
7. **Gofynion yr Arweinydd** - Rhaid i bob Arweinydd Cerdded Gwirfoddol fod yn 18 oed neu'n hŷn. Rhaid bod gan yr Arweinwyr Cerdded Gwirfoddol dystysgrif cymorth cyntaf ddilys er mwyn cyflawni'r rôl. Mae hyn yn bwysig er diogelwch y cerddwyr yn y grŵp yn ogystal â hyder yr Arweinydd Cerdded Gwirfoddol. Mae Cerdded RhCT yn gweithio ar y cyd â darparwyr Cymorth Cyntaf a bydd yn cynnal hyfforddiant cymorth cyntaf rheolaidd am bris gostyngol.
8. **Plant ac Oedolion sy'n Agored i Niwed** - Mae modd i oedolion a phlant sy'n agored i niwed gymryd rhan mewn teithiau cerdded, ond rhaid iddyn nhw fod yng nghwmni rhiant, cynhaliwr neu warcheidwad cyfrifol sy'n oedolyn.
9. **Amser** - Bydd y daith gerdded fel arfer yn para hyd at 2 awr. Mae'n bosibl y bydd y teithiau'n para am ychydig yn fwy o amser o bryd i'w gilydd er mwyn stopio am fwyd neu ddiod neu i dynnu lluniau ac ati.
10. **Tywydd** - Bydd y tywydd yn fwyn ond ddim yn eithafol.
11. **Tir yr Iseldir** - Bydd pob taith gerdded ar dir yr iseldir. Mae diffiniad o dir 'yr iseldir' at ddibenion y cynllun Cerdded fel a ganlyn: **rhaid i lwybrau cerdded:**
 - Bod â nifer lleiaf o beryglon â phosibl (naturiol neu'n annaturiol)
 - Peidio â bod â pheryglon dŵr posibl fel croesfannau afonydd neu ble mae angen ystyried tablau llanw
 - Bod ar lwybrau, lonydd a thraciau sydd wedi'u diffinio'n glir mewn ardaloedd gwledig neu drefol
12. Bod yn Ardaloedd Cerdded sy'n cael eu Hargymell yn rhan o'r Cynllun
 - Llwybrau cerdded trefol
 - Gwarchodfeydd natur a pharciau
 - Lonydd cefn gwlad
 - Llwybrau tynnu
 - Ardaloedd gwyrdd agored, mewn mannau trefol/lled drefol
 - Llwybrau arfordirol a thraethau (di-lanw)
 - Llwybrau wedi'u marcio ar y ffordd sy'n cadw at y canllawiau uchod

Rhaid i bob Arweinydd Cymunedol Gwirfoddol Cerdded RhCT:

- Sicrhau fod ei fanylion wedi'u cofrestru â Chwaraeon RhCT
- Llenwi ffurflen gofrestru ar gyfer pob taith gerdded

Llofnod Arweinydd y Daith Gerdded: Dyddiad:

Aelod o Staff RhCT: Dyddiad:





Key requirements of the scheme to enable you to sign up:

1. All groups to attend yearly training session administered by Sport RCT. Training will replicate the pre-existing Walk Leaders course.
2. Sign up as an RCT Volunteer through the following link:
www.rctcbc.gov.uk/BecomeaSportRCTVolunteer
this will then entitle you to sign up for a DBS
3. Registers and information will need to be completed and returned every 6 months
4. Sport RCT will monitor and evaluate all groups signed up to the scheme. The purpose of monitoring and evaluating the scheme would be to identify improvements or any additional requirements that the walking groups may need.
5. It is crucial that a Voluntary Walk Leader (VWL) and their group operate within the boundaries of the scheme after successful completion of training. This is important for the enjoyment and safety of the groups and participants.
6. **Ratio** - Group size is limited to a maximum of 20 participants to 1 VWL plus a designated assistant on all walks. The assistant will be a competent walker and may be a volunteer or staff member
7. **Leader Requirements** - All Volunteer Walk Leaders must be aged 18 or over. Volunteer Walk Leaders (VWL) must have a valid first aid certificate to operate as a VWL. This is important for the safety of the walkers in the group as well as the confidence of the VWL. Walk RCT works in collaboration with First Aid providers and will run regular first aid training at a subsidised cost.
8. **Children & Vulnerable Adults** - Vulnerable adults and children can participate in walks, but must be accompanied by a responsible parent, adult guardian or career.
9. **Time** - The walk will typically last up to a maximum of 2 hours. Additional time (on top of this) can be taken for stopping for refreshments, taking pictures etc.
10. **Weather** - Weather conditions will be temperate and not extreme.
11. **Lowland Terrain** - All walks will be in lowland terrain. The definition of 'lowland' terrain for the purpose of the Walking scheme is as follows:
walking routes must
 - Have minimal hazards (natural or man-made)
 - Not have potential water hazards such as river crossings or where tide tables need to be taken into account
 - Must be on clearly defined paths, lanes and tracks in rural or urban areas
12. Recommended Walking Areas Covered Under the Scheme
 - Urban walking routes
 - Parks and nature reserves
 - Country lanes
 - Tow Paths
 - Open green, spaces in urban/semi urban areas
 - Coastal Paths and beaches (non tidal)
 - Way marked routes that adhere to the guidelines above

All volunteer WalkRCT Community Leaders must:

- Have their details registered with SportRCT
- Complete a walk registration form for each walk



Signature Walk Leader: Date:

RCT Staff Member: Date:

