RYAN CHRISTOPHER
CLWB BOSCIO AMATUR ABERDÂR

Ac yntau wedi'i ffurfio ym mis Ebrill 2023, mae Aberdâr ABC yn darparu sesiynau bocsio i blant 8-18 oed. Mae Ryan, Prif Hyfforddwr y clwb, yn ymrwymo hyd at 7 noson yr wythnos i hyfforddi’r plant, gan geisio cadw'r ddysgl yn wastad rhwng ei waith a’i fywyd teuluol. Mae'n cyflwyno tair sesiwn hyfforddi bob wythnos, ac ar y nosweithiau eraill mae'n trefnu sesiynau paffio mewn clybiau eraill. Yn y cyfnod cyn ymladd, mae Ryan yn trefnu hyfforddiant ychwanegol drwy fynd â bocswyr i redeg a cherdded i fyny Pen y Fan.

Mae Ryan wedi gweithio'n galed i ariannu a dod o hyd i ddillad, gan sicrhau bod gan blant y cit a'r offer angenrheidiol i gystadlu. Mae'n darparu cymorth ychwanegol i'r plant hynny o deuluoedd difreintiedig, yn aml ar ei draul ei hun. Mae Ryan yn angerddol dros focsio ac mae ganddo foeseg gwaith ac agwedd anhygoel. Mae pob aelod o'r clwb yn hynod ddiolchgar iddo.

Chwaraeon RhCT
Sport RCT

GWIRFODDOLWR Y MIS

MAWRTH 2024