

dawn	doniau	her(iau)
llinell derfyn	ymdrech(ion)	ysgyfarnog(od)
balchder	cyhyr(au)	llysenw(au)
milwr(milwyr)	pellter	codi pwysau
cyflawni	datrys	gwibio
herio	llongyfarch	trechu
buddugol	corfforol	creadigol
cystadleuol	eithafol	ffeithiol

challenge(s)

talents

talent

hare(s)

effort(s)

finishing line

surname(s)

muscle(s)

pride

weightlifting

distance

soldier(s)

to dart
to sprint

solve

to achieve
to fulfil

to defeat
to beat

congratulate

to challenge

creative

physical

triumphant

factual

extreme

competitive

serth	a'i wynt yn ei ddwrn	go iawn
wneith hynny ddim drwg	yn gwmws (de Cymru)	yn y fan a'r lle
UNED 1		

real

*moving quickly/
out of breath*

steep

there and then

*exactly
(De Cymru)*

*it won't do any
harm*

UNED 1

