

BE / BYDDWCH YN SPOTACULAR...



BBC

PLANT MEWN ANGEN
CHILDREN IN NEED

TAKE ON OUR BIGGEST CHALLENGE YET

How many Bearpees (otherwise known as burpees) can your class do in a week? Can you join together to beat our target of 1000? Go head to head in year groups, forms or classes across our Appeal Week.

- > **Pin up this totaliser** and keep track of how many Bearpees are completed each day
- > **Join in our live moment with some very special guests at bbcchildreninneed.co.uk/schools** Complete your Bearpee challenge with us on Friday 17 November, and crown your Bearpee champions
- > **£1 or £2 is all it takes. See how much your year group, form or class can raise by completing the challenge.** Set up a school fundraising page to get sponsorships rolling in or ask students to donate a small amount to take part.
- > **Finally, time to warm up, get your game face on and bring on the Bearpees!**

RHOWCH GYNNIG AR EIN HER FWYAF ETO

Faint o Bearpees (neu neidiau gwasg) gall eich dosbarth chi eu gwneud mewn wythnos? Allwch chi ddod at eich gilydd i guro ein targed o 1000? Yn ystod Wythnos yr Apêl bydd grwpiau blwyddyn neu ddsbarthiadau yn gallu cystadlu â'i gilydd.

- > **Rhowch y cyfansymiwr hwn ar y wal** i gofnodi faint o Bearpees fydd yn cael eu gwneud bob dydd
- > **Ymunwch â gwesteion arbennig iawn yn ein digwyddiad byw yn bbcchildreninneed.co.uk/schools.** Cwblhewch eich her Bearpees gyda ni ddydd Gwener 17 Tachwedd, a choroni eich pencampwyr Bearpees
- > **Dim ond £1 neu £2 sydd ei angen. Faint gall eich grŵp blwyddyn neu ddsbarth chi ei godi drwy gwblhau'r her?** Ewch ati i greu tudalen codi arian i gasglu'r nawdd neu gofynnwch i'r myfyrwyr gyfrannu rhywfaint i gymryd rhan.
- > **Nawr mae'n amser cynhesu'r corff, paratoi am y gystadleuaeth a rhoi cynnig ar y Bearpees!**

SCAN TO FIND OUT MORE AND TO JOIN IN
SGANIWCH I GAEL GWYBOD MWY AC I YMUNO



GROUP NAME / ENW'R GRŴP:

GRAND TOTAL
CYFANSWM TERFYNOL



FRIDAY 17TH
DYDD GWENER 17EG



THURSDAY 16TH
DYDD IAU 16EG



WEDNESDAY 15TH
DYDD MERCHER 15FED



TUESDAY 14TH
DYDD MAWRTH 14EG



MONDAY 13TH
DYDD LLUN 13EG



TOTALISER
CYFANSYMIWR



BBC
PLANT MEWN ANGEN
CHILDREN IN NEED

