



Friday schedule

Connect with nature

50 things with National Trust, 5pm-7pm

Have fun with our 50 things to do before you're 11¾ nature adventures at Gupton Farm. From den building to cooking on a campfire, there's lots to enjoy.

No booking needed, drop in activities.

Stay fit at the beach

Beach circuits at Freshwater West, 6pm-7pm

Join our sports instructor an hour of beach circuits at Freshwater West. The session is suitable for all ages and abilities, dogs welcome too!

£2 per adult, free for children.

Listen to live music

Live music, 8pm-11pm

Relax around the campfire and listen to live music at sunset.

A flavour of the area

Food served, 4pm-8pm Bar open, 5pm-12am

For a bite to eat, our National Trust food and beverage team will be serving up tasty dishes on the Friday evening.



Amserlen Dydd Gwener

Cysylltwch â natur

50 peth gyda'r Ymddiriedolaeth Genedlaethol, 5pm-7pm

Dewch i gael sbort a sbri gydag anturiaethau natur ein '50 peth i'w gwneud cyn eich bod yn 11¾' yn Fferm Gupton. O adeiladu den i goginio ar dân agored, mae llawer yma i'w fwynhau.

Does dim angen cadw lle ymlaen llaw - galwch draw a chymerwch ran.

Cadwch yn heini ar y traeth

Cylch-ymarfer ar y traeth yn Freshwater West, 6pm-7pm

Ymunwch â'n hyfforddwr chwaraeon am awr o gylch-ymarfer yn Freshwater West. Mae'r sesiwn yn addas i bawb o bob oedran a gallu. Mae croeso i gŵn hefyd!

£2 yr oedolyn, am ddim i blant.

Gwrandewch ar gerddoriaeth fyw

Cerddoriaeth fyw, 8pm-11pm

Ymlaciwch o amgylch y tân agored a gwrandewch ar gerddoriaeth wrth i'r haul fachlud.

Blas ar yr ardal

Bwyd ar gael, 4pm-8pm Bar ar agor, 5pm-12am

Dewch am damaid! Bydd tîm bwyd a diod yr Ymddiriedolaeth Genedlaethol yn gweini prydau bwyd blasus nos Wener.