Mae **Alun Davies** yn cael ei ystyried fel un o'r ymarferwyr achrededig a chymwysedig mwyaf blaenllaw ym maes Datblygiad Personol mewn Chwaraeon a lles chwaraewyr/athletwyr. Mae ganddo dros 35 mlynedd o brofiad yn gweithio ym maes addysg, hyfforddiant a newid busnes – 21 mlynedd o brofiad yn gweithio gydag athletwyr elitaidd, chwaraewyr proffesiynol, Athletwyr sy'n Fyfyrwyr a staff cymorth yn cefnogi eu datblygiad personol a'u trawsnewidiadau gyrfa. Cafodd ei eni ym mhentref glofaol bach Blaendulais yng Nghastell-nedd lle derbyniodd ei addysg drwy gyfrwng y Gymraeg yn yr ysgol gynradd ac yna am y ddwy flynedd gyntaf o'i addysg uwchradd yn Ysgol Gyfun Ystalyfera, cyn i'r teulu symud i Fryste lle parhaodd â'i addysg yn Ysgol Gyfun Henbury. Dechreuodd ei yrfa rygbi yng nghlwb rygbi Clifton, lle mae'n dal i ddal y record am fod y chwaraewr ieuengaf i chwarae ar y lefel hŷn pan oedd yn 16 mlwydd a 231 diwrnod oed, cyn dychwelyd i Gymru lle bu'n chwarae i glybiau Castell-nedd, Llanelli a Maesteg yn ystod yr wythdegau a'r nawdegau, yn ogystal â chwarae i glwb ei bentref genedigol ym Mlaendulais lle mae'n dal i ddal record y clwb am fod yr unigolyn i sgorio'r nifer uchaf o bwyntiau. Yn dilyn cyflogaeth gynnar fel therapydd chwaraeon aeth ymlaen i weithio ym myd addysg a hyfforddiant yn y gwaith.

Yn 1999 cafodd ei gyflogi gan Undeb Rygbi Cymru, sef y Corff Llywodraethu Chwaraeon cyntaf i gyflogi ymgynghorydd Gyrfa ac Addysg Athletwyr (ACE), fel rhan o raglen a gwasanaeth UK Sport, ac yn ddiweddarach fel Rheolwr Lles Chwaraewyr Cenedlaethol yn gweithio'n agos gyda chwaraewyr a hyfforddwyr wrth ddatblygu a chyflwyno rhaglen gyfannol o ddatblygiad personol.

Yn 2003, fel aelod o grŵp llywio cenedlaethol, roedd Alun ar flaen y gad o ran datblygu'r rhaglen Ffordd o Fyw Perfformiad sydd bellach yn un o'r gwasanaethau integredig sy'n cael eu darparu i athletwyr elitaidd ar draws sefydliadau chwaraeon gwledydd Prydain a chyflawnodd achrediad Ffordd o Fyw Perfformiad Sport UK yn 2004. Bu Alun yn allweddol wrth hyrwyddo a chyflwyno'r gwasanaeth yma i academïau rhanbarthol rygbi Cymru rhwng 2003 a 2009 ynghyd â chefnogi chwaraewyr y garfan hŷn genedlaethol ar y pryd. Parhaodd i hyrwyddo datblygiad personol athletwyr ar ôl dod yn Gyfarwyddwr Chwaraeon, Iechyd a Llesiant ym Mhrifysgol Cymru, Casnewydd ac ym Mhrifysgol De Cymru ar ôl i'r ddwy uno. Daeth Alun yn Rheolwr Datblygiad Personol llawn amser cyntaf tîm Rygbi Harlequins a threuliodd dair blynedd gyda chlwb yr uwch gynghrair yn Llundain gan gael effaith sylweddol ar ddatblygiad personol chwaraewyr a staff cymorth drwy drawsnewidiadau allweddol.

Ym mis Chwefror 2021, gofynnodd Coleg y Cymoedd i Alun roi cymorth i nifer fach o athletwyr sy'n fyfyrwyr yn ogystal ag edrych ar y posibilrwydd o gyflawni achrediad Gyrfa Ddeuol Cynllun Ysgoloriaeth Athletwyr Dawnus (TASS). Cyflawnwyd hyn ym mis Awst 2022 ac ymgymerodd Alun â swydd lawn amser yng Ngholeg y Cymoedd fel Ymgynghorydd Ffordd o Fyw Gyrfa Ddeuol o dan reolaeth llinell Lee Davies (Pennaeth yr Ysgol Chwaraeon, Gwasanaethau Cyhoeddus a Theithio a Thwristiaeth).

Mae sefydliadau ac unigolion wedi cydnabod arbenigedd Alun ac mae wedi'i wahodd i gyflwyno sgyrsiau a chymryd rhan ar baneli mewn cynadleddau chwaraeon a masnachol gan gynnwys y Gymdeithas Chwaraewyr Rygbi Rhyngwladol, Rygbi Hong Kong, cynhadledd Cefnogi Athletwyr Rhyngwladol, cynhadledd Rhwydwaith Premier Sports yn ogystal â digwyddiadau a chynadleddau busnes a masnachol.