

※1 進級基準改定について

現在の進級基準

変更後の進級基準

18級	カニ	壁持ち移動・水中散歩5m・腰掛けキック
	ラッコ	ジャンプ・水中散歩10m・顔上げ伏し浮き5m
	イルカ	顔付け3秒・バタ足水中移動12.5m
17級	顔付け10秒・バタ足25m・背面浮き5秒	
16級	連続呼吸付きビート板キック25m	
	背面キック12.5m・けのびキック7m	
15級	板付きクロール25m	
14級	ヘルパー付きクロール25m (手伸ばし)	
13級	ヘルパー無しクロール25m (手伸ばし)	
12級	クロール25m (手伸ばし) ・背泳ぎ25m	
11級	クロール50m (ひじ曲げ)	
10級	背泳ぎ50m	
9級	平泳ぎキック25m	
8級	平泳ぎ25m	
7級	バタフライ25m	
6級	クロール (ターン・ターン) 50m	
5級	背泳ぎ (ターン・タイム) 50m	
4級	平泳ぎ (ターン・タイム) 50m	
3級	バタフライ (ターン・タイム) 50m	
2級	個人メドレー (ターン・タイム) 100m	
1級	個人メドレー (ターン・タイム) 200m	

20級	カニ	水中歩行
	カエル	ジャンプ
	カメ	顔付け5秒
19級	ラッコ	鼻ぶく
	イルカ	3m 伏し浮き
	クジラ	12.5m 板キック
18級	25m 板キック	
17級	25m 板キック (呼吸)	
16級	7m グライドキック	
15級	10m ノーブレクロール	
14級	12.5m クロール	
13級	25m クロール	
12級	25m クロール	
11級	25m 背面キック	
10級	25m 背泳ぎ	
9級	25m 平泳ぎ板キック	
8級	25m 平泳ぎ	
7級	25m バタフライ板キック	
6級	25m バタフライ	
5級	50m クロール (タイムトライアル)	
4級	50m 背泳ぎ (タイムトライアル)	
3級	50m 平泳ぎ (タイムトライアル)	
2級	50m バタフライ (タイムトライアル)	
1級	100m 個人メドレー (タイムトライアル)	
S級	200m 個人メドレー (タイムトライアル)	

ヘルパー
3つ付き

ヘルパー
2つ付き

泳力認定6級 申請可

泳力認定5級 申請可

泳力認定4級 申請可

泳力認定3級 申請可

泳力認定2級 申請可

泳力認定1級 申請可

※20級・19級のお子様について

各級3項目すべて合格したお子様は、次の級へ進級いたします。
 進級テスト時に、できた項目の動物ワッペンをコーチよりお渡しいたしますので
 すべてのワッペンをスイミングキャップへ付けていただくようお願いいたします。
 (動物級のみ、無料でお渡しいたします。数字級につきましては、フロントにてご購入くださいますようお願いいたします。)

※ゴーグルの着用について

18級までのお子様につきましては、水に慣れていただく為に
 ゴーグルをつけず、顔付け等の練習を行っていただきます。
 アレルギー等をお持ちで、ゴーグルをつけなければならないお子様は、
 事前に、担当コーチまでお知らせください。