

(公財) 日本水泳連盟 泳力検定基準表

		内 容	種 目	6才以下	7~8才	9~10才	11~12才	13~14才	15~19才	20~29才	30~39才	40~49才	50~59才	60~69才	70才以上
女	1級	200m個人メドレーを標準記録以内で完泳	200m 個人メドレー	4.58.0	4.31.0	3.49.0	3.28.0	3.13.0	3.05.0	4.00.0	4.10.0	4.20.0	4.30.0	4.45.0	5.02.0
	2級	100m個人メドレーを標準記録以内で完泳	100m 個人メドレー	2.30.0	2.16.0	2.03.0	1.48.0	1.39.0	1.32.0	1.50.0	2.00.0	2.10.0	2.20.0	2.40.0	2.45.0
	3級	4泳法中の1泳法を標準記録内で完泳	50m バタフライ	1.16.0	1.08.0	1.00.0	.52.0	.48.0	.44.0	.50.0	.55.0	1.00.0	1.05.0	1.15.0	1.30.0
			50m 平 泳 ぎ	1.28.0	1.20.0	1.11.0	1.01.0	.56.0	.51.0	.59.0	1.04.0	1.09.0	1.14.0	1.24.0	1.27.0
			50m ク ロ ール	1.11.0	1.03.0	.56.0	.49.0	.44.0	.41.0	.47.0	.52.0	.57.0	1.02.0	1.07.0	1.12.0
			50m 背 泳 ぎ	1.20.0	1.12.0	1.04.0	.55.0	.51.0	.46.0	.53.0	.58.0	1.03.0	1.08.0	1.13.0	1.22.0
	4級	4泳法中の1泳法を標準記録内で完泳	25m バタフライ	.39.0	.33.0	.29.0	.25.0	.24.0	.22.0	.25.0	.27.0	.29.0	.32.0	.37.0	.48.0
			25m 平 泳 ぎ	.44.0	.39.0	.35.0	.30.0	.27.0	.25.0	.29.0	.31.0	.34.0	.36.0	.41.0	.43.0
			25m ク ロ ール	.35.0	.31.0	.27.0	.24.0	.22.0	.20.0	.23.0	.25.0	.28.0	.30.0	.33.0	.36.0
			25m 背 泳 ぎ	.40.0	.35.0	.31.0	.27.0	.25.0	.23.0	.26.0	.28.0	.31.0	.33.0	.36.0	.41.0
	5級	4泳法中の1泳法を標準記録内で完泳	25m バタフライ	.48.0	.43.0	.38.0	.33.0	.30.0	.27.0	.31.0	.34.0	.37.0	.40.0	.45.0	.58.0
			25m 平 泳 ぎ	.49.0	.44.0	.39.0	.34.0	.31.0	.28.0	.32.0	.35.0	.38.0	.41.0	.46.0	.49.0
			25m ク ロ ール	.40.0	.35.0	.31.0	.27.0	.24.0	.23.0	.26.0	.29.0	.31.0	.34.0	.37.0	.40.0
			25m 背 泳 ぎ	.45.0	.40.0	.35.0	.30.0	.28.0	.25.0	.29.0	.32.0	.35.0	.37.0	.40.0	.45.0
	6級	4泳法中の1泳法を標準記録内で完泳	25m バタフライ	.53.0	.48.0	.43.0	.38.0	.35.0	.32.0	.36.0	.39.0	.42.0	.45.0	.50.0	1.03.0
			25m 平 泳 ぎ	.54.0	.49.0	.44.0	.39.0	.36.0	.33.0	.37.0	.40.0	.43.0	.46.0	.51.0	.54.0
			25m ク ロ ール	.45.0	.40.0	.36.0	.32.0	.29.0	.28.0	.31.0	.34.0	.36.0	.39.0	.42.0	.45.0
			25m 背 泳 ぎ	.50.0	.45.0	.40.0	.35.0	.33.0	.30.0	.34.0	.37.0	.40.0	.42.0	.45.0	.50.0
	7級	4泳法中の1泳法を標準記録内で完泳	25m バタフライ	.58.0	.53.0	.48.0	.43.0	.40.0	.37.0	.41.0	.44.0	.47.0	.50.0	.55.0	1.08.0
			25m 平 泳 ぎ	.59.0	.54.0	.49.0	.44.0	.41.0	.38.0	.42.0	.45.0	.48.0	.51.0	.56.0	.59.0
			25m ク ロ ール	.50.0	.45.0	.41.0	.37.0	.34.0	.33.0	.36.0	.39.0	.41.0	.44.0	.47.0	.50.0
25m 背 泳 ぎ			.55.0	.50.0	.45.0	.40.0	.38.0	.35.0	.39.0	.42.0	.45.0	.47.0	.50.0	.55.0	
男	1級	200m個人メドレーを標準記録以内で完泳	200m 個人メドレー	4.58.0	4.31.0	3.49.0	3.18.0	3.00.0	2.45.0	3.20.0	3.30.0	3.40.0	3.50.0	4.05.0	4.30.0
	2級	100m個人メドレーを標準記録以内で完泳	100m 個人メドレー	2.30.0	2.16.0	2.03.0	1.48.0	1.32.0	1.25.0	1.40.0	1.50.0	2.00.0	2.10.0	2.20.0	2.27.0
	3級	4泳法中の1泳法を標準記録内で完泳	50m バタフライ	1.16.0	1.08.0	1.00.0	.52.0	.44.0	.40.0	.48.0	.53.0	.58.0	1.03.0	1.08.0	1.16.0
			50m 平 泳 ぎ	1.28.0	1.20.0	1.11.0	1.01.0	.51.0	.47.0	.56.0	1.01.0	1.06.0	1.11.0	1.16.0	1.21.0
			50m ク ロ ール	1.11.0	1.03.0	.56.0	.49.0	.41.0	.37.0	.45.0	.50.0	.55.0	1.00.0	1.05.0	1.11.0
			50m 背 泳 ぎ	1.20.0	1.12.0	1.04.0	.55.0	.46.0	.43.0	.51.0	.56.0	1.01.0	1.06.0	1.11.0	1.22.0
	4級	4泳法中の1泳法を標準記録内で完泳	25m バタフライ	.39.0	.33.0	.29.0	.25.0	.22.0	.20.0	.24.0	.26.0	.28.0	.31.0	.33.0	.35.0
			25m 平 泳 ぎ	.44.0	.39.0	.35.0	.30.0	.25.0	.23.0	.27.0	.30.0	.32.0	.35.0	.37.0	.40.0
			25m ク ロ ール	.35.0	.31.0	.27.0	.24.0	.20.0	.18.0	.22.0	.25.0	.27.0	.29.0	.32.0	.35.0
			25m 背 泳 ぎ	.40.0	.35.0	.31.0	.27.0	.23.0	.21.0	.25.0	.27.0	.30.0	.32.0	.35.0	.38.0
	5級	4泳法中の1泳法を標準記録内で完泳	25m バタフライ	.48.0	.43.0	.38.0	.33.0	.27.0	.25.0	.30.0	.33.0	.35.0	.38.0	.41.0	.44.0
			25m 平 泳 ぎ	.49.0	.44.0	.39.0	.34.0	.28.0	.26.0	.31.0	.34.0	.36.0	.39.0	.42.0	.45.0
			25m ク ロ ール	.40.0	.35.0	.31.0	.27.0	.23.0	.20.0	.25.0	.28.0	.30.0	.33.0	.36.0	.40.0
			25m 背 泳 ぎ	.45.0	.40.0	.35.0	.30.0	.25.0	.24.0	.28.0	.31.0	.34.0	.36.0	.39.0	.43.0
	6級	4泳法中の1泳法を標準記録内で完泳	25m バタフライ	.53.0	.48.0	.43.0	.38.0	.32.0	.30.0	.35.0	.38.0	.40.0	.43.0	.46.0	.49.0
			25m 平 泳 ぎ	.54.0	.49.0	.44.0	.39.0	.33.0	.31.0	.36.0	.39.0	.41.0	.44.0	.47.0	.50.0
			25m ク ロ ール	.45.0	.40.0	.36.0	.32.0	.28.0	.25.0	.30.0	.33.0	.35.0	.38.0	.41.0	.45.0
			25m 背 泳 ぎ	.50.0	.45.0	.40.0	.35.0	.30.0	.29.0	.33.0	.36.0	.39.0	.41.0	.44.0	.48.0
	7級	4泳法中の1泳法を標準記録内で完泳	25m バタフライ	.58.0	.53.0	.48.0	.43.0	.37.0	.35.0	.40.0	.43.0	.45.0	.48.0	.51.0	.54.0
			25m 平 泳 ぎ	.59.0	.54.0	.49.0	.44.0	.38.0	.36.0	.41.0	.44.0	.46.0	.49.0	.52.0	.55.0
			25m ク ロ ール	.50.0	.45.0	.41.0	.37.0	.33.0	.30.0	.35.0	.38.0	.40.0	.43.0	.46.0	.50.0
25m 背 泳 ぎ			.55.0	.50.0	.45.0	.40.0	.35.0	.34.0	.38.0	.41.0	.44.0	.46.0	.49.0	.53.0	