

(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 子	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 泳法を標準記録以内で完泳	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 泳法を標準記録以内で完泳	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 泳法を標準記録以内で完泳	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 泳法を標準記録以内で完泳	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 泳法を標準記録以内で完泳	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 子	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 泳法を標準記録以内で完泳	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 泳法を標準記録以内で完泳	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 泳法を標準記録以内で完泳	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 泳法を標準記録以内で完泳	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 泳法を標準記録以内で完泳	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