

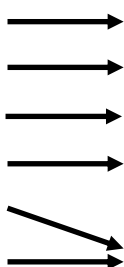
進級基準変更のお知らせ

平素は当スクールにご理解ご協力を賜り誠にありがとうございます。

この度2022年4月より、より良く段階を踏んで泳法を習得することと、スムーズな進級を目指すことを目的として、進級基準を変更させていただくこととなりました。

今後も引き続き、我々が掲げる「主体性・社会性・協調性・運動機能・心肺機能と免疫力」の5つの成長と、確かな泳力が身につく指導に邁進してまいります。今後ともご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

級	旧 進級基準項目
カニ (20級)	顔の表面を水に浸ける
アシカ (20級)	自分で頭まで水中に潜る
ラッコ (19級)	板伏浮き・ポビング
イルカ (19級)	伏浮き・背浮き
18	ポビング 5m
17	板面かぶりキック(板グライドキック)5m
16	面かぶりキック(グライドキック)・背浮き 7m
15	板キック (顔上げ) 12.5m・背面キック5m
14	板面かぶりクロール (ノープレクロール) 7m
13	面かぶりクロール (ノープレクロール) 7m
12	板クロール12.5m
11	クロール12.5m
10	クロール25m
9	背面キック25m (手を挙げて)
8	背泳ぎ25m
7	顔上げ平泳ぎ板キック 12.5mヘルパー
6	平泳ぎ板キック 25m (呼吸)
5	平泳ぎ 25m
4	ドルフィンキック12.5m
3	バタフライ 12.5m
2	バタフライ 25m
1	クロール 50m タイム測定
シルバー	クロール 100m タイム測定
ゴールド	個人メドレー 100m タイム測定
SP	4泳法+100m個人メドレーの中からタイム測定
SP4	4泳法+100m個人メドレーの中からタイム測定
SP3	4泳法+100m個人メドレーの中からタイム測定
SP2	4泳法+100m個人メドレーの中からタイム測定
SP1	4泳法+100m個人メドレーの中からタイム測定



級	新 進級基準項目
21	水中で息を止める・顔つけ3秒
20	水中で目を開ける・頭まで水中に潜る
19	板伏浮き・水中で息をはく
18	伏浮き・ポビング(鼻からぶくぶく)
17	板グライドキック 5m以上
16	グライドキック 5m以上
15	板キック (顔上げ) 10m以上
14	板キック 12.5m (呼吸)
13	ノープレ(息継ぎなし)クロール 8m以上
12	クロール12.5m (ヘルパー)
11	クロール12.5m
10	クロール25m
9	背面キック25m (きをつけの姿勢)
8	背泳ぎ25m
7	顔上げ平泳ぎ板キック 12.5mヘルパー
6	平泳ぎ板キック 25m (呼吸)
5	平泳ぎ 25m
4	片手バタフライ12.5m (前呼吸・左右交互) 毎回呼吸
3	バタフライ 12.5m
2	バタフライ 25m
1	クロール 25m タイム測定
シルバー	背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライの中からタイム測定
ゴールド	クロール 50m タイム測定
SP4	背泳ぎ 50m タイム測定
SP3	平泳ぎ 50m タイム測定
SP2	バタフライ 50m タイム測定
SP1	個人メドレー 100m タイム測定
SPC	種目を選択しベストタイムへチャレンジ

※SPC…エスピーチャレンジ

旧 進級基準項目

1	クロール 50m 1分	
シルバー	100mクロール	
	10歳以下	2'00"
	11・12歳以下	1'45"0
	13歳以上	1'30"0
ゴールド	100m個人メドレー	
	10歳以下	2'30"0
	11・12歳以下	2'15"0
	13歳以上	2'00"0

【10歳以下】	SP4	SP3	SP2	SP1
クロール	51"0	48"0	45"0	42"0
背泳ぎ	56"0	53"0	50"0	47"0
平泳ぎ	1'01"00	58"0	55"0	52"0
バタフライ	55"0	52"0	49"0	46"0
100m個人メドレー	1'57"0	1'52"0	1'47"0	1'42"0

【11・12歳以下】	SP4	SP3	SP2	SP1
クロール	45"0	42"0	39"0	36"0
背泳ぎ	49"0	46"0	43"0	44"0"0
平泳ぎ	54"0	51"0	48"0	45"0
バタフライ	48"0	45"0	42"0	39"0
100m個人メドレー	1'42"0	1'37"0	1'32"0	1'27"0

【13歳以上】	SP4	SP3	SP2	SP1
クロール	43"0	40"0	37"0	34"0
背泳ぎ	47"0	44"0	41"0	38"0
平泳ぎ	52"0	49"0	46"0	43"0
バタフライ	46"0	43"0	40"0	37"0
100m個人メドレー	1'39"0	1'34"0	1'29"0	1'24"0

新 進級基準項目

1	クロール 25m 31秒	
シルバー 1種目選択	背泳ぎ 25m	40秒
	平泳ぎ 25m	44秒
	バタフライ 25m	43秒
ゴールド	クロール 50mタイム	
	小学2年生以下	1'07"0
	小学3・4年生	③1'03"0 ④1'00"0
	小学5・6年生	⑤56"0 ⑥53"0
	中学生以上	50"0
SP4	背泳ぎ 50mタイム	
	小学2年生以下	1'12"0
	小学3・4年生	③1'08"0 ④1'04"0
	小学5・6年生	⑤1'01"0 ⑥58"0
	中学生以上	56"0
SP3	平泳ぎ 50mタイム	
	小学2年生以下	1'15"0
	小学3・4年生	③1'11"0 ④1'07"0
	小学5・6年生	⑤1'04"0 ⑥1'01"0
	中学生以上	59"0
SP2	バタフライ 50mタイム	
	小学2年生以下	1'10"0
	小学3・4年生	③1'06"0 ④1'02"0
	小学5・6年生	⑤59"0 ⑥56"0
	中学生以上	54"0
SP1	個人メドレー 100mタイム	
	小学2年生以下	2'20"0
	小学3・4年生	③2'12"0 ④2'04"0
	小学5・6年生	⑤1'58"0 ⑥1'52"0
	中学生以上	1'48"00
SPC	種目を選択しベストタイムへチャレンジ	

【級の引継ぎについて】

基本的には4月1日時点でお持ちの級のまま受講いただきますが、現在の20級（カニ級）～18級までの受講生については、テスト項目の調整にともない、級の移行がございます。進級基準表のご確認をお願いいたします。移行に伴ってワッペンの変更が必要な受講生には、4月の教室初講日に新しいワッペンをお渡しいたします。

【進級テストについて】

進級基準の変更は4月1日より行います。3月実施の進級テストについては、現在の進級基準に沿って行います。