

2024

オータム・チャレンジ・スポーツ

記録会 兼 泳力検定会

泳力
検定

参加費：1人1,000円（2種目まで）

※16歳以上の方は、別途施設利用料が必要です。

※「認定証・認定バッジ」を希望する方は、1種目につき別途1,000円。
後日のお渡しとなるため、再度長居プールにお越しください。



今年も開催します！
自己ベストの更新に
チャレンジしよう🔥



認定証とバッジで、努力をカタチに

目標に向かって頑張った証として、合格者には
日本水泳連盟公認の認定証、バッジが授与さ
れます。履歴書にも記載することができます。



お気軽にお申込みください

日時

10月14日（月・祝）11：00～14：00（年齢区分別）

定員

25m以上を泳げる小学生以上50名
（大人16歳以上・子ども15歳以下各25名）

場所

長居プール 3レーン

申込

9月16日（月・祝）9：30～
申込用紙と参加費を添えて、窓口にてお申込みください。

持ち物

水着、水泳キャップ、ゴーグル、タオルなど



お問合せ【長居プール 06-6609-1580】

一般財団法人大阪スポーツみどり財団

長居プール 2024 記録会兼泳力検定会

- 1.主催 長居わくわくパークプロジェクトチーム（一般財団法人大阪スポーツみどり財団）
2.期日 令和6年（2024年）10月14日（月・祝）11時～14時（年齢区分別）
3.会場 長居プール 3レーン
4.参加対象 25m以上泳げる小学生以上（大人16歳以上、子ども15歳以下各25名）※先着順
5.申込制限 1人2種目まで
6.検定方法 検定の可否の判定基準は、裏面の泳力検定基準タイム以内でかつ日本水泳連盟競技規則に違反しない泳ぎであること。ただし、スタート方法は水中から壁を蹴って行う。
7.申込方法 申込書・誓約書に記入の上（年齢は検定当日の満年齢）、参加費を添えて窓口にてお申込みください。「認定証・認定バッジ」を希望する方は、1種目につき認定料（1,000円）を添えて、当日17時までに窓口にてお申込みください。後日プールでお渡しいたします。（11月中旬以降の見込み）
8.参加費 1人1,000円（2種目まで）※16歳以上の方は、別途施設利用料が必要です。
9.申込期日 令和6年（2024年）9月16日（月・祝）9:30～10月6日（日）20:00
10.キャンセル お申込み後のキャンセルはお受けできません。参加費は返金いたしませんので予めご了承ください。欠席される場合は長居プールまでご連絡ください。【06-6609-1580】
11.その他 本検定で取得した個人情報、個人情報保護法に基づき適正に管理し、記録会兼検定会のプログラムおよび合格者公表の資料として活用されます。

切り取り

長居プール 2024 記録会兼泳力検定会 申込書 兼 誓約書

フリガナ		男・女	申込日	2024年	月	日
氏名		生年月日	年	月	日生	歳
住所		TEL				
備考	【参加】	初めて・2回目以上	【教室】	()	クラス	
申込種目を 右から選んで ください	200m個人メドレー ^{※1}		100m個人メドレー ^{※1}			
	50m自由形	50m背泳ぎ	50m平泳ぎ	50mバタフライ		
	25m自由形	25m背泳ぎ	25m平泳ぎ	25mバタフライ		
	25mバタ足 ^{※2}	25mビーフィン（大人経験者のみ） ^{※2}				
	（※1 泳力検定合格の見込みがある場合に限る		※2 泳力検定の対象ではありません）			
1種目目	m	エントリータイム	分	秒		
2種目目	m	エントリータイム	分	秒		
参加費	1,000円	（お1人2種目まで同額）		※検定料は別途、当日の申込み		

私は、個人情報の活用を承諾し記録会兼泳力検定会の申込をいたします。また記録会兼泳力検定会には、事故の責任において健康管理を行い、万全の体調で参加することを誓約いたします。

申込者氏名

Ⓜ 保護者氏名

Ⓜ

公益財団法人 日本水泳連盟 泳力検定基準表

2017年7月1日改訂

性	級	内 容	種 目	6歳以下	7~8歳	9~10歳	11~12歳	13~14歳	15~19歳	20~29歳	30~39歳	40~49歳	50~59歳	60~69歳	70歳以上	
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	