

# 公益財団法人 日本水泳連盟



# 泳力検定会



## 目指せ、自己ベスト！！

泳力検定は、泳法とタイムによって級が認定されるものです。日々頑張っている成果が、認定証とバッジとしてカタチに残ります。25mを泳げるすべての人がご参加できますので、この機会にぜひチャレンジしてみましょう！！

主催 公益財団法人 日本水泳連盟  
主管 ヴィムスポーツアベニュー  
期日 2020年2月11日(火・祝)  
14:30~18:00

北京オリンピック銅メダリスト

佐藤 久佳 さん

ロンドンオリンピック銅メダリスト

加藤 ゆか さん

会場 ヴィムスポーツアベニュー プール

(16:30~競泳オリンピックメダリストによるスペシャルレッスン)

(14:30~16:00まではプール利用は検定受講者のみになります)

受験資格 クラブメンバー及びゲスト・スイミングスクール会員及び非会員(1人1種目迄)  
※ゲスト及び非会員の方は事前にスイミングスタッフまでお問い合わせください

定員 定員100名

申込方法 所定の申込用紙に必要事項をご記入の上、検定料を添えて  
フロントにお申込みください

料金 検定料550円(税込)

認定料700円(税込)※認定料は検定終了後、合格者のみお支払いいただきます

申込締切日 2020年2月9日(日)

(但し、定員になり次第締切とさせていただきます)

その他 ◆受験者は、必ず水着と水泳帽子、タオルをご持参ください

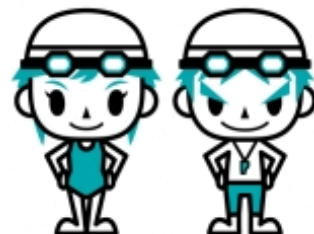
◆泳力検定会についてご質問等ございましたら、スイミングスタッフまで  
お問い合わせください

◆認定証とバッジは後日お渡しとなります

年齢、種目、級によって設定タイムが違います！  
下記QRコードで確認してください！  
ぜひご自身の泳力アップの目標にしてください！  
日々の成果を、ヴィムで発揮しましょう！！



当日のタイムテーブルは2/7以降  
ホームページ又はLINE、facebookで  
ご確認ください



# 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	7~9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	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	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	
	4級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	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	
			25mバタフライ	39.0	33.0	29.0	25.0	24.0	22.0	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	
	5級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	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	
			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	
	6級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	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		
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	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		
男	1級	200m個人メドレーを標準記録以内で完泳	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	
			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	
	2級	100m個人メドレーを標準記録以内で完泳	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	
			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	
	3級	4泳法中の1泳法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	
			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	
	4級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	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	
			25mバタフライ	39.0	33.0	29.0	25.0	22.0	20.0	24.0	26.0	29.0	32.0	35.0	38.0	45.0
5級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25m平泳ぎ	44.0	39.0	35.0	30.0	25.0	23.0	26.0	29.0	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		
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	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		
7級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	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		
		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		