

レベル基準表



個人メドレー

30	200m個人メドレーを泳ぐことができる (制限タイム)	29a	200m個人メドレーが泳げる (制限タイム+10秒)	29b	200m個人メドレーが泳げる (制限タイム+20秒)	29c	200m個人メドレーが泳げる (制限タイム+30秒)
29	クロールで200m泳ぐことができる						
28	100m個人メドレーを泳ぐことができる (制限タイム)	27a	100m個人メドレーが泳げる (制限タイム+10秒)	27b	100m個人メドレーが泳げる (制限タイム+20秒)	27c	100m個人メドレーが泳げる (制限タイム+30秒)
27	バタフライで50m泳ぐことができる	26a	バタフライのスタートとターンができる				
26	平泳ぎで50m泳ぐことができる	25a	平泳ぎのスタートとターン (ひとかけひとけり) ができる				



バタフライ チャレンジ

25	バタフライで25m泳ぐことができる						
24	初歩的なバタフライができる	12.5m					
23	バタフライキックができる	12.5m					
22	背泳ぎで50m泳ぐことができる (クイックターン付)	21a	背泳ぎのターンができる	21b	背泳ぎのスタートができる		
21	クロールで50m泳ぐことができる (クイックターン付)	20a	クロールのクイックターンができる	20b	前回りができる	20c	クロールのスタートができる (ストリームライン)



平泳ぎ チャレンジ

20	平泳ぎで 25m泳ぐことができる							
19	初歩的な平泳ぎができる	12.5m						
18	平泳ぎのけのびキックができる	12.5m						
17	平泳ぎの 板キックができる	12.5m	16a	補助つき平泳ぎの 板キックができる	16b	平泳ぎキックで進む ことができる	16c	平泳ぎの腕かけキック またはスタンダードキック ができる
16	クロールと背泳ぎを連続して 50m泳ぐことができる							



背泳ぎ チャレンジ

15	背泳ぎで25m泳ぐことができる						
14	初歩的な背泳ぎができる	12.5m					
13	カウント背泳ぎができる	12.5m					
12	背面キックで25m泳ぐことができる (ストリームライン)						
11	板キックが50m泳ぐことができる						



クロール チャレンジ

10	クロールで25m泳ぐことができる							
9	初歩的なクロールができる	12.5m						
8	ノーブレイクロールができる	7a	ロールスィムができる	7b	呼吸つけのびキックができる	7c	背面キックができる	
7	板キックが25m泳ぐことができる	6a	呼吸つき板キックができる	6b	水中で出るこができる	6c	背面キックができる	
6	けのびキックができる	5m	5a	ひとりですべての泳ぎで進むことができる	5b	板キックができる	5c	呼吸つき自由泳ぎができる



セーフティ

5	連続ボンピングができる	4a	自由泳ぎができる	4b	背面泳ぎができる	4c	プールの壁まで進むことができる (補助付)
4	ひとりでもぐることができる (セフティの上で)	3a	ボンピングができる	3b	手足を自由に泳ぐことができる	3c	補助背泳ぎができる
3	ひとりですくることができる	2a	坂道ウニウニができる	2b	カニカニもぐりができる	2c	ウニウニができる
2	顔をつけることができる	1a	カニカニができる	1b	セフティの上を歩くことができる	1c	壁かけキックが元氣よくできる
1	プールにひとりで入ることができる						

進級タイム基準表

項目 年 齢	100m 個人メドレー				クロール 200m 完 泳	200m 個人メドレー			
	27 _C	27 _B	27 _A	28	29	29 _C	29 _B	29 _A	30
6才以下	3-05-0	2-55-0	2-45-0	2-35-0		5-15-0	5-05-0	4-55-0	4-45-0
7才	3-00-0	2-50-0	2-40-0	2-30-0		5-10-0	5-00-0	4-50-0	4-40-0
8才	2-55-0	2-45-0	2-35-0	2-25-0		5-05-0	4-55-0	4-45-0	4-35-0
9才	2-50-0	2-40-0	2-30-0	2-20-0	制限タイム なし	5-00-0	4-50-0	4-40-0	4-30-0
10才	2-45-0	2-35-0	2-25-0	2-15-0		4-50-0	4-40-0	4-30-0	4-20-0
11才	2-40-0	2-30-0	2-20-0	2-10-0		4-40-0	4-30-0	4-20-0	4-10-0
12才以上	2-35-0	2-25-0	2-15-0	2-05-0		4-30-0	4-20-0	4-10-0	4-00-0

■ タイム基準は、NSI グループスイミングスクールすべてに共通です。

■ 制限タイムをクリアすると、飛び級もあります。

*** * * * *
 * レベル30以上制限タイム *
 * 基準表 *
 * * * * *
 * * * * *
 レベル R・A・AA・AAA

Fight!



年 齢	レベル	クロール 50m	クロール 100m	背泳ぎ 50m	平泳ぎ 50m	バタフライ 50m	個人メドレー 100m	個人メドレー 200m
6才以下	R	1-02-0	2-12-0	1-13-0	1-17-0	1-12-0	2-38-0	4-50-0
	A	58-0	2-05-0	1-08-0	1-13-0	1-08-0	2-33-0	4-42-0
	AA	54-0	2-00-0	1-04-0	1-08-0	1-03-0	2-25-0	4-36-0
	AAA	50-0	1-53-0	59-0	1-02-0	59-0	2-15-0	4-30-0
7 オ	R	1-00-0	2-10-0	1-11-0	1-15-0	1-10-0	2-35-0	4-40-0
	A	56-0	2-02-0	1-05-0	1-11-0	1-06-0	2-28-0	4-35-0
	AA	53-0	1-58-0	1-01-0	1-06-0	1-00-0	2-20-0	4-30-0
	AAA	48-0	1-50-0	57-0	1-00-0	57-0	2-13-0	4-25-0
8 オ	R	57-0	2-00-0	1-06-0	1-10-0	1-05-0	2-25-0	4-35-0
	A	54-0	1-54-0	1-03-0	1-07-0	1-02-0	2-20-0	4-28-0
	AA	50-0	1-50-0	59-0	1-03-0	58-0	2-15-0	4-22-0
	AAA	46-0	1-44-0	55-0	59-0	54-0	2-10-0	4-15-0
9~10才	R	55-0	1-53-0	1-03-0	1-07-0	1-02-0	2-15-0	4-17-0
	A	52-0	1-48-0	1-00-0	1-04-0	58-0	2-10-0	4-11-0
	AA	48-0	1-43-0	56-0	1-00-0	54-0	2-05-0	4-04-0
	AAA	44-0	1-37-0	52-0	56-0	50-0	2-00-0	3-58-0
11~12才	R	52-0	1-50-0	1-00-0	1-04-0	59-0	2-05-0	3-57-0
	A	49-0	1-45-0	57-0	1-01-0	56-0	2-00-0	3-50-0
	AA	45-0	1-40-0	53-0	57-0	52-0	1-55-0	3-42-0
	AAA	41-0	1-33-0	49-0	53-0	48-0	1-50-0	3-36-0
13才以上	R	49-0	1-48-0	57-0	1-01-0	56-0	1-55-0	3-52-0
	A	46-0	1-42-0	54-0	58-0	53-0	1-50-0	3-46-0
	AA	42-0	1-36-0	50-0	54-0	49-0	1-45-0	3-38-0
	AAA	38-0	1-30-0	46-0	50-0	45-0	1-40-0	3-30-0

R級 ...	50mクロール	+	チョイス		
A級 ...	50mクロール	+	100m個人メドレー	+	チョイス
AA級 ...	100mクロール	+	200m個人メドレー	+	チョイス
AAA級 ...	チョイス	+	チョイス	+	チョイス

* R級・A級・AA級・AAA級 はすべて制限タイムあり *

FIN'S SWIMMING SCHOOL