

性別・年齢区分進級標準タイム(5級から1級)

5 級 練 習				
性別	女 子			
距離	50M			
種目	背 泳 ぎ			
年齢	8歳以下	9歳・10歳	11歳・12歳	13歳以上
タイム	1-10-0	1-05-0	1-02-0	58-0

5 級 練 習				
性別	男 子			
距離	50M			
種目	背 泳 ぎ			
年齢	8歳以下	9歳・10歳	11歳・12歳	13歳以上
タイム	1-10-0	1-05-0	1-01-0	55-0

4 級 練 習				
性別	女 子			
距離	50M			
種目	ク ロ ール			
年齢	8歳以下	9歳・10歳	11歳・12歳	13歳以上
タイム	1-05-0	1-00-0	53-0	50-0

4 級 練 習				
性別	男 子			
距離	50M			
種目	ク ロ ール			
年齢	8歳以下	9歳・10歳	11歳・12歳	13歳以上
タイム	1-05-0	1-00-0	50-0	48-0

3 級 練 習				
性別	女 子			
距離	50M			
種目	平 泳 ぎ			
年齢	8歳以下	9歳・10歳	11歳・12歳	13歳以上
タイム	1-15-0	1-10-0	1-05-0	1-03-0

3 級 練 習				
性別	男 子			
距離	50M			
種目	平 泳 ぎ			
年齢	8歳以下	9歳・10歳	11歳・12歳	13歳以上
タイム	1-15-0	1-10-0	1-03-0	1-00-0

2 級 練 習				
性別	女 子			
距離	50M			
種目	バ タ フ ラ イ			
年齢	8歳以下	9歳・10歳	11歳・12歳	13歳以上
タイム	1-20-0	1-07-0	1-03-0	1-00-0

2 級 練 習				
性別	男 子			
距離	50M			
種目	バ タ フ ラ イ			
年齢	8歳以下	9歳・10歳	11歳・12歳	13歳以上
タイム	1-20-0	1-07-0	1-00-0	57-0

1 級 練 習				
性別	女 子			
距離	100M			
種目	個 人 メ ド レ ー			
年齢	8歳以下	9歳・10歳	11歳・12歳	13歳以上
タイム	2-20-0	2-10-0	2-00-0	1-50-0

1 級 練 習				
性別	男 子			
距離	100M			
種目	個 人 メ ド レ ー			
年齢	8歳以下	9歳・10歳	11歳・12歳	13歳以上
タイム	2-20-0	2-10-0	1-55-0	1-45-0

- 5級から1級までは、下の級から合格をしなくてはならない。
但し、タップ以外のスイミングからの転校者は、体験を受講後決定する。
- スタート・ターンの方法はタップカリキュラムに組んだものとする。
- 5級以上は、日本水泳連盟の競技規則を厳格に適用する。