

# 公益財団法人 日本水泳連盟 泳力検定基準表

2011年4月1日改訂

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