

# 進級基準

級	目標テスト項目
カメ	口からバブリング
メダカ	顔つけ
カエル	頭まで潜る
カニ	けのび3秒(小ビート板有)
アヒル	ポピングジャンプ3回
イルカ	けのび7秒
クジラ	グライドキック7m
18級	ビート板キック 12.5m折り返し
17級	背面キック 12.5m折り返し
16級	背面グライドキック 12.5m折り返し
15級	背泳ぎ 12.5m折り返し
14級	ノープレクロール 10m折り返し
13級	クロール 12.5m折り返し
12級	背泳ぎ 25m
11級	クロール 25m
10級	平泳ぎキック 25m(ビート板有)
9級	平泳ぎ 25m
8級	バタフライキック 25m
7級	バタフライ 25m
6級	背泳ぎ 50m完泳
5級	クロール 50m完泳
4級	平泳ぎ 50m完泳
3級	バタフライ 50m完泳
2級	個人メドレー 100m完泳
1級	個人メドレー 200m完泳
S1級	背泳ぎ 50mタイム測定
S2級	クロール 50mタイム測定
S3級	平泳ぎ 50mタイム測定
S4級	バタフライ 50mタイム測定
S5級	100mタイム測定(種目選択)
SX級	自己ベスト方式 タイム測定(種目選択)