

泳力進級基準表

級	ヘルパー	種目内容		ワッペン
D	C	2	顔付け・水中歩行・立ち飛び込み(補助付)	ピンク1
C	B	2	立ち飛び込み・水中もぐり・板キック・背面浮き	ピンク2
B	A	2	板キック10M・浮身・背面キック5M(ひとりで起きられる)	ピンク3
A	1	2	板キック25M・ノーブレキック5M	赤1
1	2	2	背面キック 25M	赤2
2	3	2	背泳ぎ 25M	赤3
3	4	2	ノーブレクロール 10M	黄1
4	5	1	クロール 25M	黄2
5	6		背泳ぎ 25M(スタート)	黄3
6	7		クロール 25M(スタート)	緑1
7	8	2 0	平泳ぎ 25M(スタート)	緑2
8	9		バタフライ 25M(スタート)	緑3
9	10		50M クロール タイム 1分05秒99(ターン)	紺1
10	11		50M 背泳ぎ タイム 1分10秒99(ターン)	紺2
11	12		50M 平泳ぎ タイム 1分15秒99(ターン)	紺3
12	13		50M バタフライ タイム 1分20秒99(ターン)	紺4
13	14		100M 個人メドレー タイム 2分15秒99(ターン)	銀
14	15		200M 個人メドレー タイム 4分30秒99(ターン)	金

アウルスイミングクラブ木更津

木更津市潮見3 - 8

0438 - 25 - 3181