

第 3 9 回 泳力検定会実施要項

1. 目 的 (公財)日本水泳連盟が全国統一の泳力検定基準と個人の泳力認定に関するこ
とを定め、水泳愛好者に対する目標設定と泳カレベルの向上及び安全水泳
の普及を通し、生涯スポーツの振興に寄与することを目的とする。
2. 主 催 苫小牧水泳協会
3. 検 定 者 水泳上級コーチ、水泳コーチ、基礎水泳コーチ
4. 後 援 苫小牧市教育委員会 ・ (公財)苫小牧市スポーツ協会
5. 期 日 2025年2月2日(日) ・受付開始 11:30~12:00 (予定)
・ア ッ プ 12:15~12:45 (予定)
6. 会 場 アブロス日新温水プール ・検定開始 13:00~14:00 (予定)
〒053-0833 苫小牧市日新町2丁目2-41
(Tel 0144-72-4409)
7. 参加資格 苫小牧市内在住及びその近郊の者
泳力検定への参加に(公財)日本水泳連盟の選手登録等は必要ありません。
8. 申込制限 一人 3種目まで
9. 検定方法 (1) 泳力検定受検者は、定期的に水泳の練習を行っている健康な者とする。
(2) 泳力検定は、1コース1名で行う。
(3) 泳力検定は原則として7級より受検するものとするが、受検者の技能
により上位級への飛び級受検を認める。
(4) 検定の可否の判定基準は、別に定める泳力検定基準表 標準記録以内
で完泳、かつ(公財)日本水泳連盟競泳競技規則に違反しない泳ぎであ
ること。但し、スタート方法は、①水中から壁を蹴って ②スタート
台横から飛び込み ③スタート台から飛び込みの何れでもよい。
※ 25mは折り返し側のスタートとする。(スタート台は無し)
(5) 泳力検定会における自由形泳法は、クロール泳法とする。
(6) 泳力検定受検者の年齢区分は、検定日当日の満年齢とする。

10. 実施順序

級	種 目	内 容	
4級～7級	25m	クロール	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳
		平泳ぎ	
		バタフライ	
		背泳ぎ	
3級	50m	クロール	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳
		平泳ぎ	
		バタフライ	
		背泳ぎ	
2級	100m	個人メドレー	100m IMを標準記録以内で完泳
1級	200m	個人メドレー	200m IMを標準記録以内で完泳

※ 泳力検定基準表(2017年7月1日改訂)は別表参照

公益財団法人日本水泳連盟 泳力検定基準表

2017年7月1日改訂

性	級	内 容	種 目	6歳以下	7~8歳	9~10歳	11~12歳	13~14歳	15~19歳	20~29歳	30~39歳	40~49歳	50~59歳	60~69歳	70歳以上	
女	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	
6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	53.0	48.0	43.0	38.0	35.0	32.0	36.0	39.0	42.0	45.0	50.0	1:03.0	
	25m平泳ぎ		54.0	49.0	44.0	39.0	36.0	33.0	37.0	40.0	43.0	46.0	51.0	54.0		
	25mクロール		45.0	40.0	36.0	32.0	29.0	28.0	31.0	34.0	36.0	39.0	42.0	45.0		
	25m背泳ぎ		50.0	45.0	40.0	35.0	33.0	30.0	34.0	37.0	40.0	42.0	45.0	50.0		
7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	58.0	53.0	48.0	43.0	40.0	37.0	41.0	44.0	47.0	50.0	55.0	1:08.0	
	25m平泳ぎ		59.0	54.0	49.0	44.0	41.0	38.0	42.0	45.0	48.0	51.0	56.0	59.0		
	25mクロール		50.0	45.0	41.0	37.0	34.0	33.0	36.0	39.0	41.0	44.0	47.0	50.0		
	25m背泳ぎ		55.0	50.0	45.0	40.0	38.0	35.0	39.0	42.0	45.0	47.0	50.0	55.0		
男	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	4:30.0	
	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	28.0	30.0	32.0	35.0	
		25m背泳ぎ		40.0	35.0	31.0	27.0	23.0	21.0	25.0	28.0	31.0	34.0	36.0	39.0	
	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	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	
6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	53.0	48.0	43.0	38.0	32.0	30.0	35.0	38.0	40.0	43.0	46.0	49.0	
	25m平泳ぎ		54.0	49.0	44.0	39.0	33.0	31.0	36.0	39.0	41.0	44.0	47.0	50.0		
	25mクロール		45.0	40.0	36.0	32.0	28.0	25.0	30.0	33.0	35.0	38.0	41.0	45.0		
	25m背泳ぎ		50.0	45.0	40.0	35.0	30.0	29.0	33.0	36.0	39.0	41.0	44.0	48.0		
7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	58.0	53.0	48.0	43.0	37.0	35.0	40.0	43.0	45.0	48.0	51.0	54.0	
	25m平泳ぎ		59.0	54.0	49.0	44.0	38.0	36.0	41.0	44.0	46.0	49.0	52.0	55.0		
	25mクロール		50.0	45.0	41.0	37.0	33.0	30.0	35.0	38.0	40.0	43.0	46.0	50.0		
	25m背泳ぎ		55.0	50.0	45.0	40.0	38.0	35.0	40.0	43.0	46.0	49.0	52.0	55.0		

泳力検定会

氏名	生年月日			年齢
	西暦	年	月	日生
				歳

(2025年2月2日の満年齢を記入してください)

エントリー種目(種目は○印)		泳力検定受験有無	
①	M	自由形・背泳ぎ	泳力検定受験級をご記入ください 級
		バタフライ・平泳ぎ	
		個人メドレー	
②	M	自由形・背泳ぎ	泳力検定受験級をご記入ください 級
		バタフライ・平泳ぎ	
		個人メドレー	
③	M	自由形・背泳ぎ	泳力検定受験級をご記入ください 級
		バタフライ・平泳ぎ	
		個人メドレー	

申込金内訳	個人種目参加料	500 ×	種目 =	円
	プログラム 予約料	600 ×	部 =	円
	泳力検定登録料	1,500 ×	種目 =	円
			合計金額	円

* 泳力検定受験者は、申込み時に登録料 **1,500円**のお支払いをお願い致します。

尚、泳力検定不合格となった場合は、後日登録料を返金させていただきます。

* プログラムは検定会を受験する全選手の組とレーンが記載されたものが1冊になったものです。

プログラムは必要に応じてご購入をご検討下さい。

* 小中学生は、保護者氏名のご記入をお願い申し上げます。

保護者氏名 _____

* 沼ノ端締切 … 12月17日(火) 期限厳守 (料金を添えてお申込み下さい)