

ときわスイミング進級基準

	級	小・中学生進級基準	級	幼児進級基準	主なねらい	合格賞
初級Ⅰ	17級	プールマナー	カメ(赤)	かお洗い	プールマナー・水慣れ練習	
	16級	かおつけ・バブリング	カメ(青)	かおつけ	かおつけ・バブリング(息はき)練習	
			カメ(黄)	かおつけ5秒		
	15級	目開け・もぐりっこ	カニ(赤)	もぐり5秒	水の中にもぐる	
			カニ(青)	目開け	目を開ける	
	14級	ボビング	カニ(黄)	ボビング	ボビング(呼吸)練習	
			クラゲ(赤)	くらげ・だるま浮き10秒	水の中での身のこなしの練習	
	13A級	けのび	クラゲ(青)	うきみ	水泳の基本姿勢	
			クラゲ(黄)	けのび	水泳の基本姿勢	ワッペン・終了証
	13B級	背浮き	イルカ(赤)	背浮き	水泳の基本姿勢・キックの練習	
12A級	板なしキック6m	イルカ(青)	ビート板キック5m	呼吸つきのキックの練習		
		イルカ(黄)	板なしキック6m	キックの練習		
		クジラ(赤)	ビート板キック12.5m	呼吸つきのキックの練習		
		クジラ(青)	板背浮きキック6m	上向きのキックの練習		
12B級	板背浮きキック6m	クジラ(黄)	ビート板キック2.5m	呼吸つきのキックの練習		
Ⅱ	11級	ノーブレイククロール8m・背浮きキック10m			クロールの腕の動作と呼吸法の練習	
	10級	クロール12.5m			キックと腕と呼吸の協応動作	
	9級	クロール2.5m・背泳ぎキック12.5m			16級から10級までの反復練習	
	級	進級基準	合格基準タイム	主なねらい	合格賞	
中級	8A級	背泳ぎキック2.5m				
	8B級	背泳ぎ2.5m・クロール2.5m		クロール2.5m・40秒	各泳法のキック動作・腕動作・	
	7A級	平泳ぎキック2.5m			呼吸動作を各泳ぎの基本姿勢	ワッペン・終了証
	7B級	平泳ぎ2.5m・クロール50m			の中での練習	
	6A級	バタフライキック2.5m				
	6B級	バタフライ2.5m・クロール2.5m		クロール2.5m・30秒		
	級	進級基準	合格基準タイム	主なねらい	合格賞	
上級	5級	100m個人メドレー		3分00秒0		
	4級	100m個人メドレー		2分30秒0	4泳法で100mを泳ぐ練習	ワッペン・記録証
	3級	100m個人メドレー		2分20秒0		盾・トロフィー
	2級	100m個人メドレー		2分10秒0	4泳法の技術を更にみかく	
	1級	100m個人メドレー		2分00秒0	ことと泳力(体力)の向上	
	C級	100m個人メドレー		1分55秒0	を目指した練習	
	B級	100m個人メドレー		1分50秒0		
	A級	100m個人メドレー		1分45秒0		
	2A級	100m個人メドレー		1分40秒0		
	3A級	100m個人メドレー		1分35秒0		
	S級	100m個人メドレー		1分30秒0		
	2S級	100m個人メドレー		1分25秒0		
	3S級	100m個人メドレー		1分20秒0		