

伊丹スポーツセンター水泳教室 泳力検定項目

級	検定種目	級	検定種目
A級～	各種目50mタイム	15級	ボビング10m以上
1級	100m個人メドレータイム		ヘルパー付き板キックで進める12.5m
2級	平泳ぎ50m	くじら級	けのび3秒以上
	<small>目標タイム11歳以上：1分10秒以内 10歳以下1分15秒以内 8歳以下1分20秒以内</small>		ボビングで5m以上進める（深いプール）
3級	背泳ぎ50m	らっこ級	背浮き3秒以上
	<small>目標タイム11歳以上：1分5秒以内 10歳以下1分10秒以内 8歳以下1分15秒以内</small>		ボビングで3m以上進める（浅いプール）
4級	クロール50m	いるか級	伏し浮き3秒以上
	<small>目標タイム11歳以上：1分以内 10歳以下1分5秒以内 8歳以下1分10秒以内</small>		5回連続でもぐり、呼吸動作をしながらジャンプができる
5級	バタフライ25m	ぺんぎん級	板フロート3秒
5級	ドルフィンキック25m		3回連続でもぐり、呼吸動作ができる
6級	平泳ぎ25m	かえる級	もぐり
7級	平泳ぎキック25m		3回連続呼吸顔つけ
8級	背泳ぎ25m	とびうお級	アームキック10m以上
9級	背面キック25m		顔つけ3秒以上
10級	クロール25m	めだか級	アームキック
11級	クロール12.5m		顔つけ
12級	ノーブルクロール <small>幼児～小学2年生 7m程度 小学3～6年生 10m程度</small>	くらげ級	アーム浮き
13級	板キック25m（Hなし）		バブリング3秒以上
	グライドキック <small>幼児～小学2年生 5m程度 小学3～6年生 7m程度</small>	かめ級	バブリング
14級	ヘルパー付き板キック12.5m	かに級	水なれ
	板グライドキック <small>幼児～小学2年生 7m程度 小学3～6年生 10m程度</small>		

2022年5月 改定