

(公財)藤沢市みらい創造財団 泳力認定進級基準表

段	種目	内容／ポイント
1段	クロール 50m	クロール50mを45秒以内で泳げる
2段	背泳ぎ 50m	背泳ぎ50mを50秒以内で泳げる
3段	平泳ぎ 50m	平泳ぎ50mを50秒以内で泳げる
4段	バタフライ 50m	バタフライ50mを45秒以内で泳げる
5段	100m個人メドレー	個人メドレー100mを1分45秒以内で泳げる
6段	100m個人メドレー	個人メドレー100mを1分35秒以内で泳げる
7段	200m個人メドレー	個人メドレー200mを3分20秒以内で泳げる
8段	200m個人メドレー	個人メドレー200mを3分10秒以内で泳げる
9段	400m個人メドレー	個人メドレー400mを6分15秒以内で泳げる
10段	400m個人メドレー	個人メドレー400mを6分00秒以内で泳げる