

# クラブジュニア泳力認定基準表

# AQLUB Child Swimming Skill Standard (English Version)

## 【C】 「楽しくプールに通うことができる。」

泳力級	泳力認定基準	認定方法
11級	楽しくプールに通うことができる。	2ヵ月毎(奇数月の第3週目)に泳力認定を実施する。
10級	<ul style="list-style-type: none"> <li>みんなと仲良くなってきた。</li> <li>潜ってプールの底のリングを拾うことができる。</li> <li>背の立つ所を歩くことができる。</li> <li>プールフロアの上または間を自在に行き来できる。</li> <li>プールサイドから元気よく飛び込むことができる。</li> <li>みんなで水掛けができる。</li> <li>アームヘルパーを付けて背の立たない所をお散歩できる。</li> <li>顔をつけて水中で息を吐くことができる。</li> <li>ひとりで2~3秒浮くことができる。</li> <li>アドバイザーと一緒にタッチして潜ることができる。</li> <li>水中でジャンプしながら呼吸ができる。(順不同)</li> </ul>	
9級	浮き身6秒以上	
8級	面かぶりキック 7メートル以上	
7級	面かぶりクロール 10メートル以上	
6級	クロール(連続呼吸) 25メートル以上	

## 【C】

Grade	Child Swimming Skill Standard	Certification
Grade 11	Participate in the lesson happily	* We do certification in the 3rd week of odd month
Grade 10	<ul style="list-style-type: none"> <li>Get along with everyone</li> <li>Pick up a ring from the bottom of the pool</li> <li>Walk in the Shallow pool</li> <li>Move between Pool Floors to Floors</li> <li>Dive well from the poolside</li> <li>Pour water each other</li> <li>Play happily with Arm Helper in deep water</li> <li>Exhale in the water</li> <li>Float for 2-3 seconds alone</li> <li>Hug with the instructor and dive (Hold your breath and go underwater with instructor.)</li> <li>Jump several times with breathing in the pool</li> </ul>	
* All of the following grades are, must be in the default swimming form.		
Grade 9	Floating body position	
Grade 8	7m by Flatter Kick with your face immerced (No Breathe)	
Grade 7	10m by Crawl stroke with your face immersed (No Breathe)	
Grade 6	25m by Front Crawl Stroke	

## 【B】 「楽しみながら、基本的競泳技術をマスターする。」

泳力級	泳力認定基準	認定方法
5級	クロール 25メートル 40秒以内	2ヵ月毎(奇数月の第3週目)に泳力認定を実施する。
4級	背泳ぎ 25メートル 40秒以内	
3級	平泳ぎ 25メートル以上	
2級	平泳ぎ 25メートル 35秒以内	
1級	バタフライ 25メートル 35秒以内	

## 【B】

Grade	Child Swimming Skill Standard	Certification
Grade 5	25m by Front Crawl Stroke --within 40"	* We do certification in the 3rd week of odd month
Grade 4	25m by Back Stroke --within 40"	
Grade 3	25m by Breast Stroke	
Grade 2	25m by Breast Stroke --within 35"	
Grade 1	25m by Butterfly stroke --within 35"	

## 【A】 「水泳を媒介に、チーム活動を通じて社会性や自律性・自主性を育む。」

泳力級	泳力認定基準	認定方法
A15級 ~ A1級	以下参照 クラブの泳力資格 [A級] で2種目以上A級のタイムを突破していること。 以後、種目別・学年区分泳力級 (クラブ泳力資格表[A級]を参照)	2ヵ月毎(奇数月の第3週目)に泳力認定を実施する。

## 【A】

Grade	Child Swimming Skill Standard	Certification
A15 ~ A1	Requirements for passing from Grade 1 to A → The record of 2nd style or higher must be exceeded. After passing Class A, certification by style and age. See below	* We do certification in the 3rd week of odd month

## 【A】

Grade	Front Crawl Stroke		Back Stroke		Breast Stroke		Butterfly Stroke		I.M	Grade	
	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m	100m		
小学2年生以下 7 years old or younger as of April 2	A15	30.0	1.03.0	31.0	1.08.0	34.0	1.16.0	31.0	1.17.0	2.40.0	A15
	A14	28.7	1.00.3	29.7	1.05.1	32.5	1.12.7	29.7	1.13.7	2.33.1	A14
	A13	27.5	57.7	28.4	1.02.3	31.1	1.09.6	28.4	1.10.5	2.26.5	A13
	A12	26.3	55.2	27.2	59.6	29.8	1.06.6	27.2	1.07.5	2.20.2	A12
	A11	25.2	52.8	26.0	57.0	28.5	1.03.7	26.0	1.04.6	2.14.2	A11
	A10	24.1	50.6	24.9	54.6	27.3	1.01.0	24.9	1.01.8	2.08.4	A10
	A9	23.0	48.4	23.8	52.2	26.1	58.4	23.8	59.2	2.02.9	A9
	A8	22.1	46.3	22.8	50.0	25.0	55.9	22.8	56.6	1.57.6	A8
	A7	21.1	44.3	21.8	47.8	23.9	53.5	21.8	54.2	1.52.6	A7
	A6	20.2	42.4	20.9	45.8	22.9	51.2	20.9	51.8	1.47.7	A6
	A5	19.3	40.6	20.0	43.8	21.9	49.0	20.0	49.6	1.43.1	A5
A4	18.5	38.8	19.1	41.9	21.0	46.9	19.1	47.5	1.38.7	A4	
A3	17.7	37.2	18.3	40.1	20.1	44.8	18.3	45.4	1.34.4	A3	
A2	16.9	35.6	17.5	38.4	19.2	42.9	17.5	43.5	1.30.4	A2	
A1	16.2	34.0	16.8	36.8	18.4	41.1	16.8	41.6	1.26.5	A1	

小学3・4年生 8-9 years old as of April 2	A15	30.0	1.03.0	31.0	1.08.0	34.0	1.16.0	31.0	1.17.0	2.40.0	A15
	A14	28.6	1.00.1	29.6	1.04.9	32.4	1.12.5	29.6	1.13.5	2.32.6	A14
	A13	27.3	57.3	28.2	1.01.9	30.9	1.09.2	28.2	1.10.1	2.25.6	A13
	A12	26.0	54.7	26.9	59.0	29.5	1.06.0	26.9	1.06.9	2.18.9	A12
	A11	24.8	52.2	25.7	56.3	28.2	1.03.0	25.7	1.03.8	2.12.5	A11
	A10	23.7	49.8	24.5	53.7	26.9	1.00.1	24.5	1.00.8	2.06.4	A10
	A9	22.6	47.5	23.4	51.3	25.6	57.3	23.4	58.0	2.00.6	A9
	A8	21.6	45.3	22.3	48.9	24.5	54.7	22.3	55.4	1.55.1	A8
	A7	20.6	43.2	21.3	46.7	23.3	52.1	21.3	52.8	1.49.8	A7
	A6	19.6	41.2	20.3	44.5	22.3	49.7	20.3	50.4	1.44.7	A6
	A5	18.7	39.3	19.4	42.5	21.2	47.5	19.4	48.1	1.39.9	A5
	A4	17.9	37.5	18.5	40.5	20.3	45.3	18.5	45.9	1.35.3	A4
	A3	17.0	35.8	17.6	38.6	19.3	43.2	17.6	43.8	1.30.9	A3
A2	16.3	34.2	16.8	36.9	18.4	41.2	16.8	41.7	1.26.7	A2	
A1	15.5	32.6	16.0	35.2	17.6	39.3	16.0	39.8	1.22.8	A1	

小学5・6年生 10-11 years old as of April 2	A15	30.0	1.03.0	31.0	1.08.0	34.0	1.16.0	31.0	1.17.0	2.40.0	A15
	A14	28.5	59.9	29.5	1.04.6	32.3	1.12.2	29.5	1.13.1	2.32.0	A14
	A13	27.1	56.9	28.0	1.01.4	30.7	1.08.6	28.0	1.09.5	2.24.4	A13
	A12	25.7	54.0	26.6	58.3	29.2	1.05.2	26.6	1.06.0	2.17.2	A12
	A11	24.4	51.3	25.2	55.4	27.7	1.01.9	25.2	1.02.7	2.10.3	A11
	A10	23.2	48.7	24.0	52.6	26.3	58.8	24.0	59.6	2.03.8	A10
	A9	22.1	46.3	22.8	50.0	25.0	55.9	22.8	56.6	1.57.6	A9
	A8	21.0	44.0	21.6	47.5	23.7	53.1	21.6	53.8	1.51.7	A8
	A7	19.9	41.8	20.6	45.1	22.6	50.4	20.6	51.1	1.46.1	A7
	A6	18.9	39.7	19.5	42.9	21.4	47.9	19.5	48.5	1.40.8	A6
	A5	18.0	37.7	18.6	40.7	20.4	45.5	18.6	46.1	1.35.8	A5
	A4	17.1	35.8	17.6	38.7	19.3	43.2	17.6	43.8	1.31.0	A4
	A3	16.2	34.0	16.8	36.7	18.4	41.1	16.8	41.6	1.26.5	A3
A2	15.4	32.3	15.9	34.9	17.5	39.0	15.9	39.5	1.22.1	A2	
A1	14.6	30.7	15.1	33.2	16.6	37.1	15.1	37.6	1.18.0	A1	

中学1年生以上 12 years old and up as of April 2	A15	30.0	1.03.0	31.0	1.08.0	34.0	1.16.0	31.0	1.17.0	2.40.0	A15
	A14	28.4	59.5	29.3	1.04.3	32.1	1.11.8	29.3	1.12.8	2.31.2	A14
	A13	26.8	56.3	27.7	1.00.7	30.4	1.07.9	27.7	1.08.8	2.22.9	A13
	A12	25.3	53.2	26.2	57.4	28.7	1.04.1	26.2	1.05.0	2.15.0	A12
	A11	23.9	50.2	24.7	54.2	27.1	1.00.6	24.7	1.01.4	2.07.6	A11
	A10	22.6	47.5	23.4	51.2	25.6	57.3	23.4	58.0	2.00.6	A10
	A9	21.4	44.9	22.1	48.4	24.2	54.1	22.1	54.8	1.53.9	A9
	A8	20.2	42.4	20.9	45.8	22.9	51.1	20.9	51.8	1.47.7	A8
	A7	19.1	40.1	19.7	43.2	21.6	48.3	19.7	49.0	1.41.8	A7
	A6	18.0	37.9	18.6	40.9	20.4	45.7	18.6	46.3	1.36.2	A6
	A5	17.0	35.8	17.6	38.6	19.3	43.2	17.6	43.7	1.30.9	A5
	A4	16.1	33.8	16.6	36.5	18.2	40.8	16.6	41.3	1.25.8	A4
	A3	15.2	32.0	15.7	34.5	17.2	38.5	15.7	39.1	1.21.2	A3
A2	14.4	30.2	14.9	32.6	16.3	36.4	14.9	36.9	1.16.7	A2	
A1	13.6	28.5	14.0	30.8	15.4	34.4	14.0	34.9	1.12.5	A1	