

こどもスイミング 泳力基準表



泳力	内 容	
0	水が苦手である	25 m プ ー ル で 練 習 し ま す
1	水中に顔をつけることができる	
2	頭まで潜ることができる(3秒間)	
3	水中で鼻から息を出すことができる	
4	だるま浮きができる	
5	プールの底まで潜ることができる	
6	伏し浮き、けのびができる	
7	背浮きができる	
8	けのびキックで5m泳げる	
9	背面キックで7.5m泳げる	
10	面かぶりクロールで7.5m泳げる	
11	クロールの息つきができる	
12	クロールで15m泳げる	
13	背泳ぎで15m泳げる	
14	タッチターンができる	
15	クロールで20m泳げる	
16	平泳ぎのキックで15m泳げる	
17	ドルフィンキックで15m泳げる	
18	クロールで30m泳げる	
19	背泳ぎで25m泳げる	

泳力	内 容	
20	平泳ぎで25m泳げる	50 m プ ー ル で 練 習 し ま す (C コ ー ス)
21	バタフライで12.5m泳げる	
22	クロールで50m泳げる	
23	バタフライで25m泳げる	
24	平泳ぎで50m泳げる	
25	クロールで100m泳げる	
26	背泳ぎで50m泳げる	
27	100m個人メドレーが泳げる	
28	平泳ぎで100m泳げる	
29	バタフライで50m泳げる	
30	200m個人メドレーが泳げる	

- ・ 表は、保護者の皆様にお子様の泳力を把握していただくための基準として水泳センター独自で設定しています。
- ・ クラス編成は、泳力によって行います。
- ・ 泳力は教室の様子を見て、担当指導員が確認します。
- ・ 泳力19が出来るようになれば、Cコースを受講できます。
- ・ 泳力3までが出来ない小学生は、園児対象のわんぱくスイミングを受講できます。ご相談ください。
- ・ 教室最終日に、『参加カード』にて、お子様の泳力をお知らせします。(こどもスイミングのみ発行)
最終日欠席される場合は、事前にご連絡いただくか後日受付窓口へ取りに来てください。



教室参加に必要なもの

・ 水泳帽子・水着・ゴーグル・タオル ※規定はありません