

# 鳥取スイミングスクールパジャ

## 進級基準表

カメ



23級	(ヘルパー付き)	顔付け5秒が出来る
22級	(ヘルパー付き)	かけっこ
21級	(ヘルパー付き)	けのび
20級	(ヘルパー付き)	板キック (12.5m)
19級	(ヘルパー付き)	背面キック (12.5m)

Mコースは  
ここまで

カニ



18級	(ヘルパー付き)	手付け背面キック (12.5m)
17級	(ヘルパー付き)	背泳ぎ (12.5m)
16級	(ヘルパー付き)	板キック (25m)

タコ



15級	(ヘルパー付き)	グライドキック (25m)
14級	(ヘルパー付き)	クロール (25m)
13級	(ヘルパー付き)	両手上背面キック (25m)

クジラ



12級	(ヘルパー付き)	背泳ぎ (25m)
11級	(ヘルパーなし)	グライドキック (25m)
10級	(ヘルパーなし)	クロール (25m)
9級	(ヘルパーなし)	平泳ぎ (25m)

Aコースは  
ここまで

カエル



8級	(ヘルパーなし)	バタフライ (25m)
7級	(年齢別進級タイム)	クロール (50m)

イルカ



6級	(年齢別進級タイム)	背泳ぎ (50m)
5級	(年齢別進級タイム)	平泳ぎ (50m)
4級	(年齢別進級タイム)	バタフライ (50m)
3級	(年齢別進級タイム)	個人メドレー (100m)
2級	(年齢別進級タイム)	種目自由選択
1級	(チャレンジ)	種目自由選択

選手コース



年齢別基準タイム

コーチ認定