

鳥取スイミングスクールルールパジャ

進級基準表

カメ 	23級	(ヘルパー付き)	ブクブク” パツ” ができる。 顔洗いができる。
	22級	(ヘルパー付き)	顔付けが5秒出来る。
	21級	(ヘルパー付き)	かけっこ
	20級	(ヘルパー付き)	けのび
	19級	(ヘルパー付き)	板キック (12.5m)
カニ 	18級	(ヘルパー付き)	気をつけ背面キック (12.5m)
	17級	(ヘルパー付き)	手付け背面キック (25m)
	16級	(ヘルパー付き)	背泳ぎ (25m)
タコ 	15級	(ヘルパー付き)	板キック (25m)
	14級	(ヘルパー付き)	グライドキック (25m)
	13級	(ヘルパー付き)	クロール (25m)
クジラ 	12級	(ヘルパー付き)	両手上背面キック (25m)
	11級	(ヘルパーなし)	背泳ぎ (25m)
	10級	(ヘルパーなし)	グライドキック (25m)
	9級	(ヘルパーなし)	クロール (25m)
カエル 	8級	(ヘルパーなし)	平泳ぎ (25m)
	7級	(ヘルパーなし)	バタフライ (25m)
イルカ 	6級	(年齢別進級タイム)	クロール (50m)
	5級	(年齢別進級タイム)	背泳ぎ (50m)
	4級	(年齢別進級タイム)	平泳ぎ (50m)
	3級	(年齢別進級タイム)	バタフライ (50m)
	2級	(年齢別進級タイム)	個人メドレー (100m)
	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