

# サンダスイミングスクール 進級認定基準

級	進級基準
カニ	ワニ顔つけ 3秒
キンギョ	補助付背浮 5秒 ワニ顔つけ 5秒
クラゲ	補助付伏し浮 5秒
アシカ	ポビング 5メートル 潜行
イルカ	自主泳ぎ 5メートル
16級	け伸び 5メートル 背面け伸び 5メートル
15級	面かぶりキック 8メートル 浮付板キック 25メートル
14級	浮付背面キック 10メートル 板キック 25メートル
13級	浮付面かぶりクロール 10メートル 浮付背面キック 25メートル
12級	浮付クロール 25メートル
11級	背面キック 25メートル
10級	クロール 25メートル (35秒以内)
9級	背泳ぎ 25メートル (40秒以内)
8級	平泳ぎ 25メートル (40秒以内)
7級	クロール 50メートル (1分以内)
6級	背泳ぎ 50メートル (1分5秒以内)
5級	バタフライ 25メートル (40秒以内)
4級	平泳ぎ 50メートル (1分5秒以内)
3級	バタフライ 50メートル (1分5秒以内)
2級	個人メドレー 100メートル (2分以内)
1級	個人メドレー 200メートル (4分以内)