

◆泳法選択クラス◆

クラス名		泳力判定の目安	習得目標
12級	背泳ぎクラス	・25m(クロール)を泳げる	①背泳ぎキック20m以上 ②背泳ぎの水中スタート ③背泳ぎスイム20m以上 ④背泳ぎのオープンターン
9級	平泳ぎクラス		①プールサイドキック ②平泳ぎキック20m以上(板つき) ③平泳ぎキック10m以上(板なし・呼吸つき) ④平泳ぎスイム20m以上 ⑤平泳ぎのスタート・ターン
5級	バタフライクラス		①バタフライプル10m以上(片手、前or横呼吸) ②バタフライプル10m以上(両手) ③バタフライキック20m以上(板なし・呼吸つき) ④バタフライスイム20m以上 ⑤クロールのクイックターン
2級	個人メドレークラス	・4泳法全て25m泳げる	①100m個人メドレー ②個人メドレーのターン ③背泳ぎのクイックターン