

## ジュニアスイミング進級基準表

認定級	進級基準（テスト項目）
15級	水中歩行ができる
14級	立ち飛び込みができる
13級	浸顔呼吸止ができる
12級	板キック・伏浮き
11級	グライドキック・背面浮き
10級	クロール12.5M・背面キック12.5M
9級	クロール25M ・背面キック25M
8級	クロール25M ・背面キック25M（ヘルパーなし）
7級	クロール25M（タイム）・背泳25M
6級	クロール25M（タイム）・平泳25M
5級	クロール25M（タイム）・バタフライ25M
4級	50Mクロール（タイム）・飛込み・クイックターン
3級	50Mクロール（タイム）・背泳、平泳、バタフライのターン
2級	100M個人メドレー（タイム）
1級	50M・100M タイムトライアル