

アクラブ記録会 & 泳力検定

さあ、自己の記録にチャレンジ

勇気をもって挑戦しよう!!!



期 日： 2022年11月23日（水）
 会 場： アクラブ堀之内 25m×6レーン
 競技内容： 集合場所 アクラブ堀之内2F受付
 集合時間 10：00
 ウォーミングアップ 10：00～10：15
 検定会諸注意 10：20～
 競技開始 10：30

- | | |
|--------------|----------------|
| 1) 100個人メドレー | 6) 25m自由形 |
| 2) 25m背泳ぎ | 7) 50mバタフライ |
| 3) 50m平泳ぎ | 8) 25m平泳ぎ |
| 4) 25mバタフライ | 9) 50m自由形 |
| 5) 50m背泳ぎ | 10) 200m個人メドレー |

※観覧は「保護者証」をご持参ください。
 お持ちでない場合は「見学証」をお貸しいたします。

※プールサイドでの撮影を可とします。
 撮影する場合は受付にて「撮影許可証」を受け取ってください。

参加資格： アクラブ泳力級6級以上のお子様

参加費用： 330円（税込み）

申込方法： 申し込み専用フォームより必要事項を入力してください。
 参加費は窓口にてお申込みください。（1種目まで）
 2022年11月19日（土）までのキャンセルは全額返金いたします。

申込期間： 申込開始10月4日（火）～11月9日（水）締切

当日の持ち物： 水着・キャップ・ゴーグル・タオル・水筒（必要の方のみ）

注意事項： 競技終了時間は参加人数により異なります。
 閉会式は行いません。各自の競技終了毎に解散となります。

その他： 日本水泳連盟公認の「泳力認定」を同時に開催いたします。
 記録会に申し込んだ種目で受検することができます。
 詳細につきましては右頁をご確認ください。
 参加者が15名に満たない場合は中止とさせていただきます。



◆お申込みはこちらから◆

(財)日本水泳連盟公認 泳力検定 実施要項

泳力検定とは・・・

泳力検定制度は、(財)日本水泳連盟が全国統一の泳力基準を定め、泳力を認定することで、水泳愛好者に対する目標設定と泳力向上及び安全水泳の普及、生涯スポーツの振興に寄与する目的で設立したものです。全国共通検定のため、どこへ行っても認定証提示であなたの泳力を正しく評価して貰うことができます。

今回、泳力検定にお申込する場合には、同種目で記録会にも出場していただくこととなります。
 【記録会参加費330円+泳力検定会検定料330円】がかかります。
 泳力検定のみに出場することはできません。ただし、泳ぐ回数は1回となります。

- 主催者： アクラブ堀之内
- 検定者： アクラブアドバイザー 日本体育協会公認競泳コーチ
- 検定方法： 検定の可否の判定基準は、下記泳力基準タイム以内で、且つ(財)日本水泳連盟競技規則に違反しない泳ぎであること。(但し、スタートの方法は水中から壁をけて行う)タッチ・ターン・泳法などに違反があった場合、不合格になることもあります。
- 申込方法： 下記基準表を参照の上、受検種目・受検級を決定してください。申し込み専用フォームに必要事項を入力の上、記録会の参加費とは別に検定料を添えて窓口にてお支払いください。
- 合格発表： 合格・不合格の結果は当日お渡し致します。検定結果用紙にてご確認ください。泳力検定に合格した方は合格種目数分の認定料700円をお納めください。後日『泳力認定証』『認定バッジ』を授与します。

認定料申し込み受付期間・・・検定当日～11月30日（水）まで

- 検定料： 1種目330円（税込み）
- 認定料： 1種目700円（税込み）

- 申込期間： 2022年10月4日（火）～11月9日（水）
- キャンセル： 2022年11月19日（土）まで全額返金
- その他：
 - ・合格した種目はすべて認定いたします。
 - ・泳力検定で取得した個人情報は、個人情報保護法に基づき適正に管理し検定会のプログラム及び合格者の公表等の資料として活用されます。
 - ・参加者が15名に満たない場合は中止とさせていただきます。

公益財団法人 日本水泳連盟 泳力検定基準表

2017年7月1日改訂

性 級	内 容	種 目	6歳以下	7-8歳	9-10歳	11-12歳	13-14歳	15-19歳	20-29歳	30-39歳	40-49歳	50-59歳	60-69歳	70歳以上
女	1級 200m個人メドレーを標準記録以内で完泳	200m個人メドレー	4.58.0	4.31.0	3.49.0	3.28.0	3.13.0	3.05.0	4.00.0	4.10.0	4.20.0	4.30.0	4.45.0	5.02.0
		100m個人メドレーを標準記録以内で完泳	2.30.0	2.16.0	2.03.0	1.48.0	1.39.0	1.32.0	1.50.0	2.00.0	2.10.0	2.20.0	2.40.0	2.45.0
	2級 100m個人メドレーを標準記録以内で完泳	50mバタフライ	1.16.0	1.08.0	1.00.0	52.0	48.0	44.0	50.0	55.0	1.00.0	1.05.0	1.15.0	1.30.0
		50m平泳ぎ	1.28.0	1.20.0	1.11.0	1.01.0	56.0	51.0	59.0	1.04.0	1.09.0	1.14.0	1.24.0	1.27.0
		50mクロール	1.11.0	1.03.0	56.0	49.0	44.0	41.0	47.0	52.0	57.0	1.02.0	1.07.0	1.12.0
		50m背泳ぎ	1.20.0	1.12.0	1.04.0	55.0	51.0	46.0	53.0	58.0	1.03.0	1.08.0	1.13.0	1.22.0
	3級 4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25mバタフライ	39.0	33.0	29.0	25.0	24.0	22.0	25.0	27.0	29.0	32.0	37.0	48.0
		25m平泳ぎ	44.0	39.0	35.0	30.0	27.0	25.0	29.0	31.0	34.0	36.0	41.0	43.0
		25mクロール	35.0	31.0	27.0	24.0	22.0	20.0	23.0	25.0	28.0	30.0	33.0	36.0
		25m背泳ぎ	40.0	35.0	31.0	27.0	25.0	23.0	26.0	28.0	31.0	33.0	36.0	41.0
	4級 4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25mバタフライ	48.0	43.0	38.0	33.0	30.0	27.0	31.0	34.0	37.0	40.0	45.0	58.0
		25m平泳ぎ	49.0	44.0	39.0	34.0	31.0	28.0	32.0	35.0	38.0	41.0	46.0	49.0
25mクロール		40.0	35.0	31.0	27.0	24.0	23.0	26.0	29.0	31.0	34.0	37.0	40.0	
25m背泳ぎ		45.0	40.0	35.0	30.0	28.0	25.0	29.0	32.0	35.0	37.0	40.0	45.0	
5級 4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25mバタフライ	53.0	48.0	43.0	38.0	35.0	32.0	36.0	39.0	42.0	45.0	50.0	1.03.0	
	25m平泳ぎ	54.0	49.0	44.0	39.0	36.0	33.0	37.0	40.0	43.0	46.0	51.0	54.0	
	25mクロール	45.0	40.0	36.0	32.0	29.0	28.0	31.0	34.0	36.0	39.0	42.0	45.0	
	25m背泳ぎ	50.0	45.0	40.0	35.0	33.0	30.0	34.0	37.0	40.0	42.0	45.0	50.0	
6級 4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25mバタフライ	58.0	53.0	48.0	43.0	40.0	37.0	41.0	44.0	47.0	50.0	55.0	1.08.0	
	25m平泳ぎ	59.0	54.0	49.0	44.0	41.0	38.0	42.0	45.0	48.0	51.0	56.0	59.0	
	25mクロール	50.0	45.0	41.0	37.0	34.0	33.0	36.0	39.0	41.0	44.0	47.0	50.0	
	25m背泳ぎ	55.0	50.0	45.0	40.0	38.0	35.0	39.0	42.0	45.0	47.0	50.0	55.0	
男	1級 200m個人メドレーを標準記録以内で完泳	200m個人メドレー	4.58.0	4.31.0	3.49.0	3.18.0	3.00.0	2.45.0	3.20.0	3.30.0	3.40.0	3.50.0	4.05.0	4.30.0
		100m個人メドレーを標準記録以内で完泳	2.30.0	2.16.0	2.03.0	1.48.0	1.32.0	1.25.0	1.40.0	1.50.0	2.00.0	2.10.0	2.20.0	2.27.0
	2級 100m個人メドレーを標準記録以内で完泳	50mバタフライ	1.16.0	1.08.0	1.00.0	52.0	44.0	40.0	48.0	53.0	58.0	1.03.0	1.08.0	1.16.0
		50m平泳ぎ	1.28.0	1.20.0	1.11.0	1.01.0	51.0	47.0	56.0	1.01.0	1.06.0	1.11.0	1.16.0	1.21.0
		50mクロール	1.11.0	1.03.0	56.0	49.0	41.0	37.0	45.0	50.0	55.0	1.00.0	1.05.0	1.11.0
		50m背泳ぎ	1.20.0	1.12.0	1.04.0	55.0	46.0	43.0	51.0	56.0	1.01.0	1.06.0	1.11.0	1.22.0
	3級 4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25mバタフライ	39.0	33.0	29.0	25.0	22.0	20.0	24.0	26.0	28.0	31.0	33.0	35.0
		25m平泳ぎ	44.0	39.0	35.0	30.0	25.0	23.0	27.0	30.0	32.0	35.0	37.0	40.0
		25mクロール	35.0	31.0	27.0	24.0	20.0	18.0	22.0	25.0	27.0	29.0	32.0	35.0
		25m背泳ぎ	40.0	35.0	31.0	27.0	23.0	21.0	25.0	27.0	30.0	32.0	35.0	38.0
	4級 4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25mバタフライ	48.0	43.0	38.0	33.0	27.0	25.0	30.0	33.0	35.0	38.0	41.0	44.0
		25m平泳ぎ	49.0	44.0	39.0	34.0	28.0	26.0	31.0	34.0	36.0	39.0	42.0	45.0
25mクロール		40.0	35.0	31.0	27.0	23.0	20.0	25.0	28.0	30.0	33.0	36.0	40.0	
25m背泳ぎ		45.0	40.0	35.0	30.0	25.0	24.0	28.0	31.0	34.0	36.0	39.0	43.0	
5級 4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25mバタフライ	53.0	48.0	43.0	38.0	32.0	30.0	35.0	38.0	40.0	43.0	46.0	49.0	
	25m平泳ぎ	54.0	49.0	44.0	39.0	33.0	31.0	36.0	39.0	41.0	44.0	47.0	50.0	
	25mクロール	45.0	40.0	36.0	32.0	28.0	25.0	30.0	33.0	35.0	38.0	41.0	45.0	
	25m背泳ぎ	50.0	45.0	40.0	35.0	30.0	29.0	33.0	36.0	39.0	41.0	44.0	48.0	
6級 4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25mバタフライ	58.0	53.0	48.0	43.0	37.0	35.0	40.0	43.0	45.0	48.0	51.0	54.0	
	25m平泳ぎ	59.0	54.0	49.0	44.0	38.0	36.0	41.0	44.0	46.0	49.0	52.0	55.0	
	25mクロール	50.0	45.0	41.0	37.0	33.0	30.0	35.0	38.0	40.0	43.0	46.0	50.0	
	25m背泳ぎ	55.0	50.0	45.0	40.0	35.0	34.0	38.0	41.0	44.0	46.0	49.0	53.0	