

第11回 白老ジュニアチャレンジ水泳競技大会要項

1. 主 催 白老水泳協会
2. 後 援 白老教育委員会 (一財)白老町体育協会
3. 期 日 2025年 4月 27日(日) プール開館・受付 8時00分
開 会 式 9時00分
競技開始 9時15分
4. 会 場 白老町民温水プール 再公認2649 (25m×7コース)
白老町緑丘4丁目636番地 ☎ 0144-82-5813
5. 競 技 方 法 ① 日本水泳連盟競技規則に準じて行う
② 参加者の年齢は大会当日の満年齢とする
③ 男女別、年齢別の個人及び団体種目別競技とする
④ 各種目ともタイムレース決勝とする
6. 競 技 種 目 * 競技種目及び年齢区分は下表のとおりとする。E区分の18歳は高校生に限る
* 25m種目は、日本水泳連盟及び日本SC協会の選手登録者は出場不可とする

	A. 8歳以下	B. 9～10歳	C. 11～12歳	D. 13～14歳	E. 15～18歳
自由形	25m ・ 50m ・ 100m ・ 200m ・ 400m ・ 800 ・ 1500				
背 泳 ぎ	25m ・ 50m ・ 100m ・ 200m				
平 泳 ぎ	25m ・ 50m ・ 100m ・ 200m				
バタフライ	25m ・ 50m ・ 100m ・ 200m				
個人メドレー	100m ・ 200m		100m ・ 200m ・ 400m		
F リレー	100m ・ 200m		200m ・ 400m		
M リレー	100m ・ 200m		200m ・ 400m		

* リレーは年齢別編成を基本とする。但し困難な場合は、年令別編成以外及び混合編成も認めるがオープン参加とする。

7. 競 技 順 序

- | | | |
|----------------|--------------------|-------------------|
| 1) 400m 自由形 | 11) 25m 自由形 | 21) 100m 個人メドレー |
| 2) 400m 個人メドレー | 12) 25m 平泳ぎ | 22) 100m 自由形 |
| 3) 50m 自由形 | 13) 25m 背泳ぎ | 23) 100m 平泳ぎ |
| 4) 50m 背泳ぎ | 14) 25m バタフライ | 24) 100m 背泳ぎ |
| 5) 50m 平泳ぎ | 15) 4×25m メドレーリレー | 25) 100m バタフライ |
| 6) 50m バタフライ | 16) 4×50m メドレーリレー | 26) 4×25m フリーリレー |
| 7) 200m 自由形 | 17) 4×100m メドレーリレー | 27) 4×50m フリーリレー |
| 8) 200m 平泳ぎ | 18) 800m 自由形 | 28) 4×100m フリーリレー |
| 9) 200m 背泳ぎ | 19) 1500m 自由形 | |

10) 200m バタフライ

20) 200m 個人メドレー

8. 申込規程 ※参加資格

- ① 主催者が認めた団体または個人
- ② 定期的(週1回以上)に水泳練習を行っており、健康に特に問題のない者
- ③ リレー種目については、個人種目出場者で編成すること

※ 申込み方法

- ① 本大会用のExcelシートによる大会申込(エントリー)とする。
Excelシートは3月6日までにメール配信いたします。
エントリータイムは自己記録または予想記録を必ず入力願います。(競技組合せに使用)
Excel ファイルを電子メールにて申し込む。(3月29日必着)
Excel ファイルの印刷物の提出は不要です。
- ② 申込書・推薦競技役員も、Excel ファイルに入力すること。
- ③ 中学生以下の参加者の出場については保護者の同意書を参加団体において大会当日持参すること。

9. 参加料他

- ① 個人種目 1種目 800円 (一人3種目以内)
- ② 団体種目 1種目 1,200円
- ③ 送金先 下記 郵便振替をご利用下さい
(払込受領証の写しはメールまたは郵送にて送付すること)

口座名：白老水泳協会
口座番号：02750 - 7 - 52645

10. 申込み先 他

① 申込み先

☎ 059-0908
白老町緑丘4丁目636番地 白老町民温水プール内
白老水泳協会 競技委員会 宛
電子メール shiraoi.swim@gmail.com

- ② 問合せ先 白老町民温水プール内 白老水泳協会 競技委員会まで
TEL: (0144) 82-5813 Fax: 0144-84-3161

- ③ 申込締切日 **2025年 3月 21日 (金) 必着のこと**

11. 表彰

- ① 各種目とも年齢区分ごとに3位まで表彰する (但し、オープン参加は対象外)
- ② 全員に記録証を配布する
- ③ 特にすぐれている選手を表彰する

12. その他

- ① 締切後の申込み及び変更はできません
- ② 電話による申込みは一切受付しません
- ③ 派遣競技役員は1名以上お願いします。

(公財) 日本水泳連盟公認 第20回 泳力検定会 実施要項

- 【目 的】 水泳愛好者に対する目的設定と泳力レベルの向上や水泳普及を通じて生涯スポーツの振興に寄与することを目的としています。
- 更に元気まち白老水泳競技大会出場の機会に、エントリー種目の中で検定が受けられる利点や、日頃の練習成果の証として泳力検定を受けることで、競技会へ出場する機会につながりスポーツとしての魅力を体験することを目的としています。

(公財) 日本水泳連盟公認泳力検定 (Swimming Badge Test) とは・・・

泳力検定制度は、(財) 日本水泳連盟が 1988 年に創設したもので全国統一の泳力検定を定めて水泳愛好者の方々に受験していただき、それぞれの泳力を公式で認定するものです。泳力の向上を目指して一歩一歩手ごたえを感じながら、健康づくりと一石二鳥で生涯楽しめる世界でも画期的なスポーツ検定です。履歴書にも書け、25m以上泳げる方ならだれでも挑戦できます。

【主 催】 白老水泳協会

【後 援】 白老町体育協会 (一財) 白老町体育協会

【期 日】 令和7年4月27日(日)

【会 場】 白老町民温水プール(25m×7レーン)

〒059-0908 白老町緑丘4丁目636番地

☎ 0144-82-5813 Fax 0144-84-3161

【対 象 者】 第11回 白老ジュニアチャレンジ水泳競技大会の出場者

【申込制限】 1人3種目まで (競技大会エントリー種目の中から選択する。)

【検定方法】(1) 検定の合否基準は、別表の泳力基準タイム内(泳力検定基準表参照)で、かつ、日本水泳連盟競技規則に違反しない泳ぎであること。
又、スタート方法については以下①～③のいずれでもよい。

スタート方法は・・・

①水中から蹴って ②スタート台横から飛び込み ③スタート台上から飛び込み

※25m種目は折返し側からのスタートとなります。(スタート台はありません)

(2) 泳力検定は、第11回白老ジュニアチャレンジ水泳競技大会の競技種目内にて実施する。

【検定種目】

検定級	検 定 種 目
1 級	200m / 個人メドレー
2 級	100m / 個人メドレー
3 級	50m / 自由形・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ
4 級	25m / 自由形・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ
5 級	25m / 自由形・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ
6 級	25m / 自由形・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ
7 級	25m / 自由形・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ

【実施順序】 第11回 白老ジュニアチャレンジ水泳競大会の競技順とする。

【費 用】 (1)検定料は無料（水泳競技大会の個人種目エントリーにより）
(2)合格者は『希望種目1種目につき1,500円』

【申込方法】 ※申込方法(申請手続き)が変更になっていますので、ご注意ください

検定申請の手続き

第11回 白老ジュニアチャレンジ水泳競技大会



速報のタイムと泳力検定基準表を比べて可否を確認

合格した方

①各団体で申込希望者を取りまとめ、②に記入し申込期日までに申請

（検定基準表を参照の上申し込み希望者の可否を確認すること）

（複数級で合格の場合はご本人の選択となります）

②申込総括表及び検定申込一覧表に記入後メール、郵送またはFaxにて提出

③申込金（認定証・認定バッジ代など）1種目につき1500円を郵便振替にて送金

【送 金 先】 加入者名：白老水泳協会 □座番号：02750-7-52645

【申 込 先】 ☎059-0908 白老町緑丘4-363 白老町民温水プール内 白老水泳協会普及部

【申込期日】 令和7年5月12日(月)（午前中必着）

※申込み締切後の『認定証・認定バッジ』の購入受付はできませんのでご了承ください。

【そ の 他】 (1)泳力検定受験者は自己の責任において健康管理を行うものとし、事故及び怪我のないように充分ご注意ください。

(2)本検定で取得した個人情報保護法に基づき管理し、検定会のプログラム及び合格者公表等の資料として活用されます。

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 子	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
	2級	100m個人メドレーを標準記録以内で完泳	100m個人メドレー	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
	3級	4泳法中の1泳法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
	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	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
	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	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
	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	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
	7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 子	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
	2級	100m個人メドレーを標準記録以内で完泳	100m個人メドレー	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
	3級	4泳法中の1泳法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
	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	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
	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	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
	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	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
	7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

R7.4.27 第11回 白老ジュニアチャレンジ水泳競技大会
兼 第20回 泳力検定会 (育成コース / スクール生)

氏 名(ふりがな)	生年月日	年齢
〇〇〇〇〇	西暦 〇〇年 〇〇月 〇〇日生	〇〇 歳

(令和7年4月27日の満年齢を記入してください)

距離	種目(必ず○付ける)	受験級	目標タイム
① 25/50/100/200 M	バタフライ・背泳ぎ・平泳ぎ 自由形・個人メドレー	〇 級	: .
② 25/50/100/200 M	バタフライ・背泳ぎ・平泳ぎ 自由形・個人メドレー	〇 級	: .
③ 25/50/100/200 M	バタフライ・背泳ぎ・平泳ぎ 自由形・個人メドレー	〇 級	: .

*目標タイムをご記入ください。合格基準タイムでも構いません。

1種目	800円 ×	種目	合 計
検定申請料	1,500円 ×	種目	
プログラム(1部)	600円 ×	部	
			円

*検定が不合格だった場合は、検定申請料を返金致します。

検定の参加にあたり選手が健康であると認めましたので出場に同意します。なお、自己の責任に基づく事故発生の場合は当団体及び当該保護者の責任において処理いたします。

保護者氏名

印

* 今検定は1種目800円、検定申請料は1,500円となっております。

* 申込用紙・参加料を一緒にアブロス日新温水プールまでお越してください。

* ご不明な点は、担当コーチにご確認ください。

* アブロス日新締切 … 3月15日(土) 期限厳守

R7.4.27 第11回 白老ジュニアチャレンジ水泳競技大会 兼 第20回 泳力検定会 (育成コース / スクール生)

氏 名(ふりがな)	生年月日	年齢
	西暦 年 月 日生	歳

(令和7年4月27日の満年齢を記入してください)

距離	種目(必ず○付ける)	受験級	目標タイム
① 25/50/100/200 M	バタフライ・背泳ぎ・平泳ぎ 自由形・個人メドレー		: .
② 25/50/100/200 M	バタフライ・背泳ぎ・平泳ぎ 自由形・個人メドレー		: .
③ 25/50/100/200 M	バタフライ・背泳ぎ・平泳ぎ 自由形・個人メドレー		: .

*目標タイムをご記入ください。合格基準タイムでも構いません。

1種目	800円 ×	種目	合 計
検定申請料	1,500円 ×	種目	
プログラム(1部)	600円 ×	部	円

*検定が不合格だった場合は、検定申請料を返金致します。

検定の参加にあたり選手が健康であると認めましたので出場に同意します。なお、自己の責任に基づく事故発生の場合は当団体及び当該保護者の責任において処理いたします。

保護者氏名 _____ 印

- * 今検定は1種目800円、検定申請料は1,500円となっております。
- * 申込用紙・参加料を一緒にアブロス日新温水プールまでお越してください。
- * ご不明な点は、担当コーチにご確認ください。

*** アブロス日新締切 … 3月15日(土) 期限厳守**

