

## 第40回 泳力検定会実施要項

1. 目的 (公財)日本水泳連盟が全国統一の泳力検定基準と個人の泳力認定に関することを定め、水泳愛好者に対する目標設定と泳カレベルの向上及び安全水泳の普及を通し、生涯スポーツの振興に寄与することを目的とする。
2. 主催 苫小牧水泳協会
3. 検定者 水泳上級指導員(コーチ2)、水泳指導員(コーチ1)、基礎水泳指導員
4. 後援 苫小牧市教育委員会 ・ (公財)苫小牧市スポーツ協会
5. 期日 2025年11月2日(日) ・ 受付開始 11:30~12:00
6. 会場 アブロス日新温水プール  
〒053-0833 苫小牧市日新町2丁目2-41  
(Tel 0144-72-4409)
7. 参加資格 苫小牧市内在住及びその近郊の者  
泳力検定への参加に(公財)日本水泳連盟の選手登録等は必要ありません。
8. 申込制限 一人 3種目まで
9. 検定方法
  - (1) 泳力検定受検者は、定期的に水泳の練習を行っている健康な者とする。
  - (2) 泳力検定の可否判定基準は、(公益財)日本水泳連盟競泳競技規則に違反しない泳ぎであること。

※ 出発合図員の号令は、「take your mark(s)」とし、発声のときはマスクを外す。

スタート方法は、① 水中から壁を蹴って  
② スタート台横から飛び込み  
③ スタート台から飛び込みの何れでもよい。

※ 25mは折り返し側のスタートとする。(スタート台:なし)

  - (3) 泳力検定受検者の年齢区分は、検定日当日の満年齢とする。
  - (4) 泳力検定会における自由形泳法とは、クロール泳法とする。
  - (5) 泳力検定は、原則として7級より受検するものとする。  
ただし、受検者の技能により上位級への飛び級受検を認める。
  - (6) 泳力検定は、1レーン1名で行う。

### 10. 実施順序

級	種 目		内 容
4級～7級	25m	クロール	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳
		平泳ぎ	
		バタフライ	
		背泳ぎ	
3級	50m	クロール	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳
		平泳ぎ	
		バタフライ	
		背泳ぎ	
2級	100m	個人メドレー	100m IMを標準記録以内で完泳
1級	200m	個人メドレー	200m IMを標準記録以内で完泳

※ 泳力検定基準表(2017年7月1日改訂)は別表参照

11. 実施要領 (1) 4級～7級は女子・男子、各種目毎年齢の若い順に実施する。  
※ 結果をもって合格級が決まります。  
(2) 1級～3級は女子・男子、各級毎・種目毎年齢の若い順に実施する。
12. 申込方法 (1) スイミングクラブの本検定会の申し込みは、競技者登録管理システム(SWMSYS)により行う。ただし、4～7級受験者は、書面(個票)でも提出して下さい。  
※(公財)日本水泳連盟へ選手登録していない者も、一括してSWMSYSに入力する事。  
○ 申込総括表  
○ 検定会申込み(エントリーTIME)一覧表  
○ SWMSYSフロッピー(ハードケース入り)、又はUSB、CD-RW可  
○ 参加者は、中学生以下は「確認書(一覧表)」を申込み時に提出して下さい。  
(2) 個人申込みの、小学生・中学生・高校生、及び一般はアブロス日新温水プール又はアブロス沼ノ端スポーツセンターにある「個票」及び中学生以下は「確認書」に記入して下さい。
13. 申込先 アブロス日新温水プール又はアブロス沼ノ端スポーツセンターに置いてある水泳協会連絡箱に投函して下さい。  
  
郵送の場合：〒053-0816 苫小牧市 日吉町 3-8-12  
苫小牧水泳協会 大会専門部  
早勢 順一 (Tel/Fax 0144-74-0713)
14. 検定料 泳力検定料「1種目につき500円」は当日受付にて納入すること。  
ただし、苫小牧地区大会出場種目と泳力検定種目が同じ場合は無料とする。
15. 申込締切 2025年9月22日(月)必着のこと
16. 泳力認定 (1) (公財)日本水泳連盟 泳力検定基準表 標準記録以内で完泳  
(2) (公財)日本水泳連盟 競泳競技規則に違反しない泳ぎであること。  
(3) 泳力検定に合格した者は、泳力認定証、認定バッジ代として「登録希望1種目につき1000円」を「受付」に納付すること。  
※ (1) 泳力認定証及び認定バッジを後日郵送します。  
(2) 後日の「認定証及び認定バッジ」の購入受付はできませんので予めご了承願います。
17. 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・事故及びケガの無いよう十分に注意すること。  
(2) 本検定で取得した個人情報、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公表等の資料として活用されます。  
(3) プログラムは1部600円で販売します。  
(4) プログラムに誤字(氏名)等がある場合は、訂正用紙にて申し出ること。  
(5) 競技出場選手1名につき関係者1名入場。(事前申請が必要です。)  
(6) マスクの着用は個人の判断に委ねる。

標記競技会を実施するにあたり、競技出場関係者の皆様に厳守する事項がありますことをご理解いただき、特段のご協力をお願い申し上げます。

#### 1.入場に関する事前準備

- ① 選手同様に健康管理に努めてください。
- ② 感染症の疑いのある方は入場できませんのでご注意願います。
- ③ 同居家族に感染症の疑いのある場合は来場を控えるようお願いいたします。

#### 2.マスクの着用について

- ① 着用は個人の判断に委ねます。
- ② 混雑する場面では不織布マスクの着用を推奨します。

#### 3.来場・受付時間

- ① 受付開始時間は「選手のウォームアップ開始が確認されてから」(審判長判断)行いますので時間は定めておりません。
- ② 選手入場後、正面玄関前に2列に並んでください。敷物などでの場所取りは出来ません。  
※ 玄関前等にある敷物・椅子などについては撤去します。
- ③ 自分の並んでいる場所に後から来た競技出場関係者を入れる行為については所属チームに厳しく対処します。
- ④ プール正面玄関より入場し、正面受付にて申告(事前申請)してください。

#### 4.来場に関する注意事項

- ① 競技出場選手1名につき関係者1名が入場できます。(事前申請)
- ② 小さなお子さんをお連れの場合、保護者の責任において館内行動等を厳守してください。

#### 5.更衣室の利用について

- (1) 更衣室は、プール更衣室をご利用ください。
- (2) 更衣室内のロッカーは使用禁止です。室内に物を置くことも禁止です。
- (3) 着替えを速やかに済ませ、休んだり、談笑したりして中で留まらないようにしてください。

#### 6.その他

- ① 駐車場利用は係員の指示に従ってください。
- ② 声を出しての応援・声援は不織布マスクを推奨します。
- ③ 撮影について  
ア 指導目的での撮影は(監督・コーチ)に許可します。  
イ 競技出場関係者観覧者に許可します。

# 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	47.0	56.0	1.04.0	1.09.0	1.14.0	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	

## R7.11.2 第57回 苫小牧地区水泳選手権大会 (育成コース / スクール生)

氏名(ふりがな)	西暦 生年月日 年 月 日生	年齢  歳
----------	----------------------	-------------

(令和7年11月2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	500円 ×	種目	合計   円
検定申請料	1,000円 ×	種目	
プログラム(1部)	300円 ×	部	

\*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500円、検定申請料は1,000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く下さい。
- \* 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 … 10月8日(水) 期限厳守**

## R7.11.2 第57回 苫小牧地区水泳選手権大会 (育成コース / スクール生) 《記入例》

氏名(ふりがな)  ○○○○	生年月日 西暦 ○○年 ○○月 ○○日生	年齢  ○○ 歳
----------------------	----------------------------	----------------

(令和7年11月2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	○ 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	○ 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	○ 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	500円 ×	種目	合計
検定申請料	1,000円 ×	種目	
プログラム(1部)	300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500円、検定申請料は1,000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 … 10月8日(水) 期限厳守