

クラス

クラス名	対象年齢	入水時間	クラス・備考
ベビー	6ヶ月～2才	45分間	親子で入水します。
キッズ	3才～9才	50分間	白・黄・オレンジ・緑・水色
チャイルド	6才～12才	50分間	白・黄・オレンジ・緑・水色・青
ジュニア	6才以上	55分間	紺・黒・育成・選手
TOP	6才以上	60分間	TOP

ステップアップ

帽子	内容	クラス	ワッペン	主な項目
白	水なれ	キッズ チャイルド	なし	泣かない
			1	水慣れ
			2	フロアー散歩
			3	一人でバタ足
4	顔付け・もぐる			
黄	補助具 有り		なし	顔付けキック 4m
			1	滑り台・ジャンプ
			2	けのびキック 5m
			3	ラッコ・ラッコキック 5m
橙	補助具 なし		なし	ポビング
			1	けのびキック・ラッコキック 5m
			2	けのびキック・ラッコキック 8m
			3	面かぶりクロール 8m
緑	クロール		なし	自由泳ぎ 12.5m (呼吸有)
			1	板ありクロール 12.5m
			2	板なしクロール 12.5m
		3	板ありクロール 25m	
水色	平泳ぎ	なし	カエルキック形 (あおりOK)	
		1	カエルキック 10m (あおり無し)	
		2	コンビネーション 12.5m	
		3	コンビネーション 25m	
青	背泳ぎ	なし	平泳ぎ・クロール 50m	
		1	キック	
		2	プル動作	
		3	コンビネーション 25m	
紺	バタフライ	なし	キック	
		1	プル動作	
		2	コンビネーション 25m	
		3	泳力検定 5級 : 2種目	
黒	タイム	なし	泳力検定 4級 : 2種目	
		1	個人メドレー	
		2	個人メドレー : 1 50 "0 泳力検定 3級 : 2種目	
		3	3 個人メドレー : 1 45 "0 泳力検定 3級 : 2種目 - 3秒	
育成	タイム		得意種目 2種目 泳力検定 3級 - 7秒 他 個人メドレー	
選手	タイム		得意種目 1種目 泳力検定 3級 - 10秒 他	
TOP			週 1 回登録会費で週 5 回練習参加可能 各種大会出場	

(財)日本水泳連盟泳力検定基準に基づくタイム