

# レベルアップチャレンジコース

Levelup Challenge Course

- ・100m 個人メドレー
- ・50m クロール
- ・50m 背泳ぎ
- ・50m 平泳ぎ
- ・50m バタフライ

選択種目5種目

Ⅲは日本水泳連盟資格級1級相当

6才以下 男女共通		I	II	III	
50m	クロール	1.09.9	1.05.9	1.00.9	
	背泳ぎ	1.14.9	1.10.9	1.05.9	
	平泳ぎ	1.25.9	1.21.9	1.16.9	
	バタフライ	1.15.9	1.11.9	1.06.9	
100m 個人メドレー		2.44.9	2.36.9	2.28.9	
7才 男女共通		I	II	III	
50m	クロール	1.04.9	1.00.9	55.9	
	背泳ぎ	1.09.9	1.05.9	1.00.9	
	平泳ぎ	1.18.9	1.14.9	1.09.9	
	バタフライ	1.08.9	1.04.9	59.9	
100m 個人メドレー		2.33.9	2.25.9	2.18.9	
8才 男女共通		I	II	III	
50m	クロール	59.9	55.9	50.9	
	背泳ぎ	1.05.9	1.01.9	56.9	
	平泳ぎ	1.12.9	1.08.9	1.03.9	
	バタフライ	1.03.9	59.9	54.9	
100m 個人メドレー		2.20.9	2.12.9	2.05.9	
9才 男女共通		I	II	III	
50m	クロール	55.9	51.9	46.9	
	背泳ぎ	1.01.9	57.9	52.9	
	平泳ぎ	1.06.9	1.02.9	57.9	
	バタフライ	58.9	54.9	49.9	
100m 個人メドレー		2.07.9	1.59.9	1.52.9	
10才 男女共通		I	II	III	
50m	クロール	51.9	47.9	42.9	
	背泳ぎ	56.9	52.9	47.9	
	平泳ぎ	1.02.9	58.9	53.9	
	バタフライ	55.9	51.9	46.9	
100m 個人メドレー		2.00.9	1.52.9	1.45.9	
11才		I	II	III	
50m	クロール	女子	49.9	45.9	40.9
		男子	48.9	44.9	39.9
	背泳ぎ	女子	54.9	50.9	45.9
		男子	53.9	49.9	44.9
	平泳ぎ	女子	1.00.9	56.9	51.9
		男子	58.9	54.9	49.9
	バタフライ	女子	52.9	48.9	43.9
		男子	51.9	47.9	42.9
100m 個人メドレー		女子	1.56.9	1.48.9	1.41.9
		男子	1.52.9	1.44.9	1.37.9
12才		I	II	III	
50m	クロール	女子	47.9	43.9	38.9
		男子	45.9	41.9	36.9
	背泳ぎ	女子	52.9	48.9	43.9
		男子	50.9	46.9	41.9
	平泳ぎ	女子	57.9	53.9	48.9
		男子	54.9	50.9	45.9
	バタフライ	女子	50.9	46.9	41.9
		男子	48.9	42.9	39.9
100m 個人メドレー		女子	1.51.9	1.43.9	1.36.9
		男子	1.46.9	1.38.9	1.31.9
13才以上		I	II	III	
50m	クロール	女子	46.9	42.9	37.9
		男子	44.9	40.9	35.9
	背泳ぎ	女子	50.9	46.9	41.9
		男子	48.9	44.9	39.9
	平泳ぎ	女子	56.9	52.9	47.9
		男子	52.9	48.9	43.9
	バタフライ	女子	49.9	45.9	40.9
		男子	46.9	42.9	37.9
100m 個人メドレー		女子	1.47.9	1.39.9	1.32.9
		男子	1.41.9	1.33.9	1.26.9

**G** 選んだ4種目めのいずれか **Ⅲ**の記録を突破 **4種目め 制覇**

突破した種目の **盾 GET**

スィムキャップ購入

**SI** 選んだ4種目めのいずれか **Ⅱ**の記録を突破

**SI** 選んだ4種目めのいずれか **I**の記録を突破

**S** 選んだ3種目めのいずれか **Ⅲ**の記録を突破 **3種目め 制覇**

突破した種目の **盾 GET**

スィムキャップ購入

**AI** 選んだ3種目めのいずれか **Ⅱ**の記録を突破

**AI** 選んだ3種目めのいずれか **I**の記録を突破

**A** 選んだ2種目めのいずれか **Ⅲ**の記録を突破 **2種目め 制覇**

突破した種目の **盾 GET**

スィムキャップ購入

**RII** 選んだ2種目めのいずれか **Ⅱ**の記録を突破

**RI** 選んだ2種目めのいずれか **I**の記録を突破

**R** 選んだ種目のいずれか **Ⅲ**の記録を突破 **1種目め 制覇**

突破した種目の **盾 GET**

スィムキャッププレゼント

**30II** 選んだ種目のいずれか **Ⅱ**の記録を突破

**30I** 選んだ種目のいずれか **I**の記録を突破

## グランド チャンピオン コース

Grand Champion Course

## スーパー アスリート コース

Super Athlete Course

## アスリート コース

Athlete Course

## チャンピオン コース

Champion Course

- 例①
- 1種目め クロールⅢを突破・・・R合格
  - 2種目め 背泳ぎⅢを突破・・・A合格
  - 3種目め 平泳ぎⅢを突破・・・S合格
  - 4種目め 個人メドレーを選択

- 例②
- 1種目め 個人メドレーⅢを突破・・・R合格
  - 2種目め バタフライⅢを突破・・・A合格
  - 3種目め 平泳ぎⅢを突破・・・S合格
  - 4種目め クロールまたは背泳ぎを選択

個人メドレーは必須です

好きな種目から順番に制覇していきましょう 毎回種目を変更しても大丈夫です

Ⅲの記録を突破したら合格です