

レベルR・A・AA・AAA 進級基準表



毎月進級テスト週に下記の種目を選びタイム測定。（1回のテストにつき1種目）基準クリアでクリアレベルのカードをお渡しします。

同レベル以上のカードを3枚集めたら専用スイムキャップをプレゼント！*同じ種目・距離でも可。

NSI本山スイミングスクール

年齢	レベル	50M 自由形		50M 背泳ぎ		50M 平泳ぎ		50M バタフライ		年齢	レベル	100M 自由形		100M 個人メドレー	
		男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子			男子	女子	男子	女子
15歳以上	AAA	28-9	31-7	32-1	35-3	35-8	39-8	30-9	34-0	15歳以上	AAA	1-02-9	1-08-8	1-09-8	1-16-9
	AA	29-7	32-7	33-0	36-2	36-8	40-9	31-8	35-0		AA	1-04-8	1-10-8	1-12-0	1-19-2
	A	30-6	33-6	33-9	37-2	37-8	42-0	32-7	35-9		A	1-06-8	1-12-8	1-14-3	1-21-5
	R	31-4	34-5	34-8	38-2	38-8	43-1	33-6	36-9		R	1-08-7	1-14-8	1-16-5	1-23-8
14歳	AAA	29-7	32-1	33-2	35-7	36-9	40-3	31-9	34-4	14歳	AAA	1-05-0	1-09-6	1-12-3	1-17-8
	AA	30-6	33-0	34-1	36-7	37-9	41-4	32-8	35-4		AA	1-07-0	1-11-7	1-14-5	1-20-2
	A	31-5	34-0	35-0	37-7	39-0	42-6	33-7	36-4		A	1-08-9	1-13-8	1-16-7	1-22-6
	R	32-4	34-9	35-9	38-8	40-0	43-7	34-7	37-4		R	1-10-9	1-15-8	1-18-9	1-25-0
13歳	AAA	30-8	33-0	34-5	36-6	38-3	41-5	33-2	35-3	13歳	AAA	1-07-5	1-11-6	1-15-1	1-20-1
	AA	31-8	34-1	35-5	37-8	39-5	42-7	34-2	36-4		AA	1-09-7	1-13-8	1-17-5	1-22-7
	A	32-8	35-1	36-5	38-9	40-6	44-0	35-2	37-5		A	1-11-8	1-16-1	1-20-0	1-25-3
	R	33-8	36-1	37-5	40-0	41-8	45-2	36-2	38-6		R	1-14-0	1-18-4	1-22-4	1-27-9
12歳	AAA	32-5	34-1	36-5	37-8	40-3	42-8	34-9	36-5	12歳	AAA	1-10-8	1-13-9	1-18-7	1-22-5
	AA	33-5	35-3	37-5	39-1	41-6	44-1	36-0	37-7		AA	1-13-1	1-16-4	1-21-3	1-25-4
	A	34-5	36-4	38-5	40-3	42-8	45-5	37-0	38-9		A	1-15-4	1-18-8	1-23-9	1-28-2
	R	35-5	37-5	39-5	41-5	44-0	46-9	38-0	40-1		R	1-17-7	1-21-3	1-26-5	1-31-1
11歳	AAA	34-5	35-4	38-7	39-6	43-1	44-6	37-2	38-1	11歳	AAA	1-15-6	1-16-9	1-23-8	1-26-0
	AA	35-7	36-6	39-9	40-9	44-5	46-1	38-3	39-3		AA	1-18-1	1-19-6	1-26-7	1-29-1
	A	36-8	37-9	41-0	42-2	45-8	47-6	39-5	40-6		A	1-20-6	1-22-3	1-29-6	1-32-2
	R	38-0	39-1	42-2	43-5	47-1	49-1	40-7	41-9		R	1-23-2	1-25-1	1-32-5	1-35-3
10歳	AAA	37-2		41-7		46-8		40-0		10歳	AAA	1-21-5		1-30-7	
	AA	38-5		43-0		48-2		41-3			AA	1-24-2		1-33-8	
	A	39-8		44-3		49-7		42-6			A	1-26-9		1-36-9	
	R	41-0		45-6		51-2		43-9			R	1-29-6		1-40-1	
9歳	AAA	39-7		45-0		49-6		42-7		9歳	AAA	1-27-0		1-35-9	
	AA	41-2		46-6		51-1		44-2			AA	1-30-1		1-39-3	
	A	42-7		48-2		52-7		45-6			A	1-33-2		1-42-7	
	R	44-2		49-8		54-3		47-1			R	1-36-3		1-46-1	
8歳以下	AAA	43-6		48-9		54-9		47-0		8歳以下	AAA	1-35-3		1-46-2	
	AA	45-2		50-5		56-7		48-6			AA	1-38-3		1-50-0	
	A	46-8		52-2		58-6		51-8			A	1-42-2		1-54-0	
	R	48-4		53-8		1-00-4		53-6			R	1-45-6		1-57-9	