



広島ミドリスイミングクラブ合格基準表

レベルに合わせた指導で確実に力がつく！
次のステップ目指してがんばろう！



クラス	合格級	内容
STEP 1 水慣れ 水に慣れよう！	カ二級 (水慣れ)	一人でおさんぽ&お顔洗い
	メダカ級 (水慣れ)	顔つけ&ブクブク
	ペンギン級 (水慣れ)	補助浮身&コーチとブクブクパッ
	キンギョ級 (水慣れ)	ビート板けのび浮き&一人でブクブクパッ
STEP 2 初級 水泳の基本を習得！	13級 (赤ワッペン) (水慣れ)	ビート板キック (バタ足)
	12級 (青ワッペン) (水慣れ)	ビート板なしキック (バタ足)
	11級 (緑ワッペン) (クロール)	ノーブレクロール (呼吸なし・手回し5~10m)
	10級 (クロール)	クロール (呼吸あり・10m 止まらず泳ぐ)
	9級 (クロール)	クロール (呼吸あり・25m 止まらず泳ぐ)
STEP 3 中級 長い距離に挑戦！	8級 (背泳ぎ)	背泳ぎ (25m)
	7級 (平泳ぎ)	平泳ぎ (25m)
	6級 (バタフライ)	バタフライ (25m)
	5級 (4泳法)	50m 個人メドレー (4泳法) のタイムトライアル
	4級 (4泳法)	
STEP 4 上級 タイムをどんどん伸ばそう！	3級 (4泳法)	大会に出場します。 得意種目でタイムトライアル。
	2級 (4泳法)	
	1級 (4泳法)	
	C級 (4泳法)	
	B級 (4泳法)	
	A級 (4泳法)	
FINAL STEP 育成・選手クラス 目指せトップクラス！	スーパーチャイルド	全国・世界を目指します。 (選考・基準タイムあり)
	育成	
	選手	

※進級テストは毎月 (月の第4週目) に実施します。※進級テスト週でも振替を取ることができます。

