

クラス	級	進級テスト基準
ホワイト	13級	シャワー浴び、プールマナー
	12級	プールの水を浴びる
	11級	プールに入る
	10級	顔を水につける
	09級	頭の後ろまで水につける
	08級	頭を沈めて水中呼吸止め5秒
	07級	頭を沈めて水中呼吸止め10秒
	06級	前方呼吸(水中で鼻からブクブク)
	05級	前方呼吸連続
	04級	ビート版をもって5秒浮く
	03級	何も頼らずに10秒浮く
	02級	ポビング(プールの底をけりジャンプ)
	01級	自分の意思で水中にもぐる
オレンジ	10級	腰かけクロールキック
	09級	壁を持ってクロールキック
	08級	クロールビート板キック13m
	07級	クロールビート板キック25m
	06級	クロール面かぶりキック7m
	05級	クロールけのびキック7m
	04級	ノープレスクロール10m
	03級	クロール横呼吸(左右両呼吸)
	02級	クロールコンビ13m
	01級	クロールコンビ25m
グリーン	10級	背面浮き
	09級	背面キック13m
	08級	背面キック25m
	07級	背泳ぎコンビ13m
	06級	背泳ぎコンビ25m
	05級	平泳ぎ壁キック
	04級	平泳ぎビート板キック25m
	03級	平泳ぎけのびキック
	02級	平泳ぎコンビ13m
	01級	平泳ぎコンビ25m
ブルー	05級	バタフライ壁キック
	04級	バタフライビート板キック25m
	03級	バタフライコンビ13m
	02級	バタフライコンビ25m
	01級	100m個人メドレー(年齢別タイム基準有)

ブルー1級合格タイム

6才	7才	8才	9才	10才以上
2分30秒00	2分25秒00	2分20秒00	2分15秒00	2分10秒00