



高陽ドルフィンクラブ 進級基準表

級	ワッペン	スイミング キャップ	目的	基準	泳力認定® 取得可能級 ジュニア17歳以下
26	カニ	どうにゅうきゅう 導入級 ワッペン専用 キャップ (オレンジ色)	みず な 水に慣れよう	あたま みず なか もぐ 頭まで水の中に潜ることができる	
25	エビ			みず なか め あ 水の中で目を開けることができる	
24	カメ			みず なか はな いき だ 水の中で鼻から息を出すことができる	
23	ワニ			いた びょうじょう あ ビート板けのび (5秒以上) ヘルパー有り	
22	ペンギン		およ 泳ぎの きそ 基礎を み 身につけよう	ばん つ ビート板キック (ヘルパー付きで8m) けのびヘルパー有り (10秒)	
21	アシカ			ばん な ビート板キック (ヘルパーなし12.5m) けのびヘルパー無し (10秒)	
20	ジンベエザメ			ノーブレイク 7m	
19	クジラ			ようじ がくどう ノーブレイクロー (幼児7m・学童8m)	
18	ドルフィン 18	つうじょうきゅう 通常級 ワッペン専用 キャップ (白色)		ただ クロール 25m (正しいキック)	
17	ドルフィン 17			あり クロール 12.5m (ヘルパー有り)	
16	ドルフィン 16			あり クロール 25m (ヘルパー有り)	
15	ドルフィン 15			なし クロール 12.5m (ヘルパー無し)	
14	ドルフィン 14			なし クロール 25m (ヘルパー無し)	泳力認定 6級
13	ドルフィン 13			せ およ ただ 背泳ぎ 25m (正しいキック)	
12	ドルフィン 12			せ およ ただ えいほう 背泳ぎ 25m (正しい泳法)	
11	ドルフィン 11			ただ バタフライ 25m (正しいキック)	
10	ドルフィン 10			ただ えいほう バタフライ 25m (正しい泳法)	
9	ドルフィン 9		えいほう 4泳法を しゅうとく 習得しよう	ひら およ ただ えいほう 平泳ぎ 25m (正しい泳法)	泳力認定 4級
8	ドルフィン 8			ただ えいほう ・クロール 50m (正しい泳法) ・陸上からのスタートと、正しいターン	
7	ドルフィン 7			せ およ ただ えいほう りくじょう ・背泳ぎ 50m (正しい泳法) ・陸上からのスタートと、正しいターン	
6	ドルフィン 6			ひら およ ただ えいほう りくじょう ・平泳ぎ 50m (正しい泳法) ・陸上からのスタートと、正しいターン	
5	ドルフィン 5	かくえいほう 各泳法の ぎじゅつこうじょう 技術向上		ただ えいほう りくじょう ・バタフライ 50m (正しい泳法) ・陸上からのスタートと、正しいターン	泳力認定 3級
4	ドルフィン 4			ただ えいほう りくじょう ・バタフライ 50m (正しい泳法) ・陸上からのスタートと、正しいターン	
ブロンズ	なし			こじん えいほう およ ・100m個人メドレー (4泳法を25mずつ泳ぐ) ・スカーリング (手のひらで水をかいて進む)	泳力認定 2級
シルバー	なし			こじん えいほう およ 200m個人メドレー (4泳法を50mずつ泳ぐ)	泳力認定 1級
ゴールド	なし	せんよう 専用キャップ	ちようせん タイムに挑戦	ねんれいべつ どう どくじきじゅん 年齢別に当クラブ独自基準によりタイム設定	

泳力認定®は (一社) 日本スイミングクラブ協会が定める全国統一の水泳資格 (履歴書記載可能) です。

泳力認定員の在籍する当クラブの本科コースでは、ジュニア6級～1級までの取得が可能となります。

※泳力認定®取得希望者は対象級で進級テストに合格後に指定期間内での
お申込み (れんらくアプリにて) と手数料 (検定料+認定料) のお支払いが必要です。

