

選手コース練習グループ

【赤】【青】【黄】練習グループ基準

- ・やる気のある選手
- ・あいさつができる選手
- ・お父さん、お母さんの言うことを聞ける選手
- ・特別練習や合宿、イベントに参加できる選手
- ・コーチの言うことが聞ける選手
- ・ルールを守れる選手
- ・速く泳げるようになりたい選手

公認タイム	8歳7% 小学3年以下		9歳7% 小学4年		10歳6% 小学5年		11歳5% 小学6年		12歳4% 中学1年		13歳3% 中学2,3年		
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	
バタフライ	50	46-14	46-14	39-84	39-99	37-86	38-09	35-25	35-46	33-09	34-35	30-45	33-04
	100	-	-	-	-	-	-	1-18-25	1-18-33	1-13-43	1-15-64	1-08-36	1-12-48
背泳ぎ	50	48-40	48-40	42-13	42-24	40-06	39-88	37-21	37-12	35-05	35-79	32-60	34-46
	100	-	-	-	-	-	-	1-19-90	1-20-39	1-15-61	1-17-06	1-09-87	1-13-75
平泳ぎ	50	54-13	54-45	47-12	47-67	44-47	44-83	40-88	41-72	38-12	40-28	35-77	39-90
	100	-	-	-	-	-	-	1-28-18	1-29-31	1-22-50	1-26-20	1-16-87	1-23-03
クロール	50	42-24	42-24	36-98	37-45	35-28	35-49	32-82	33-29	30-96	32-22	29-05	31-19
	100	-	-	-	-	-	-	1-11-54	1-12-57	1-07-53	1-09-85	1-03-41	1-07-14
個人メドレー	200	3-43-24	3-43-24	3-13-88	3-16-46	3-04-81	3-07-32	2-51-17	2-53-32	2-42-64	2-47-09	2-32-01	2-41-18
突破種目数	2種目				IM+2種目				IM+3種目				

公認タイム	12歳1% 中学1年		13歳1% 中学2年		14歳1% 中学3年		15歳1% 高校1年		17歳1% 高校2,3年		
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	
バタフライ	50	32-13	33-36	29-85	32-40	28-96	32-26	27-73	31-66	27-08	31-62
	100	1-11-31	1-13-46	1-07-03	1-11-07	1-05-02	1-10-33	1-02-25	1-09-18	1-01-49	1-09-10
	200	-	-	2-27-86	2-36-12	2-22-21	2-33-67	2-16-57	2-30-42	2-14-45	2-30-41
背泳ぎ	50	34-04	34-76	31-97	33-79	31-10	33-46	29-90	32-67	29-48	32-67
	100	1-13-43	1-14-84	1-08-51	1-12-32	1-06-67	1-11-63	1-04-09	1-09-93	1-03-17	1-09-92
	200	-	-	2-27-94	2-35-72	2-23-25	2-33-12	2-18-43	2-29-81	2-16-58	2-29-81
平泳ぎ	50	37-02	39-12	35-07	39-12	34-06	37-73	32-91	37-19	32-34	37-18
	100	1-20-12	1-23-71	1-15-38	1-21-42	1-13-20	1-20-82	1-10-28	1-19-66	1-09-50	1-19-41
	200	-	-	2-41-87	2-52-92	2-37-06	2-52-00	2-31-04	2-48-71	2-29-16	2-48-70
クロール	50	30-06	31-29	28-49	30-59	27-69	30-27	26-71	29-85	26-20	29-79
	100	1-05-58	1-07-84	1-02-18	1-05-84	1-00-25	1-05-34	58-07	1-04-20	56-90	1-04-19
	200	2-21-83	2-26-27	2-14-13	2-21-35	2-10-02	2-20-58	2-05-85	2-17-90	2-03-86	2-17-48
	400	-	-	4-42-54	4-56-31	4-34-08	4-54-00	4-25-25	4-48-32	4-22-07	4-47-73
	1500:800	-	-	-	-	17-52-19	9-54-62	17-38-02	9-52-81	17-17-82	9-48-38
個人メドレー	200	2-37-95	2-42-27	2-29-06	2-38-05	2-25-26	2-36-83	2-19-92	2-34-41	2-17-38	2-33-48
	400	-	-	5-13-70	5-32-28	5-06-40	5-28-65	4-54-60	5-23-29	4-52-59	5-21-58
突破種目数	IM含む4種目										

*小学生は赤グループに上げられません。

上記に該当しない選手は【黄グループ】

休日	赤	青	黄
		月	火

		月	火	水	木	金	土	日	
練習時間	赤			18:45-21:00				8:00-10:00	15:40-17:40
	青			17:45-20:00				12:25-13:25	15:40-17:40
	黄	17:45-19:00						12:25-13:25	

赤グループへの移動は4月、9月の年2回
青グループへの移動は随時可

2019年4月より適用