

Swimming Level Progress Chart

HILLS SPA KIDS Swimming School 進級基準



Level/級	Items/認定項目	Level/級	Items/認定項目
25	Playing 水遊び	12	Backstroke 背泳ぎ 20m/25m
24	Putting face 顔つけ	11	Breaststroke board kick- breathing 息継ぎ平泳ぎ板キック 20m/25m
23	Submerging 潜り	10	Breaststroke 平泳ぎ 20m/25m
22	Bobbing ボビング移動 3m	9	Butterfly kick バタフライキック 20m/25m
21	Floating 浮き身	8	No-breath butterfly ノーブレスバタフライ 10m/12.5m
20	Streamline glide けのび	7	Butterfly バタフライ 20m/25m
19	Board kick - head up (with helper) 顔上げ板キック 10m/12.5m 【ヘルパーあり】	6	Crawl クロール 40m/50m
18	Board kick - breathing (with helper) 息継ぎ板キック 10m/12.5m 【ヘルパーあり】	5	Backstroke 背泳ぎ 40m/50m
17	Glide kick グライドキック 5m	4	Breaststroke 平泳ぎ 40m/50m
16	No-breath crawl (with helper) ノーブレスクロール 7m 【ヘルパーあり】	3	Butterfly バタフライ 40m/50m
15	Crawl (with helper) クロール 10m/12.5m 【ヘルパーあり】	2	Individual medley 個人メドレー 80m/100m
14	Crawl クロール 20m/25m	1	Individual medley 個人メドレー 160m/200m
13	Backstroke kick 背泳ぎキック 20m/25m	S	Time class *Please refer to the chart below タイム級 ※下記ご参照ください

S-CLASS								
Month/月	Items/認定項目		Standard	Bronze	Silver	Gold	Diamond	
4	Crawl クロール100m	Boy's/男子	~1'52'01	1'52'00	1'42'00	1'35'00	1'28'00	
		Girl's/女子					1'30'00	
6	Backstroke 背泳ぎ100m	Boy's/男子	~2'02'01	2'02'00	1'54'00	1'43'00	1'35'00	
		Girl's/女子					1'38'00	
8	Breaststroke 平泳ぎ100m	Boy's/男子	~2'17'01	2'17'00	2'07'00	1'56'00	1'47'00	
		Girl's/女子					1'51'00	
10	Butterfly バタフライ100m	Boy's/男子	~2'00'01	2'00'00	1'57'00	1'41'00	1'33'00	
		Girl's/女子					1'37'00	
12	Individual medley 個人メドレー	80m	Boy's/男子	~1'34'51	1'34'50	1'25'50	1'20'50	1'13'00
			Girl's/女子					1'17'00
		100m	Boy's/男子	~2'07'01	2'07'00	1'54'00	1'47'00	1'38'00
			Girl's/女子					1'41'00

*For the February test, you can choose the style.

※2月度の認定テストでは種目を選択できます。

Distances and standard times vary by facility. (ARK・MOTOAZABU・ROPPONGI・SENGOKUYAMA: 20m, TORANOMON: 25m)
施設により距離・基準タイムが異なります。(アーク・元麻布・六本木・仙石山: 20mプール 虎ノ門: 25mプール)