

60級進級制度の頂点を極めた1級の新しいチャレンジが始まる

# マーベラススイマー制度

タイムアップを目標とするアスリートグレードと  
フォームを磨くことを目標とするデモンストレートグレードがあります。

各称号(スーパー～マーベラス)ごとに素敵な  
オリジナルスイムキャップを用意しているので、  
全部のゲットを目指して頑張りましょう!

毎月自分の目標を選択し、ポイントチャレンジでポイント  
を獲得し合計ポイントでスイマーの称号とスイムキャップ  
獲得を目指しましょう!



※ポイントチャレンジテストは毎月組3週目に実施します。欠席した場合は翌月以降に持ち越します。

## 自由形



アスリートグレード タイムアップを目標とします

|         |             |        |
|---------|-------------|--------|
| AS-FR-A | 50M年齢別タイム基準 | 50ポイント |
| AS-FR-B | 50M年齢別タイム基準 | 30ポイント |
| AS-FR-C | 50M年齢別タイム基準 | 20ポイント |
| AS-FR-D | 50M年齢別タイム基準 | 10ポイント |

デモンストレートグレード フォームを磨くことを目標とします

|         |                  |        |
|---------|------------------|--------|
| DE-FR-A | 200m完泳           | 50ポイント |
| DE-FR-B | 100m完泳           | 30ポイント |
| DE-FR-C | クイックor水平ターンをマスター | 20ポイント |
| DE-FR-D | スタートをマスター        | 10ポイント |

## 背泳ぎ



|         |             |        |
|---------|-------------|--------|
| AS-BK-A | 50M年齢別タイム基準 | 50ポイント |
| AS-BK-B | 50M年齢別タイム基準 | 30ポイント |
| AS-BK-C | 50M年齢別タイム基準 | 20ポイント |
| AS-BK-D | 50M年齢別タイム基準 | 10ポイント |

|         |                     |        |
|---------|---------------------|--------|
| DE-BK-A | 100m完泳              | 50ポイント |
| DE-BK-B | 50m完泳               | 30ポイント |
| DE-BK-C | オーバーロールor水平ターンをマスター | 20ポイント |
| DE-BK-D | スタートをマスター           | 10ポイント |

## 平泳ぎ



|         |             |        |
|---------|-------------|--------|
| AS-BR-A | 50M年齢別タイム基準 | 50ポイント |
| AS-BR-B | 50M年齢別タイム基準 | 30ポイント |
| AS-BR-C | 50M年齢別タイム基準 | 20ポイント |
| AS-BR-D | 50M年齢別タイム基準 | 10ポイント |

|         |           |        |
|---------|-----------|--------|
| DE-BR-A | 100m完泳    | 50ポイント |
| DE-BR-B | 50m完泳     | 30ポイント |
| DE-BR-C | 水平ターン     | 20ポイント |
| DE-BR-D | スタートをマスター | 10ポイント |

## バタフライ



|          |             |        |
|----------|-------------|--------|
| AS-FLY-A | 50M年齢別タイム基準 | 50ポイント |
| AS-FLY-B | 50M年齢別タイム基準 | 30ポイント |
| AS-FLY-C | 50M年齢別タイム基準 | 20ポイント |
| AS-FLY-D | 50M年齢別タイム基準 | 10ポイント |

|          |           |        |
|----------|-----------|--------|
| DE-FLY-A | 100m完泳    | 50ポイント |
| DE-FLY-B | 50m完泳     | 30ポイント |
| DE-FLY-C | 水平ターン     | 20ポイント |
| DE-FLY-D | スタートをマスター | 10ポイント |

1級取得後自動的にマーベラススイマー制度に移行します