

マーベラススイマー制度 目標一覧

アスリートグレード

自由形



自由形<FR> 男子	8歳以下	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳以上	ポイント
AS-FR-A	51.59	47.29	43.69	40.39	37.69	35.89	50P
AS-FR-B	54.17	49.65	45.87	42.41	39.57	37.68	30P
AS-FR-C	56.93	52.19	48.21	44.57	41.59	39.61	20P
AS-FR-D	59.89	54.90	50.72	46.89	43.76	41.67	10P
自由形<FR> 女子	8歳以下	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳以上	ポイント
AS-FR-A	51.59	47.29	43.69	41.69	39.79	38.29	50P
AS-FR-B	54.17	49.65	45.87	43.77	41.78	40.20	30P
AS-FR-C	56.93	52.19	48.21	46.01	43.91	42.25	20P
AS-FR-D	59.89	54.90	50.72	48.40	46.19	44.45	10P

背泳ぎ



背泳ぎ<BK> 男子	8歳以下	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳以上	ポイント
AS-BK-A	57.09	53.19	48.29	44.59	41.59	39.59	50P
AS-BK-B	59.94	55.85	50.70	46.82	43.67	41.57	30P
AS-BK-C	1.03.00	58.70	53.29	49.21	45.90	43.69	20P
AS-BK-D	1.06.28	1.01.75	56.06	51.77	48.28	45.96	10P
背泳ぎ<BK> 女子	8歳以下	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳以上	ポイント
AS-BK-A	57.09	53.19	48.29	46.19	44.09	42.39	50P
AS-BK-B	59.94	55.85	50.70	48.50	46.29	44.51	30P
AS-BK-C	1.03.00	58.70	53.29	50.97	48.66	46.78	20P
AS-BK-D	1.06.28	1.01.75	56.06	53.62	51.19	49.21	10P

平泳ぎ



平泳ぎ 男子	8歳以下	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳以上	ポイント
AS-BR-A	1.04.10	57.49	54.19	49.79	46.49	44.29	50P
AS-BR-B	1.07.31	1.00.36	56.90	52.28	48.81	46.50	30P
AS-BR-C	1.10.74	1.03.44	59.80	54.95	51.30	48.88	20P
AS-BR-D	1.14.42	1.06.74	1.02.91	57.80	53.97	51.42	10P
平泳ぎ 女子	8歳以下	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳以上	ポイント
AS-BR-A	1.04.10	57.49	54.19	52.09	49.69	47.79	50P
AS-BR-B	1.07.31	1.00.36	56.90	54.69	52.17	50.18	30P
AS-BR-C	1.10.74	1.03.44	59.80	57.48	54.84	52.74	20P
AS-BR-D	1.14.42	1.06.74	1.02.91	1.00.47	57.69	55.48	10P

バタフライ



バタフライ<FLY> 男子	8歳以下	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳以上	ポイント
AS-FLY-A	55.19	50.19	46.69	43.09	40.19	38.29	50P
AS-FLY-B	57.95	52.70	49.02	45.24	42.20	40.20	30P
AS-FLY-C	1.00.90	55.39	51.52	47.55	44.35	42.25	20P
AS-FLY-D	1.04.07	58.27	54.20	50.02	46.66	44.45	10P
バタフライ<FLY> 女子	8歳以下	9歳	10歳	11歳	12歳	13歳以上	ポイント
AS-FLY-A	55.19	50.19	46.69	44.59	42.49	40.89	50P
AS-FLY-B	57.95	52.70	49.02	46.82	44.61	42.93	30P
AS-FLY-C	1.00.90	55.39	51.52	49.21	46.89	45.12	20P
AS-FLY-D	1.04.07	58.27	54.20	51.77	49.33	47.47	10P

※目標タイムは公益財団法人日本水泳連盟の水泳資格級に準じて設定しています。※水泳資格級とは水泳連盟が制定している全国統一の泳力評価基準です。

デモンストレートグレード

自由形



グレード	項目	判定	ポイント
DE-FR-A	200m完泳	規則に則ったターンを7回きれいに行う	50P
DE-FR-B	100m完泳	規則に則ったターンを3回きれいに行う	30P
DE-FR-C	クイックor水平ターンをマスター	ターン動作に入ってから3秒以内にスタート	20P
DE-FR-D	スタートをマスター	水中けのびの姿勢で5m以上	10P

背泳ぎ



グレード	項目	判定	ポイント
DE-BK-A	100m完泳	規則に則ったターンを3回きれいに行う	50P
DE-BK-B	50m完泳	規則に則ったターンを1回きれいに行う	30P
DE-BK-C	オーバーロールor水平ターンをマスター	ルール遵守(ターン動作に入るまでに上向き)	20P
DE-BK-D	スタートをマスター	バックスタートバサロで5m	10P

平泳ぎ



グレード	項目	判定	ポイント
DE-BR-A	100m完泳	規則に則ったターンを3回きれいに行う	50P
DE-BR-B	50m完泳	規則に則ったターンを1回きれいに行う	30P
DE-BR-C	水平ターン	ルール遵守(両手タッチ)	20P
DE-BR-D	スタートをマスター	一かき一けり5m	10P

バタフライ



グレード	項目	判定	ポイント
DE-FLY-A	100m完泳	規則に則ったターンを3回きれいに行う	50P
DE-FLY-B	50m完泳	規則に則ったターンを1回きれいに行う	30P
DE-FLY-C	水平ターン	ルール遵守(両手タッチ)	20P
DE-FLY-D	スタートをマスター	水中ドルフィンキックで5m	10P

※規則とは、日本水泳連盟競技規則です。