

水泳ワッペン表			
0	カニ		赤：1.元気にプールにきました 黄：2.シャワーを浴びる 3.顔洗い 青：4.顔付け(瞬間でも可) 5.水中歩行5m(支持なし)
1	タコ		赤：6.バブリング3秒×10回 7.立ち飛び込み1回 8.潜り3秒(壁につかまって良い) 黄：9.潜り5秒(一人で) 10.支持けのびa3秒(リーダーの肩につかまって) 11.支持けのびb3秒(小ビート板) 青：12.支持けのび5秒または3m(小ビート板) 13.けのび3秒(頭を入れる)
2	クラゲ		赤：14.石ひろい(目を開けて潜る) 15.けのび5秒または3m(基本姿勢・リラックス) 16.けのびからの立ち方(自分の身を守る) 17.ポピング10回(目をあけて、リズムよく) 黄：18.バタ足 幼児2m・小学生4m(距離重視) 19.支持背面浮き3秒(リーダーの補助あり) 青：20.バタ足 幼児4m・小学生6m(フォーム腿・膝・足首・動作) 21.面かぶりクローリング4m・小学生6m(フォーム頭・キック・手の動作) 22.背面浮き3秒(気をつけ姿勢) 23.背面からの立ち方(自分の身を守る)
3	タツ		赤：24.バタ足 幼児6m・小学生8m(安定して余裕を持って到達) 25.面かぶりクローリング 幼児6m・小学生8m(安定して余裕を持って到達) 26.背面けのび3秒(けのび姿勢) 黄：27.ブリージングキック10m(中ビート板) 28.支持クローリング10m(交互動作・2回手をまわして、1回息継ぎ) 29.背面バタ足5m(けのび姿勢) 青：30.クローリング10m(距離重視・交互動作) 31.背面バタ足8m(距離重視)
4	フグ		赤：32.クローリング15m(距離重視・交互動作) 33.背泳 10m(距離重視・交互動作) 黄：34.クローリング25m(距離重視・交互動作) 35.背泳 15m(距離重視・交互動作) 青：36.クローリング25m フォームa(おへそを見るぐらい頭を入れる・手をのぼして最後までお水をかく) 37.背泳 25m 距離(タイミングよくポピング・正しい姿勢でキック)
5	サンマ		赤：38.クローリング25m フォームb(息継ぎは横を向く※上を向かない)・腕と耳をつける 39.背泳ぎ25m フォーム(肩の真上をリカバリー※耳の横に入水) 40.持久泳50m(クローリング25m・背泳ぎ25m) 黄：41.クローリング50m 距離(距離重視) 42.背泳ぎ50m 距離(距離重視) 43.平泳キックa10m(形に気をつける) 青：44.クローリング50m フォームa(ヘッドアップ・指先から入水) 45.背泳 50m フォームa(手の動作が左右同時(停止している時間が長くて可)) 46.平泳キックb15m(ビート板使用)
6	トビウオ		赤：47.クローリング50m フォームb(指先から入水時、片方のプル動作開始) 48.背泳 50m フォームa(手が同時に動いている・短いリズムでタイミングよく) 49.平泳 25m 距離(距離重視) 50.持久泳100m(クローリング・背泳ぎ50mずつ続けて) 黄：51.クローリング75m 距離(距離重視) 52.背泳 75m 距離(距離重視) 53.平泳ぎ25m フォーム(のびのある泳ぎ) 54.バタフライキック10m(ウェーブ重視※イルカ潜りでも可) 55.バタフライ15m 距離(距離重視) 青：56.クローリング100m 距離(距離重視) 57.背泳 100m 距離(距離重視) 58.平泳 50m 距離(距離重視) 59.バタフライ25m 距離(距離重視)
7	カジキマグロ		赤：60.クローリング100m フォーム(エルボーアップ(水上・水中)) 61.背泳 100m フォーム(水中で水をとらえる) 62.平泳 50m フォーム(頭が上を向かない・水中のかき) 63.バタフライ25m フォーム(正しいウェーブ・常に同じリズムで泳ぐ) 64.IMD 100m 黄：65.クローリング50m 60秒 66.背泳 50m 1分10秒 67.平泳 50m 1分10秒 68.バタフライ 50m 距離 青：69.クローリング50m 55秒 70.背泳 50m 1分05秒 71.平泳 50m 1分05秒 72.バタフライ 50m フォームa(常に同じリズムで泳ぐ※目安1分05秒)
8	サメ		赤：73.クローリング50m 50秒 74.背泳 50m 60秒 75.平泳 50m 60秒 76.バタフライ 50m フォームb(リカバリー時、常に腕が水上※目安1分00秒) 77.IMD 200m 黄：78.クローリング100m 1分50秒 79.背泳 100m 2分00秒 80.平泳 100m 2分10秒 81.バタフライ 55秒 青：82.クローリング100m 1分40秒 83.背泳 100m 1分50秒 84.平泳 100m 2分00秒 85.バタフライ 50m 50秒
9	イルカ		赤：86.クローリング100m 1分30秒 87.背泳 100m 1分40秒 88.平泳 100m 1分50秒 89.バタフライ 50m 45秒 90.IMD 400m(86~89の項目が合格してから実施) 黄：91.クローリング100m 1分20秒 92.背泳 100m 1分30秒 93.平泳 100m 1分40秒 94.バタフライ 50m 40秒 95.IMD 200m 3分10秒(91~94の項目が合格してから実施) 青：96.クローリング100m 1分15秒 97.背泳 100m 1分25秒 98.平泳 100m 1分35秒 99.バタフライ 50m 35秒 100.IMD 200m 3分00秒(96~99の項目が合格してから実施)