

女子	18-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90-94	95-99	100-
50m 自由形	26.89	26.56	27.02	27.37	26.95	27.78	29.99	30.74	31.84	33.47	33.61	35.90	41.31	44.93	54.97	1:14.38	
100m 自由形	58.37	58.59	58.20	58.87	1:02.50	1:03.33	1:05.67	1:10.24	1:12.31	1:13.05	1:14.28	1:20.01	1:34.43	1:49.58	2:00.12	2:56.83	
200m 自由形	2:06.90	2:06.81	2:04.62	2:07.99	2:15.70	2:19.58	2:26.91	2:33.32	2:40.63	2:42.91	2:49.80	2:54.26	3:40.08	4:19.11	5:11.52	6:30.34	
400m 自由形	4:31.44	4:28.30	4:25.60	4:29.56	4:44.85	4:53.27	5:08.72	5:24.06	5:46.79	5:46.27	5:54.97	6:12.25	7:40.93	9:31.21	10:30.72	13:52.13	
800m 自由形	9:49.40	9:35.17	9:28.25	9:27.41	9:48.15	10:09.77	10:41.23	11:12.49	11:44.16	12:06.31	12:13.07	14:35.61	16:09.70	20:50.44	26:48.47	29:29.02	
1500m 自由形	19:11.28	17:54.78	17:53.28	17:54.74	19:12.67	20:17.21	20:21.66	21:35.01	24:10.91	23:52.54	24:49.53	26:41.71	30:43.41	40:07.30	47:05.74	54:09.81	
50m 背泳ぎ	31.06	29.60	28.86	30.89	31.69	32.08	33.41	36.08	36.61	37.54	39.67	42.06	50.68	58.87	1:08.30	1:19.05	
100m 背泳ぎ	1:06.59	1:04.82	1:02.26	1:05.58	1:12.28	1:13.16	1:14.90	1:19.65	1:20.43	1:24.67	1:26.15	1:39.02	1:54.49	2:17.44	2:49.48	2:55.56	
200m 背泳ぎ	2:25.70	2:17.30	2:18.05	2:20.67	2:36.83	2:36.19	2:37.11	2:56.13	2:58.02	3:08.20	3:11.54	3:48.04	4:11.24	4:59.07	6:15.92	6:29.99	
50m 平泳ぎ	34.27	32.75	32.42	33.24	35.46	36.73	38.14	39.59	41.16	42.78	43.45	43.95	56.57	1:02.92	1:29.94	2:24.40	
100m 平泳ぎ	1:14.35	1:12.65	1:10.10	1:12.77	1:19.66	1:22.70	1:24.20	1:27.70	1:30.97	1:33.23	1:37.72	1:38.81	2:10.31	2:28.48	3:04.80	※ 8:00.00	
200m 平泳ぎ	2:40.39	2:35.46	2:28.93	2:35.40	2:49.95	3:03.64	3:07.59	3:08.12	3:24.38	3:24.79	3:34.32	3:41.53	4:44.59	5:26.82	7:45.45	※ 18:00.00	
50m バタフライ	28.04	27.63	28.26	28.67	29.59	29.89	31.16	32.07	35.18	36.50	38.65	41.54	57.90	1:06.40	1:22.05	※ 8:00.00	
100m バタフライ	1:03.03	1:02.73	1:01.79	1:05.45	1:07.74	1:07.62	1:11.80	1:14.29	1:27.05	1:27.73	1:34.51	2:03.90	2:25.58	※ 6:00.00	※ 12:00.00	※ 15:00.00	
200m バタフライ	2:18.80	2:17.56	2:21.24	2:22.05	2:38.20	2:38.11	2:45.65	2:55.50	3:22.94	3:31.05	4:09.17	4:58.89	6:09.93	※ 12:30.00	※ 25:00.00	※ 30:00.00	
200m 個人メドレー	2:23.20	2:20.71	2:19.28	2:21.47	2:36.31	2:38.82	2:39.48	2:56.40	3:05.90	3:11.94	3:13.19	3:32.94	4:23.03	5:51.75	※ 17:00.00	※ 22:00.00	
400m 個人メドレー	5:04.16	5:02.78	4:56.08	4:59.59	5:38.11	5:40.83	5:40.27	6:18.43	6:34.94	6:46.46	6:54.93	8:51.98	11:52.23	※ 20:00.00	※ 30:00.00	※ 45:00.00	

男子	18-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90-94	95-99	100-
50m 自由形	23.24	23.38	23.33	23.20	24.25	24.26	24.08	26.31	27.13	28.58	29.44	30.63	33.08	33.94	43.03	56.99	
100m 自由形	51.40	51.26	51.34	50.78	53.99	56.14	54.61	59.56	1:02.21	1:03.81	1:06.61	1:10.02	1:17.11	1:23.52	1:38.05	2:17.59	
200m 自由形	1:55.00	1:54.78	1:57.91	1:55.36	2:02.54	2:08.02	2:03.51	2:14.17	2:23.73	2:25.42	2:31.76	2:40.79	2:59.28	3:13.78	3:54.89	※ 12:00.00	
400m 自由形	4:00.97	4:13.04	4:13.04	4:12.95	4:25.68	4:29.92	4:43.35	4:56.43	5:06.13	5:19.32	5:29.63	5:43.90	6:31.17	7:05.53	8:13.45	※ 25:00.00	
800m 自由形	8:46.46	8:48.10	8:56.52	9:02.90	9:20.58	9:24.93	9:42.88	10:30.69	10:42.98	11:23.07	11:34.12	11:59.91	13:44.73	15:24.97	17:54.42	※ 50:00.00	
1500m 自由形	16:57.21	16:58.70	16:30.41	17:15.82	17:41.58	18:08.67	18:31.16	20:14.24	20:16.56	21:44.65	22:03.95	23:34.20	25:59.56	30:10.16	※ 90:00.00	※ 100:00.00	
50m 背泳ぎ	26.67	26.18	27.26	27.21	28.37	28.96	30.41	31.90	32.62	34.90	35.83	36.38	38.16	39.89	46.82	1:01.61	
100m 背泳ぎ	57.89	57.42	58.74	59.50	1:01.60	1:02.44	1:07.28	1:11.43	1:14.39	1:18.70	1:20.93	1:22.05	1:26.44	1:31.65	1:45.46	2:22.83	
200m 背泳ぎ	2:04.77	2:08.02	2:10.18	2:11.60	2:15.87	2:16.78	2:31.09	2:42.86	2:45.56	2:51.19	2:58.62	3:04.07	3:16.82	3:28.59	4:05.77	5:30.07	
50m 平泳ぎ	28.33	28.44	28.86	29.65	29.53	30.08	32.24	33.03	34.28	34.61	37.23	40.01	41.68	45.58	57.20	1:10.83	
100m 平泳ぎ	1:02.29	1:02.19	1:03.67	1:06.33	1:06.16	1:08.00	1:12.55	1:14.91	1:16.53	1:21.25	1:26.41	1:29.55	1:39.73	1:53.70	2:15.43	2:40.08	
200m 平泳ぎ	2:20.38	2:19.73	2:21.25	2:24.42	2:29.66	2:33.97	2:45.48	2:51.21	2:52.51	3:04.10	3:15.21	3:28.51	3:47.25	4:22.99	5:17.47	5:47.31	
50m バタフライ	24.35	24.48	25.25	25.22	25.39	26.55	28.68	28.11	29.38	30.33	31.49	32.76	38.05	46.85	1:11.57	※ 5:00.00	
100m バタフライ	55.00	55.16	55.39	55.82	57.41	59.87	1:04.36	1:04.27	1:07.98	1:12.93	1:16.04	1:26.04	1:34.18	2:30.75	※ 5:30.00	※ 10:00.00	
200m バタフライ	2:04.02	2:03.26	2:06.79	2:08.13	2:11.16	2:24.60	2:31.29	2:32.29	2:45.28	3:01.69	3:08.06	3:26.28	3:38.95	5:42.31	※ 13:00.00	※ 20:00.00	
200m 個人メドレー	2:07.29	2:06.45	2:09.77	2:13.04	2:17.47	2:16.32	2:32.49	2:32.96	2:41.39	2:49.61	3:00.15	3:09.33	3:33.56	4:07.75	5:02.64	※ 15:00.00	
400m 個人メドレー	4:32.07	4:42.34	4:35.41	4:50.07	4:56.12	4:55.83	5:32.34	5:36.72	5:57.02	6:17.66	6:32.30	7:29.54	8:11.74	10:57.84	※ 20:00.00	※ 30:00.00	

リレー	女子								男子							
	-119	120-159	160-199	200-239	240-279	280-319	320-359	360-	-119	120-159	160-199	200-239	240-279	280-319	320-359	360-
4×50m フリーリレー	1:51.41	1:50.94	1:58.23	2:08.94	2:17.37	2:33.19	2:55.78	※ 10:00.00	1:33.32	1:37.12	1:41.69	1:46.48	1:54.98	2:05.83	2:20.89	3:08.87
4×100m フリーリレー	4:22.24	4:07.62	4:28.71	4:47.51	5:17.33	6:23.73	7:10.67	※ 20:00.00	3:30.77	3:47.05	3:52.78	4:02.37	4:32.98	5:11.52	※ 15:00.00	※ 20:00.00
4×200m フリーリレー	9:54.86	9:25.87	9:52.42	11:02.04	12:01.89	14:05.56	19:36.35	※ 40:00.00	7:56.33	8:33.15	8:47.09	9:16.09	10:23.66	11:36.29	※ 30:00.00	※ 40:00.00
4×50m メドレーリレー	2:04.04	2:03.42	2:08.62	2:24.78	2:34.78	2:58.30	3:27.07	※ 15:00.00	1:45.00	1:46.33	1:50.97	1:56.72	2:09.59	2:22.50	2:52.80	4:13.40
4×100m メドレーリレー	4:50.52	4:37.21	4:47.03	5:30.23	6:13.80	7:20.45	8:27.67	※ 30:00.00	4:04.18	4:00.94	4:10.25	4:38.82	5:18.91	6:22.89	※ 24:00.00	※ 30:00.00

混合	-119	120-159	160-199	200-239	240-279	280-319	320-359	360-
	4×50m フリーリレー	1:41.66	1:42.93	1:44.48	1:55.01	2:06.03	2:13.73	2:37.10
4×100m フリーリレー	3:59.49	4:00.80	4:02.53	4:26.59	4:50.46	5:19.13	7:12.03	※ 20:00.00
4×200m フリーリレー	8:53.54	8:47.83	8:55.24	9:54.83	11:07.73	12:20.41	※ 30:00.00	※ 40:00.00
4×50m メドレーリレー	1:51.99	1:55.24	1:58.57	2:09.99	2:18.77	2:26.90	3:10.13	※ 15:00.00
4×100m メドレーリレー	4:25.13	4:22.80	4:34.47	5:01.64	5:21.60	6:27.91	※ 24:00.00	※ 30:00.00