

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	26.65	26.56	27.02	27.37	26.95	27.78	29.45	30.74	31.84	33.02	33.61	35.90	41.31	44.93	54.97	1:14.38	1:41.88
100m 自由形	58.37	58.59	58.20	58.87	1:02.50	1:03.33	1:04.70	1:10.24	1:12.31	1:13.05	1:14.28	1:19.71	1:34.43	1:49.58	2:00.12	2:56.83	3:45.85
200m 自由形	2:06.90	2:06.81	2:04.62	2:07.99	2:15.70	2:19.58	2:24.85	2:33.32	2:38.11	2:42.91	2:49.80	2:54.26	3:40.08	4:00.92	5:11.52	6:30.34	7:48.76
400m 自由形	4:30.48	4:28.30	4:25.60	4:29.56	4:44.85	4:53.27	5:08.72	5:19.96	5:33.50	5:46.27	5:54.97	6:12.25	7:40.93	8:35.33	10:30.72	13:52.13	16:36.80
800m 自由形	9:46.03	9:35.17	9:28.25	9:27.41	9:48.15	10:09.77	10:41.23	11:12.49	11:23.92	12:06.31	12:13.07	13:34.69	16:09.70	18:12.09	26:48.47	29:29.02	38:04.30
1500m 自由形	18:35.05	17:54.78	17:53.28	17:54.74	19:12.67	19:44.72	20:21.66	21:01.79	22:03.13	23:52.54	24:49.53	26:41.71	30:43.41	35:43.52	47:05.74	54:09.81	1:14:08.73
50m 背泳ぎ	30.53	28.99	28.86	30.89	31.69	32.08	33.30	35.90	36.61	37.54	39.67	42.06	47.94	55.68	1:08.30	1:19.05	1:33.89
100m 背泳ぎ	1:06.59	1:03.26	1:02.26	1:05.58	1:12.18	1:13.16	1:14.27	1:17.84	1:20.43	1:24.67	1:26.15	1:37.81	1:54.49	2:08.11	2:45.73	2:55.56	3:39.81
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	2:46.69	2:58.02	3:08.20	3:11.54	3:31.81	4:11.24	4:48.21	5:46.91	6:29.99	8:05.64
50m 平泳ぎ	34.19	32.75	32.42	33.24	35.46	36.73	37.56	38.81	41.16	42.78	43.45	43.95	47.59	1:02.92	1:29.94	2:24.40	
100m 平泳ぎ	1:13.15	1:12.65	1:10.10	1:12.77	1:19.66	1:21.53	1:24.20	1:27.43	1:30.97	1:33.23	1:37.72	1:38.81	1:45.71	2:21.10	3:04.80	8:00.98	
200m 平泳ぎ	2:38.10	2:35.46	2:28.93	2:35.40	2:49.95	2:54.27	3:07.59	3:08.12	3:24.38	3:24.79	3:34.32	3:41.53	3:59.60	5:26.82	7:45.45	※ 18:00.00	
50m バタフライ	28.04	27.28	28.26	28.63	29.49	29.89	31.16	32.07	35.18	35.63	38.65	41.54	57.90	1:06.40	1:22.05	※ 8:00.00	
100m バタフライ	1:01.35	1:02.73	1:01.79	1:04.59	1:07.74	1:07.62	1:11.80	1:14.29	1:24.52	1:27.73	1:34.51	1:57.02	2:25.58	※ 6:00.00	※ 12:00.00	※ 15:00.00	
200m バタフライ	2:14.26	2:17.56	2:21.24	2:22.05	2:38.20	2:38.11	2:45.65	2:55.50	3:11.07	3:31.05	3:59.38	4:27.99	6:02.18	※ 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	2:53.48	3:04.78	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	5:55.18	6:31.49	6:46.46	6:54.93	8:41.75	10:38.61	※ 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	23.34	23.33	23.20	24.02	24.26	24.08	24.45	27.13	28.14	29.44	30.40	33.08	33.94	43.03	48.66	
100m 自由形	51.40	50.75	51.34	50.78	51.59	56.14	54.61	59.56	1:01.80	1:03.81	1:05.92	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	1:59.07	2:07.93	2:03.51	2:14.17	2:17.26	2:25.42	2:31.54	2:40.79	2:59.28	3:13.78	3:54.89	※ 12:00.00	
400m 自由形	4:00.97	4:11.59	4:13.04	4:12.95	4:25.68	4:29.92	4:39.52	4:56.43	4:59.17	5:19.32	5:29.28	5:43.90	6:17.52	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	10:22.82	10:42.98	11:23.07	11:34.12	11:59.91	13:10.59	15:24.97	17:54.42	※ 50:00.00	
1500m 自由形	16:57.21	16:39.99	16:30.41	17:15.82	17:41.58	18:08.67	18:31.16	19:28.54	20:16.56	21:44.65	22:03.95	23:16.89	25:08.56	30:10.16	※ 1:30:00.00	※ 1:40:00.00	
50m 背泳ぎ	26.60	26.18	27.02	27.21	27.30	28.82	29.16	30.99	32.62	33.75	35.83	36.38	38.16	39.89	46.82	1:01.61	
100m 背泳ぎ	57.89	57.39	58.46	59.50	1:00.39	1:02.44	1:03.48	1:08.71	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	2:15.04	2:16.78	2:27.87	2:39.56	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	27.97	29.40	29.53	29.96	30.93	33.03	34.28	34.61	37.23	40.01	41.68	45.58	50.71	1:10.83	
100m 平泳ぎ	1:02.29	1:02.19	1:02.39	1:06.33	1:06.16	1:07.65	1:09.85	1:14.91	1:16.53	1:20.28	1:26.41	1:29.55	1:37.05	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	2:28.25	2:31.97	2:40.49	2:51.21	2:52.51	2:58.34	3:15.21	3:20.59	3:43.82	4:22.99	5:17.47	5:47.31	
50m バタフライ	24.35	24.01	25.08	25.22	25.06	26.55	27.11	28.11	29.38	30.33	31.49	32.61	38.05	46.85	1:11.57	※ 5:00.00	
100m バタフライ	54.88	54.94	55.39	55.82	56.98	59.87	1:02.02	1:04.27	1:07.98	1:10.12	1:16.04	1:25.60	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	2:13.45	2:31.29	2:32.29	2:40.70	2:41.92	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	2:15.95	2:16.32	2:20.60	2:32.96	2:37.94	2:48.80	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	4:41.97	4:35.41	4:46.12	4:56.12	4:55.83	5:29.86	5:36.72	5:52.26	6:08.50	6:32.30	6:57.53	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	1:49.78	1:50.94	1:56.56	2:05.62	2:17.37	2:32.73	2:55.78	5:47.05	1:33.32	1:35.98	1:39.87	1:43.93	1:54.98	2:05.36	2:20.89	3:08.87
4×100m フリーリレー	4:19.03	4:07.62	4:28.71	4:43.73	5:17.33	6:23.73	7:10.67	※ 20:00.00	3:30.77	3:39.24	3:47.28	4:02.37	4:32.98	5:04.09	6:16.67	※ 20:00.00
4×200m フリーリレー	9:49.76	9:25.87	9:41.44	10:40.20	11:54.68	14:05.56	16:54.29	※ 40:00.00	7:56.33	8:12.38	8:25.97	9:16.09	10:13.30	11:18.66	15:57.28	※ 40:00.00
4×50m メドレーリレー	2:04.04	2:03.42	2:08.62	2:21.09	2:34.78	2:56.37	3:27.07	※ 15:00.00	1:43.43	1:45.02	1:48.21	1:56.72	2:09.59	2:20.59	2:45.28	4:13.40
4×100m メドレーリレー	4:47.06	4:37.21	4:47.03	5:25.97	6:13.80	7:20.45	8:27.67	※ 30:00.00	4:02.41	4:00.94	4:10.25	4:38.82	5:12.85	5:35.08	8:30.34	※ 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	1:52.19	2:04.45	2:13.73	2:37.10
4×100m フリーリレー	3:55.32	3:58.82	4:00.36	4:21.47	4:45.82	5:19.13	6:30.24	※ 20:00.00
4×200m フリーリレー	8:53.54	8:47.83	8:54.79	9:40.42	10:57.44	12:16.17	19:14.20	※ 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	2:55.98	※ 15:00.00
4×100m メドレーリレー	4:19.17	4:17.80	4:24.26	4:51.34	5:21.60	6:27.91	7:36.03	※ 30:00.00