

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-
25m自由形	11.91	12.21	12.54	12.42	12.25	12.58	12.84	13.88	14.32	14.64	15.53	16.06	18.23	19.41	22.50	36.77	42.69
50m自由形	26.06	25.42	25.57	26.36	26.75	27.46	28.34	30.42	30.93	32.28	33.36	35.41	40.24	44.68	55.53	1:13.87	1:34.12
100m自由形	57.34	56.96	56.49	57.60	1:01.19	1:02.06	1:03.66	1:08.03	1:10.11	1:13.48	1:12.97	1:19.41	1:38.96	1:48.44	2:09.13	2:59.01	3:30.49
200m自由形	2:05.86	2:04.59	2:02.60	2:03.12	2:11.85	2:14.98	2:21.10	2:29.40	2:37.22	2:42.05	2:44.70	2:51.65	3:36.33	4:10.40	4:49.36	6:17.47	7:27.89
400m自由形	4:24.76	4:35.16	4:18.86	4:26.00	4:41.21	4:44.29	5:02.12	5:11.40	5:30.22	5:46.94	5:50.41	6:08.74	7:42.75	8:31.16	10:01.56	13:05.10	16:40.10
800m自由形	9:00.13	8:57.39	8:54.86	9:02.52	9:41.15	9:58.55	10:10.98	10:38.62	11:18.60	11:49.70	13:09.33	12:25.61	16:20.82	17:36.42	22:40.67	27:58.70	36:51.23
1500m自由形	18:04.15	17:00.63	17:13.38	17:30.90	18:32.20	18:48.26	19:27.74	20:44.53	21:49.18	22:35.98	25:19.73	27:14.94	30:45.08	34:37.00	41:59.32	55:14.66	1:15:54.39
25m背泳	13.71	13.15	13.51	13.66	14.78	14.75	15.00	16.52	17.21	17.53	19.20	19.72	22.70	24.80	29.75	35.72	46.20
50m背泳	29.38	27.88	27.43	29.84	30.99	31.69	32.37	34.87	36.38	37.63	39.79	43.46	46.29	57.43	1:09.37	1:20.28	1:38.71
100m背泳	1:03.15	1:00.63	1:00.90	1:02.81	1:08.38	1:10.10	1:10.45	1:15.40	1:20.77	1:26.37	1:26.25	1:35.18	1:45.08	2:06.16	2:29.86	2:55.44	3:42.81
200m背泳	2:17.09	2:12.84	2:11.86	2:13.37	2:27.64	2:31.71	2:32.48	2:37.84	2:56.70	3:06.59	3:15.04	3:36.60	4:14.67	4:34.10	5:29.42	6:24.50	7:40.01
25m平泳	15.09	14.72	15.31	15.30	15.67	16.07	16.24	16.71	18.83	18.95	19.95	20.26	21.51	27.22	35.68	55.92	1:13.61
50m平泳	32.98	31.95	31.71	31.87	35.21	35.92	36.29	38.02	41.03	40.90	42.80	43.79	46.48	1:00.45	1:15.48	2:25.20	
100m平泳	1:10.35	1:10.55	1:06.98	1:09.20	1:17.55	1:18.13	1:20.73	1:23.66	1:28.79	1:28.73	1:33.92	1:36.48	1:45.52	2:11.98	3:01.08	※ 7:00.00	
200m平泳	2:29.36	2:31.18	2:26.96	2:30.63	2:44.80	2:50.78	3:01.58	3:03.02	3:13.04	3:14.89	3:28.32	3:33.03	3:54.35	5:10.89	7:57.95	※ 15:00.00	
25mバタフライ	12.71	12.59	13.02	12.98	13.10	13.69	14.04	14.51	15.50	15.16	16.90	18.09	22.15	24.08	42.80	※ 2:00.00	
50mバタフライ	27.58	27.14	27.08	28.58	29.22	29.71	30.62	31.72	35.03	35.49	37.96	42.23	54.73	1:12.24	2:30.12	※ 5:00.00	
100mバタフライ	1:00.02	1:00.18	1:00.35	1:01.88	1:04.91	1:06.75	1:10.21	1:12.97	1:22.03	1:25.28	1:28.55	1:44.90	2:14.51	4:35.49	※ 6:00.00	※ 10:00.00	
200mバタフライ	2:18.65	2:09.64	2:13.09	2:16.67	2:26.31	2:32.09	2:38.99	2:47.63	3:05.20	3:17.36	3:34.59	4:24.60	6:03.07	※ 10:00.00	※ 15:00.00	※ 20:00.00	
100m個人メドレー	1:03.66	1:03.67	1:02.55	1:03.17	1:08.19	1:10.39	1:11.55	1:17.80	1:22.52	1:24.45	1:24.88	1:31.38	1:41.14	2:15.05	3:51.82	※ 8:00.00	
200m個人メドレー	2:17.22	2:17.17	2:13.41	2:17.69	2:29.75	2:35.02	2:36.59	2:47.24	2:59.21	3:05.72	3:11.14	3:22.23	4:16.31	6:44.27	7:40.70	※ 20:00.00	
400m個人メドレー	5:04.78	4:52.13	4:45.07	4:55.84	5:22.27	5:29.52	5:31.20	5:45.54	6:26.11	6:34.95	6:56.79	7:11.33	10:22.28	17:56.25	※ 25:00.00	※ 40:00.00	

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-
25m自由形	10.28	9.97	10.20	10.66	10.59	11.14	11.19	11.64	12.63	12.63	13.08	13.62	14.30	15.31	17.99	23.11	
50m自由形	22.35	22.30	22.51	23.15	22.75	24.02	23.96	24.51	26.54	27.47	28.59	31.10	31.74	34.54	40.93	55.08	
100m自由形	50.11	49.60	50.81	50.82	49.81	53.61	54.29	56.18	59.72	1:02.50	1:05.08	1:09.83	1:13.32	1:19.42	1:41.47	2:09.32	
200m自由形	1:49.04	1:50.01	1:52.25	1:54.14	1:55.65	1:59.21	2:04.16	2:10.23	2:13.45	2:22.71	2:28.80	2:38.07	2:49.39	3:15.87	3:39.65	7:25.66	
400m自由形	3:56.14	3:59.34	4:05.41	4:05.07	4:15.32	4:18.91	4:25.86	4:42.30	4:46.02	5:11.39	5:24.38	5:36.32	6:03.16	6:58.70	9:34.51	※ 25:00.00	
800m自由形	8:30.90	8:22.21	8:35.03	8:31.55	8:49.85	9:07.26	9:46.38	9:59.71	10:13.53	11:08.37	11:16.51	11:47.67	12:50.97	14:31.82	19:29.43	※ 50:00.00	
1500m自由形	15:45.56	15:51.03	16:39.54	16:31.50	17:04.82	17:31.37	18:38.50	19:04.16	19:27.73	20:58.18	22:02.11	22:52.00	24:23.01	27:28.24	※ 1:30:00.00	※ 1:40:00.00	
25m背泳	11.75	11.85	12.02	12.27	12.70	13.16	13.55	13.68	14.46	14.87	16.37	16.75	17.58	18.46	22.26	28.57	1:22.56
50m背泳	24.78	25.00	25.49	26.21	26.59	27.08	27.73	29.02	30.50	31.77	35.39	36.58	38.15	40.59	52.49	1:01.25	4:17.99
100m背泳	53.19	53.85	55.98	57.25	57.80	58.20	59.79	1:02.63	1:10.87	1:13.86	1:18.69	1:20.66	1:25.07	1:28.98	1:47.66	2:21.73	
200m背泳	2:00.04	2:00.59	2:02.84	2:05.01	2:06.78	2:10.28	2:15.53	2:26.92	2:38.91	2:45.97	2:53.22	3:00.49	3:10.06	3:18.29	3:59.25	※ 13:00.00	
25m平泳	12.65	12.67	12.75	12.82	12.94	13.33	14.09	14.24	15.09	15.32	16.20	17.68	18.38	19.41	21.53	30.79	
50m平泳	28.23	27.41	27.44	28.39	28.89	29.18	31.17	31.60	33.64	33.86	35.85	39.04	41.42	44.47	49.58	1:07.12	
100m平泳	1:01.18	59.24	59.71	1:01.18	1:03.36	1:04.76	1:08.79	1:12.59	1:13.55	1:16.64	1:23.07	1:26.87	1:35.96	1:47.97	2:15.14	2:31.77	
200m平泳	2:14.09	2:10.68	2:12.54	2:15.42	2:20.19	2:21.92	2:31.22	2:42.07	2:46.21	2:55.70	3:01.92	3:12.80	3:34.21	4:20.43	4:59.71	5:45.70	
25mバタフライ	11.02	10.97	10.94	11.19	11.25	11.80	12.26	12.74	13.23	13.70	13.83	14.54	15.47	18.21	20.38	※ 1:30.00	
50mバタフライ	23.54	23.38	23.86	24.03	24.72	26.02	26.94	28.20	28.30	30.10	31.71	32.93	35.06	44.10	54.38	※ 4:00.00	
100mバタフライ	53.01	52.45	53.14	54.56	54.98	58.30	59.92	1:03.72	1:03.67	1:07.83	1:13.68	1:21.12	1:30.69	2:22.57	※ 5:00.00	※ 9:00.00	
200mバタフライ	1:58.03	1:58.87	2:00.21	2:03.31	2:04.42	2:09.98	2:21.64	2:25.34	2:33.96	2:33.77	2:58.89	3:16.99	3:33.24	5:33.83	※ 12:00.00	※ 18:00.00	
100m個人メドレー	54.75	54.80	55.39	57.04	57.07	1:00.46	1:04.65	1:06.86	1:06.53	1:10.56	1:15.60	1:22.82	1:30.18	1:47.12	2:08.86	※ 7:00.00	
200m個人メドレー	2:00.73	2:02.48	2:02.20	2:06.39	2:09.65	2:10.49	2:15.16	2:28.33	2:34.08	2:42.68	2:52.63	3:04.87	3:32.79	4:02.22	※ 10:00.00	※ 15:00.00	
400m個人メドレー	4:19.33	4:14.51	4:22.35	4:36.73	4:40.07	4:42.15	4:49.34	5:18.61	5:28.87	5:59.56	6:22.65	6:54.30	7:57.44	10:26.11	※ 20:00.00	※ 30:00.00	

	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-
4×25mフリーリレー	49.60	50.53	51.74	55.70	1:01.45	1:06.89	1:19.33	2:03.55	40.72	41.21	44.24	47.12	50.24	54.93	1:02.25	1:44.95
4×50mフリーリレー	1:45.46	1:48.99	1:56.23	2:03.63	2:18.38	2:25.91	2:55.60	4:45.07	1:31.17	1:31.65	1:36.96	1:41.79	1:51.63	2:02.13	2:20.85	3:19.42
4×100mフリーリレー	4:13.63	4:06.03	4:18.07	4:38.65	5:14.01	5:50.18	7:05.93	※ 20:00.00	3:21.83	3:29.37	3:36.53	3:57.69	4:10.09	4:50.00	6:35.12	※ 20:00.00
4×200mフリーリレー	9:12.85	8:55.78	9:32.68	10:11.63	11:38.91	13:35.24	16:44.41	※ 40:00.00	7:41.25	7:43.54	8:03.59	8:54.92	10:01.65	11:26.73	14:44.84	※ 40:00.00
4×25mメドレーリレー	53.72	54.66	58.28	1:03.47	1:08.89	1:16.35	1:31.55	※ 7:00.00	45.55	45.68	48.17	50.96	57.09	1:02.47	1:14.27	1:49.60
4×50mメドレーリレー	2:00.85	2:01.57	2:05.00	2:18.69	2:31.51	2:51.73	3:28.88	5:43.39	1:40.22	1:40.67	1:44.74	1:52.43	2:05.18	2:17.86	2:50.63	4:15.49
4×100mメドレーリレー	4:14.24	4:26.65	4:38.11	5:21.76	5:53.11	6:54.69	8:13.98	※ 30:00.00	3:45.97	3:45.25	3:53.67	4:17.45	4:57.90	5:51.37	※ 24:00.00	※ 30:00.00