上海业余游泳等级考试标准

男子项目	大师一级		大师二级		大师三级		四级		五级		六级		七级		八级		九级		十级		十一级		十二级		十三级	
	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池
25米自由泳																								38.00		45.00
50米自由泳	26.00	25.00	30.00	29.00	33.00	32.00	36.00	35.00	40.00	38.00	44.00	42.00	48.00	46.00	52.00	50.00	57.00	55.00	1:02.00	1:00.00	1:07.00	1:05.00				
100米自由泳	59.00	57.00	1:06.00	1:04.00	1:12.00	1:10.00																				
200米自由泳	2:11.00	2:05.00	2:36.00	2:30.00	2:58.00	2:50.00	3:18.00	3:10.00	3:40.00	3:30.00	4:00.00	3:50.00	4:20.00	4:10.00	4:40.00	4:30.00	5:00.00	4:50.00	5:20.00	5:10.00	5:40.00	5:30.00				
25米蛙泳																								44.00		51.00
50米蛙泳	36.00	35.00	40.00	39.00	43.00	42.00	47.00	46.00	52.00	50.00	56.00	54.00	1:00.00	58.00	1:04.00	1:02.00	1:09.00	1:07.00	1:14.00	1:12.00	1:19.00	1:17.00				
100米蛙泳	1:18.00	1:16.00	1:26.00	1:24.00	1:32.00	1:30.00																				
25米仰泳																								42.00		49.00
50米仰泳	32.00	31.00	36.00	35.00	39.00	38.00	43.00	42.00	48.00	46.00	52.00	50.00	56.00	54.00	1:00.00	58.00	1:05.00	1:03.00	1:10.00	1:08.00	1:15.00	1:13.00				
100米仰泳	1:10.00	1:08.00	1:18.00	1:16.00	1:24.00	1:22.00																				
25米蝶泳																								41.00		48.00
50米蝶泳	30.00	29.00	34.00	33.00	37.00	36.00	41.00	40.00	46.00	44.00	50.00	48.00	54.00	52.00	58.00	56.00	1:03.00	1:01.00	1:08.00	1:06.00	1:13.00	1:11.00				
100米蝶泳	1:06.00	1:04.00	1:14.00	1:12.00	1:20.00	1:18.00																				
200米混合泳	2:35.00	2:25.00	3:00.00	2:50.00	3:20.00	3:10.00																				

女子项目	大师一级		大师二级		大师三级		四级		五级		六级		七级		八级		九级		十级		十一级		十二级		十三级	
	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池	50米池	25米池
25米自由泳																								39.00		46.00
50米自由泳	29.00	28.00	32.00	31.00	35.00	34.00	38.00	37.00	42.00	40.00	46.00	44.00	50.00	48.00	54.00	52.00	59.00	57.00	1:04.00	1:02.00	1:09.00	1:07.00				
100米自由泳	1:06.00	1:04.00	1:12.00	1:10.00	1:18.00	1:16.00																				
200米自由泳	2:21.00	2:15.00	2:46.00	2:40.00	3:08.00	3:00.00	3:28.00	3:20.00	3:50.00	3:40.00	4:10.00	4:00.00	4:30.00	4:20.00	4:50.00	4:40.00	5:10.00	5:00.00	5:30.00	5:20.00	5:50.00	5:40.00				
25米蛙泳																								45.00		52.00
50米蛙泳	38.00	37.00	42.00	41.00	45.00	44.00	49.00	48.00	54.00	52.00	58.00	56.00	1:02.00	1:00.00	1:06.00	1:04.00	1:11.00	1:09.00	1:16.00	1:14.00	1:21.00	1:19.00				
100米蛙泳	1:23.00	1:21.00	1:31.00	1:29.00	1:41.00	1:39.00																				
25米仰泳																								43.00		50.00
50米仰泳	34.00	33.00	38.00	37.00	42.00	41.00	45.00	44.00	50.00	48.00	54.00	52.00	58.00	56.00	1:02.00	1:00.00	1:07.00	1:05.00	1:12.00	1:10.00	1:17.00	1:15.00				
100米仰泳	1:14.00	1:12.00	1:22.00	1:20.00	1:30.00	1:28.00																				
25米蝶泳																								42.00		49.00
50米蝶泳	32.00	31.00	36.00	35.00	39.00	38.00	42.00	41.00	47.00	45.00	51.00	49.00	55.00	53.00	59.00	57.00	1:04.00	1:02.00	1:09.00	1:07.00	1:14.00	1:12.00				
100米蝶泳	1:11.00	1:09.00	1:19.00	1:17.00	1:27.00	1:25.00																				
200米混合泳	2:45.00	2:35.00	3:10.00	3:00.00	3:30.00	3:20.00																				