

No.	年齢 区分	年齢	生年月日	姓	名	板キック	バタフライ					背泳ぎ				平泳ぎ				自由形						個人メドレー						種目①		種目②					
							25m	25m	50m	100m	200m	400m	800m	100m	200m	400m	800m	1600m	種目	記録	種目	記録																	
1	B	14	2008/3/21	宇治	太郎	記入例																														自由形50m	28 02	個人メドレー200m	2 36 00
2																																							
3																																							
4																																							
5																																							
6																																							
7																																							
8																																							
9																																							
10																																							
11																																							
12																																							
13																																							

適宜、行を増やしてご記入ください。

No.	年齢区分	年齢	生年月日	姓	名	板キック	バタフライ				背泳ぎ				平泳ぎ				自由形						個人メドレー					種目①		種目②	
							25m	50m	100m	200m	25m	50m	100m	200m	25m	50m	100m	200m	25m	50m	100m	200m	400m	800m	100m	200m	400m	800m	1600m	種目	記録	種目	記録
1	J	92	1930/6/9	水泳	協子	○	記入例																					○	板キック 25m	1:00:00	個人メドレー 1600m	32:36:63	
2																																	
3																																	
4																																	
5																																	
6																																	
7																																	
8																																	
9																																	
10																																	
11																																	
12																																	
13																																	

適宜、行を増やしてご記入ください。