

2022 - 2023 分齡長池及短池游泳錦標賽達標時間

		10 & Under 十歲或以下		11 & 12 十一及十二歲		13 & 14 十三及十四歲		15 & Over 十五歲或以上	
		Girls 女	Boys 男	Girls 女	Boys 男	Girls 女	Boys 男	Girls 女	Boys 男
50M 米	Freestyle 捷泳	0:33.32	0:32.91	0:30.98	0:28.96	0:29.40	0:27.27	0:28.83	0:25.97
100M 米	Freestyle 捷泳	1:13.97	1:13.03	1:07.41	1:05.13	1:03.87	0:59.24	1:02.90	0:55.38
200M 米	Freestyle 捷泳	2:41.13	2:38.41	2:26.73	2:21.81	2:21.69	2:12.12	2:19.97	2:08.25
400M 米	Freestyle 捷泳	~	~	5:01.83	4:54.36	4:57.04	4:38.56	4:52.07	4:34.03
800M 米	Freestyle 捷泳	~	~	~	~	9:50.29	9:42.00	9:50.29	9:30.00
1500M 米	Freestyle 捷泳	~	~	~	~	19:45.00	18:37.54	19:20.00	18:20.31
50M 米	Backstroke 背泳	40.24	0:39.08	0:36.10	0:35.23	0:34.87	0:32.78	0:33.77	0:30.58
100M 米	Backstroke 背泳	1:27.52	1:25.42	1:19.23	1:15.26	1:15.80	1:09.31	1:15.80	1:07.39
200M 米	Backstroke 背泳	~	~	2:49.04	2:43.65	2:38.08	2:36.24	2:37.67	2:33.18
50M 米	Breaststroke 蛙泳	0:44.12	43.08	0:39.97	0:37.62	0:38.37	0:34.15	0:37.66	0:32.66
100M 米	Breaststroke 蛙泳	1:36.59	1:35.72	1:25.51	1:20.90	1:24.31	1:16.49	1:23.48	1:11.64
200M 米	Breaststroke 蛙泳	~	~	3:07.25	2:58.15	3:04.79	2:44.69	3:02.68	2:41.90
50M 米	Butterfly 蝶泳	0:38.11	0:37.70	0:33.44	0:32.68	0:32.16	0:29.64	0:32.16	0:28.10
100M 米	Butterfly 蝶泳	1:29.75	1:27.12	1:17.10	1:14.56	1:14.27	1:08.50	1:13.38	1:04.75
200M 米	Butterfly 蝶泳	~	~	2:56.17	2:53.25	2:42.26	2:35.68	2:31.17	2:30.74
100M 米	Ind. Medley 個人四式	1:23.12	1:23.02	1:18.17	1:14.89	1:14.78	1:06.56	1:12.54	1:03.33
200M 米	Ind. Medley 個人四式	3:04.80	2:57.16	2:43.16	2:42.61	2:39.22	2:27.65	2:38.84	2:24.55
400M 米	Ind. Medley 個人四式	~	~	~	~	5:48.22	5:19.60	5:38.68	5:19.19

		12 & Under 十二歲或以下		13 & Over 十三歲或以上		Stairstep Relay 梯級接力	
		Girls 女	Boys 男	Girls 女	Boys 男	Girls 女	Boys 男
4 X 50M	Freestyle Relay 自由接力	2:06.12	2:02.98	1:56.88	1:48.28	1:59.74	1:53.27
4 X 50M	Medley Relay 四式接力	2:22.14	2:15.28	2:15.43	2:01.24	2:18.03	2:07.74