

# 2024 年上海市格致中学（奉贤校区）招收 市级优秀体育学生资格确认工作方案

上海市格致中学创办于 1874 年，是一所历史悠久的学校。学校继承“爱国、科学”的优良传统，弘扬“格物致知，求实求是”精神，发展“和谐、崇理”的办学特色，为国家培养了大批优秀人才，并以其教育的高质量享誉海内外。1958 年，学校即被评为上海市重点中学，现为上海市首批“实验性示范性高中”之一。

为壮大学校学生体育运动队的力量，加强游泳队伍建设，培养优秀运动人才，扩大体育“一条龙”建设的辐射效应，特招收具有游泳特长的初三应届毕业生。

## 一、招生项目及计划

### （一）招生项目：游泳

根据学校游泳项目发展所需，充分考虑项目建设布局与择优录取原则，确定招生项目小项为：自由泳。

### （二）招生人数：2 人

以上项目不限男女，均可报名。

## 二、报名条件

具有 2024 年本市中招报名资格并完成报名，且具备以下条件之一的学生。可填写《2024 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生资格确认报名表》（以下简称《报名表》，见附件 1），并经毕业学校公示 5 个工作日。

（一）自 2021 年 9 月 1 日起获得市教育、体育行政部门认可，并与招生学校项目对口的市级及以上体育比赛个人项目前 5 名的学生，接力成绩

不能作为个人成绩进行报名。（参见《2024 年上海市市级优秀体育学生市级体育赛事认定目录》，附件 2）。

（二）自 2021 年 9 月 1 日起获得本市由各区教育、体育行政部门举办并与招生学校项目对口的区级体育比赛个人项目第 1 名的学生，接力成绩不能作为个人成绩进行报名。（须填写《2024 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生区级赛事报考资格认定表》（附件 3，以下简称《认定表》，并经毕业学校报区教育局、体育行政部门同意）。

### **三、报名办法**

（一）符合报名条件的学生可填写《2024 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生资格确认报名表》（附件 1，以下简称《报名表》）报名。报名学生名单须在毕业学校集中公示 5 个工作日。

（二）填写《报名表》的学生须将《报名表》、公示证明及相关成绩证明材料（奖状、证书或成绩册与秩序册、初中成长手册等，获得区级赛事相关成绩的须另外提交《认定表》）在 4 月 10 日（星期三）下午 16:00 前，寄至奉贤区德学路 66 号（邮编 201401），体育组沈老师收，电话 67157666-6302，并登录上海市格致中学官网（网址：<https://gezhi.hpe.cn>）“招生招聘”栏目报名，上传相关材料。

（三）收到报名材料后，我校将对相关学生是否符合报名要求进行审核，并电话通知不符合报名要求的学生进行材料补交等事宜。

### **四、组织领导**

#### **（一）优秀体育学生招生领导小组**

组长：吴照

副组长：钱勇伟、徐励

#### **（二）优秀体育学生招生工作小组**

组长：刘骏、徐光伟

副组长：罗永雄、沈超

组员：侯晓灿、沈继平、周耀军、朱佳敏、王枝娟

### **(三) 资格确认评审工作专家小组（不少于5人）**

1、市级专家库随机抽取并派遣专家1名

2、学校聘请的校外专家不少于1名

3、学校主管领导1名，学校体育组“一条龙”专项负责老师2人

## **五、资格确认的组织与要求**

### **(一) 资格确认时间**

2024年4月14日 星期日（下午13:00）

### **(二) 资格确认地点**

上海市格致中学奉贤校区（德学路66号）

### **(三) 资格确认组织与要求**

1. 报到时间与地点：4月14日12:45、上海市格致中学奉贤校区（德学路66号）体育馆三楼。

2. 报到要求：学生携带电子学生证（或其它能证明身份的有效证件）、携带经初中学校审核确认的《2024年上海市高中阶段学校招生考试报名信息确认表》（学校盖章的复印件同样有效）、《报名表》、取得过相关竞赛名次的秩序册、成绩册原件、初中成长手册原件、证明体育专业技能水平等级的相关材料原件，在体育馆三楼进行报到（检录）。

3. 测试分组：8人一组（视考生人数而定）。

4. 测试顺序及开始时间：根据考生姓氏拼音排序进行测试；先身体素质测试，后专项技能测试。

5. 测试场地布置：工作人员根据考核项目合理布置相应测试场地。

## 6. 测试人员及分工

(1) 专家及分工：根据工作小组分工。

(2) 工作人员及分工：

身体素质测试各测试点至少安排 3 位工作人员；

游泳馆专项技能测试安排 2 位检录员、2 位引导员、1 位发令员、1 位出发端转身检查员、1 位转身端转身检查员、1 位成绩记录员、每泳道 2 位计时员。

## 7. 测试用具准备：

(1) 专项技能测试器材

泳道线、15 米标志线、发令器等（除自动计时可一泳道一名计时员外，半自动计时或人工计时必须一泳道两名计时员）。

(2) 素质测试器材

仰卧起坐垫子、短绳、皮尺、秒表、肺活量测试仪、身高体重测量仪，测试器材须符合国家学生体质健康标准测试要求的器材。

## 8. 安保人员配备：

校门、预检处均配备 1 名安保人员；身体素质测试各测试点、游泳馆均配备 2 名安保人员。

## 9. 其它要求：

(1) 考生着装要求：专项技能测试泳装要求为中国游泳协会审定的《游泳竞赛规则 2019—2022》中对泳装的规定：只允许考生穿一件泳装参加测试，男考生泳装不得高于肚脐、低于膝部；女考生泳装可以是连体的或分体的，但不得覆盖颈部、延伸过肩部、低于膝部。所有泳装的材质为透气且不透明的纺织品。身体素质测试要求相应体育技能项目的运动服和运动鞋。视

频拍摄全程不戴口罩、不得带帽子、不得佩戴任何首饰、不得浓妆，女生束发。

(2) 考区卫生要求：在所属卫生健康部门、疾控机构指导下，指定专人对考试场所、通道、区域、器材等进行清洁消毒。

(3) 携带手机要求：考生全程不得携带手机。

(4) 录像监控要求：测试时，考生必须全程在镜头范围之内，拍摄过程中不得以任何理由离开拍摄范围，不得以任何方式遮挡镜头。录制时确保视频的清晰度以及视频播放的流畅性，不得采用任何视频编辑手段美化处理画面。

(5) 场地封闭要求：无关人员不得进入测试场地或在场地周围聚集，测试环境依据要求区域封闭。

(6) 出入证件要求：在资格确认环节，考生须出示电子学生证（或其它能证明身份的有效证件）、经初中学校审核确认的《2024 年上海市高中阶段学校招生考试报名信息确认表》（学校盖章的复印件同样有效），证件不齐全者不得参与测试。

#### **(四) 资格确认内容、方法与标准**

##### **资格确认内容：**

项目	评价	测试类别	具体内容
游泳	定性评价	身体形态与机能 20%	身高（厘米）、身高体重指数、臂展指数、手面积指数
	定量评价	专项素质 20%	60 秒仰卧起坐（次） 30 秒双飞跳绳（次）

		实战表现 60%	限报一项： 50 米自由泳 100 米自由泳 200 米自由泳 400 米自由泳 800 米自由泳 1500 米自由泳
--	--	----------	---

### 1. 定性评价（20%）

身体形态与机能作为定性评价内容：身高（厘米）（5%）、身高体重指数（5%）、臂展指数（5%）、手面积指数（5%）

### 2. 定量评价（80%）

#### （1）专项素质（20%）

##### A、60 秒仰卧起坐（10%）

测试要求：双手交叉紧贴胸前呈抱肩姿势，肘关节碰膝关节、肩胛着地，计数一次，计算 60 秒内完成动作次数。协助人员可用双手压脚腕部（不能抱腿）。（评价标准参照附件 5）

##### B、30 秒双飞跳绳（10%）

测试要求：跳跃一次，摇绳绕身两回环，计数一次，计算 30 秒内完成动作次数，失误一次将重复数一次，绳子由校方统一准备（评价标准参照附件 5）。

#### （2）实战表现（60%）

每人限报一项水上测试内容进行实战评测

(50 米自由泳、100 米自由泳、200 米自由泳、400 米自由泳、800 米自由泳、1500 自由泳)。

注：评价标准参照附件 6

## 六、资格确认结果公示

资格确认将按招生规模的 2 倍择优通过（学生人数不足招生规模 2 倍的，如数通过），通过学生名单将在按规定时间在学校官网公示 5 个工作日，并上报上级行政部门审核确认。

## 七、应急预案

测试前，依据各类体育设施的安全标准，体育组必须对校园内的体育场所进行一次彻底的检查、维修，尤其是对用于市级优秀体育学生测试的体育场地要做重点检查。对于不符合安全标准的要采取措施。以保证测试场馆的安全性。

### 1. 室外项目风雨等恶劣天气预案

招生工作小组随时把握天气变化情况，做好预警工作。小雨原则上正常进行，假如下雨持续时间较短，组织学生原地采取挡雨措施。若下雨持续时间较长，要求学生转移至报告厅进行避雨或到备用场地（室内篮球馆）进行测试。所有工作人员协调配合、有序转移，确保学生安全。

### 2. 测试人数较多预案

学生进校统一进入报告厅候场，按批次前往测试地点，未轮到者在报告厅候场，避免测试场地拥堵。

## 八、监督保障

（一）招收市级优秀体育学生的全过程接受有关部门的监督，并主动接受社会各界监督。

(二) 实行责任制和责任追究制。对违反规定的工作人员,要严肃查处;凡通过弄虚作假等欺骗手段报考或录取的考生,一经发现,取消当年报考录取资格。

校级监督电话: 37190327

区级监督电话: 37597039 华老师

上海市格致中学(奉贤校区)

2024年3月27日

附件:

1. 2024年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生资格确认报名表
2. 2024年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生市级体育赛事认定目录
3. 2024年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生区级体育赛事认定表
4. 2024年上海市格致中学(奉贤校区)招收市级优秀体育学生资格确认测试-形态机能评定标准表
5. 2024年上海市格致中学(奉贤校区)招收市级优秀体育学生资格确认专项素质评价测试评价标准表
6. 2024年上海市格致中学(奉贤校区)招收市级优秀体育学生资格确认实战表现测试评价标准表



附件 1

## 2024 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生资格确认报名表

学生所在区: \_\_\_\_\_

毕业学校: \_\_\_\_\_

学生报名号: \_\_\_\_\_

姓名		性别		身高		体重		出生日期	年 月 日
训练项目		专项		是否已在国家体育总局注册				注册号	
家庭地址				电话				邮编	
报考学校				身份证号				上海学籍号	
个人特点									
运动经历									
主要 比赛 成绩	竞赛名称			时间	地点	取得成绩(名次)			证明人或推荐人
									年 月 日
毕业学校 意见	已公示 5 个工作日, 同意该生报名.  签字(盖章): 年 月 日				招生学校 意见	已公示 5 个工作日, 同意该生通过资格确认.  签字(盖章): 年 月 日			
区青少年体育工作 联席会议办公室(体教 融合办公室)意见	签字(盖章): 年 月 日				市青少年体育工作 联席会议办公室意见	签字(盖章): 年 月 日			

注: 本表一式六份, 由市、区教育、体育行政部门、区招考机构、招生学校各留一份。比赛成绩证明须另附页。若报考两所学校, 须填写两张报名表。

## 附件 2

2024 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生  
市级体育赛事认定目录

序号	项目	市级比赛名称
1	足球	上海市校园足球联盟联赛(中小学组)
2		上海市青少年校园足球精英赛(中小学组)
3		上海市青少年校园足球夏令营最佳阵容选拔
4		上海市青少年足球锦标赛 上海市第十七届运动会足球比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年足球锦标赛
5		上海市青少年足球俱乐部联赛
6	篮球	上海市中小学生篮球联赛(初中组)
7		上海市中小学生篮球杯赛(初中组)
8		上海市青少年篮球锦标赛 上海市第十七届运动会篮球比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年篮球锦标赛
9		上海市青少年篮球冠军赛
10		MAGI C3 上海市青少年三对三超级篮球赛(精英组) 上海市第十七届运动会三人篮球比赛(青少年组) 暨 2022 年 MAGI C3 上海市青少年三对三超级篮球赛 (精英组)
11	排球	上海市中小学生排球联赛(初中组)
12		上海市中小学生排球杯赛(初中组)
13		上海市青少年排球锦标赛 上海市第十七届运动会排球比赛(青少年组) 暨 2022 年上海市青少年排球锦标赛
14		上海市青少年沙滩排球锦标赛 上海市第十七届运动会沙滩排球比赛(青少年组) 暨 2022 年上海市青少年沙滩排球锦标赛
15	乒乓球	上海市中小学生乒乓球冠军赛暨上海市中小学生 乒乓球锦标赛(初中组)
16		上海市青少年乒乓球锦标赛 上海市第十七届运动会乒乓球比赛(青少年组)暨 2022 年上海市青少年乒乓球锦标赛
17	羽毛球	上海市中小学生羽毛球锦标赛(初中组)
18		上海市青少年羽毛球锦标赛

		上海市第十七届运动会羽毛球比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年羽毛球锦标赛
19	网球	上海市中小学生网球锦标赛（初中组）
20		上海市青少年网球锦标赛
21		上海市第十七届运动会网球比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年网球锦标赛
		上海市青少年网球排名赛总决赛（2021 年）
22	田径	上海市中学生田径联盟杯赛（初中组）
23		上海市中学生田径冠军赛（初中组）
24		上海市青少年田径锦标赛 上海市第十七届运动会田径比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年田径锦标赛
25	游泳	上海市中小学生游泳锦标赛（初中组）
26		上海市青少年游泳锦标赛 上海市第十七届运动会游泳比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年游泳锦标赛
27	武术	上海市中小学生武术套路锦标赛（初中组）
28		上海市青少年武术套路锦标赛 上海市第十七届运动会武术套路比赛（青少年） 2022 年上海市青少年武术套路锦标赛
29		上海市青少年武术散打锦标赛 上海市第十七届运动会武术散打比赛（青少组） 暨 2022 年上海市青少年武术散打锦标赛
30	冰雪	上海市中小学生冰上运动会 （初中组，冰球、短道速滑、花样滑冰、冰壶）项目
31		上海市青少年冰球锦标赛 上海市第十七届运动会冰球比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年冰球锦标赛
32		上海市青少年冰壶锦标赛 上海市第十七届运动会冰壶比赛（青少年组）暨 2022 年上海市青少年冰壶锦标赛
33		上海市青少年花样滑冰锦标赛 上海市第十七届运动会花样滑冰比赛（青少年组） 暨 2022 年上海市青少年花样滑冰锦标赛
34	上海市青少年短道速滑锦标赛 上海市第十七届运动会短道速滑比赛（青少年组） 暨 2022 年上海市青少年短道速滑锦标赛	

35	击剑	上海市中小學生击剑锦标赛(初中组)
36		上海市青少年击剑锦标赛 上海市第十七届运动会击剑比赛(青少年组)暨 2022年上海市青少年击剑锦标赛
37		上海市青少年击剑冠军赛(2023年)
38	射击	上海市中小學生射击锦标赛(传统射击)
39		上海市青少年射击锦标赛 上海市第十七届运动会射击比赛(青少年组)暨 2022年上海市青少年射击锦标赛
40	射箭	上海市中小學生射箭锦标赛(初中组)
41		上海市青少年射箭锦标赛 上海市第十七届运动会射箭比赛(青少年组)暨 2022年上海市青少年射箭锦标赛
		上海市青少年射箭冠军赛(2021年)
42	健美操	上海市中小學生健美操锦标赛 (初中组, 竞技健美操、有氧舞蹈、啦啦操(花球))
43	棒垒球	上海市青少年棒球锦标赛 上海市第十七届运动会棒球比赛(青少年组)暨 2022年上海市青少年棒球锦标赛
44		上海市青少年垒球锦标赛 上海市第十七届运动会垒球比赛(青少年组)暨 2022年上海市青少年垒球锦标赛
45	赛艇	上海市青少年赛艇锦标赛 上海市第十七届运动会赛艇比赛(青少年组)暨 2022年上海市青少年赛艇锦标赛

注: 1. 以上认定目录中所列的市级体育比赛的主办单位须为市教育、体育行政部门。

2. 国家级及以上赛事包括全国运动会、全国学生运动会及教育部或体育总局主办的其他相关项目单项锦标赛等。

## 附件 3

## 2024 年上海市高中阶段学校市级优秀体育学生

## 区级体育赛事认定表

学校名称				学籍号	
姓名		性别		身份证号	
比赛名称					
比赛时间				比赛地点	
获奖名次及 成绩					
学校 审核意见	签字(盖章): 年 月 日				
区教育局 行政部门 审核意见	签字(盖章): 年 月 日		区体育 行政部门 审核意见		签字(盖章): 年 月 日

附件 4:

2024 年上海市格致中学奉贤校区招收市级优秀体育学生  
资格确认测试-形态机能评定标准表

	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子
	优 (5 分)		良 (4 分)		及格 (3 分)		不合格 (1 分)	
身高	180	175	173	165	167	160	<167	<160
身高体 重指数	18	15	13	10	8	5	<8	<5
臂展 指数	11	8	7	5	3	3	<3	<3
手面积 指数	162	142	150	126	138	116	<138	<116

各指数的计算方法:

1. 身高体重指数=身高 (厘米) — 100 — 体重 (公斤)
2. 身高臂展指数=臂展 (厘米) — 身高 (厘米)
3. 手面积指数=手长 (厘米) \* 手宽 (厘米)

附件 5:

2024 年上海市格致中学奉贤校区招收市级优秀体育学生

资格确认专项素质评价测试评价标准表（20%）

名称 分值	60 秒仰卧起坐 10%		30 秒双飞跳绳 10%	
	男	女	男	女
100	60	55	50	48
95	58	53	48	46
90	56	51	46	44
85	53	48	45	43
80	50	45	44	42
75	47	42	43	41
70	44	39	42	40
65	41	36	41	39
60	38	33	40	38
55	37	32	39	37
50	36	31	38	36
45	35	30	37	35
40	34	29	36	34
35	33	28	35	33
30	32	27	34	32
25	31	26	33	31
20	30	25	32	30
15	29	24	31	29
10	28	23	30	28
5	27	22	29	27

## 附件 6:

### 2024 年上海市格致中学奉贤校区招收市级优秀体育学生

#### 资格确认实战表现测试评价标准表（60%）

以下是 50 米池评分标准，如是 25 米池进行测试，男子和女子项目 50 米自由泳加 1 秒、100 米自由泳加 1.50 秒、200 米自由泳加 4.50 秒、400 米自由泳加 7 秒、800 米自由泳加 14 秒、1500 米自由泳加 26 秒，参照下表进行评价。

男子自由泳评分表（50 米池）

分值	50 米自	100 米自	200 米自	400 米自	800 米自	1500 米自
100.00	23.28	51.50	1:51.55	3:58.60	8:24.00	16:00.30
99.50	23.34	51.70	1:52.12	3:59.72	8:25.90	16:04.29
99.00	23.40	51.90	1:52.69	4:00.84	8:27.80	16:08.27
98.50	23.46	52.10	1:53.27	4:01.96	8:29.70	16:12.26
98.00	23.52	52.30	1:53.84	4:03.08	8:31.60	16:16.24
97.50	23.59	52.50	1:54.41	4:04.20	8:33.50	16:20.23
97.00	23.65	52.70	1:54.99	4:05.32	8:35.40	16:24.21
96.50	23.71	52.90	1:55.56	4:06.44	8:37.30	16:28.20
96.00	23.77	53.10	1:56.13	4:07.56	8:39.20	16:32.18
95.50	23.83	53.30	1:56.70	4:08.68	8:41.10	16:36.17
95.00	23.89	53.50	1:57.28	4:09.80	8:43.00	16:40.15
94.50	23.95	53.70	1:57.85	4:10.92	8:44.90	16:44.14
94.00	24.01	53.90	1:58.42	4:12.04	8:46.80	16:48.12
93.50	24.07	54.10	1:58.99	4:13.16	8:48.70	16:52.11
93.00	24.13	54.30	1:59.57	4:14.28	8:50.60	16:56.09
92.50	24.20	54.50	2:00.14	4:15.40	8:52.50	17:00.08
92.00	24.26	54.70	2:00.71	4:16.52	8:54.40	17:04.06
91.50	24.32	54.90	2:01.28	4:17.64	8:56.30	17:08.05
91.00	24.38	55.10	2:01.86	4:18.76	8:58.20	17:12.03
90.50	24.44	55.30	2:02.43	4:19.88	9:00.10	17:16.02
90.00	24.50	55.50	2:03.00	4:21.00	9:02.00	17:20.00
89.50	24.58	55.74	2:03.50	4:22.12	9:04.25	17:24.37
89.00	24.65	55.98	2:04.00	4:23.25	9:06.50	17:28.75
88.50	24.73	56.21	2:04.50	4:24.37	9:08.75	17:33.12



分值	50米自	100米自	200米自	400米自	800米自	1500米自
88.00	24.80	56.45	2:05.00	4:25.50	9:11.00	17:37.50
87.50	24.88	56.69	2:05.50	4:26.62	9:13.25	17:41.88
87.00	24.95	56.93	2:06.00	4:27.75	9:15.50	17:46.25
86.50	25.03	57.16	2:06.50	4:28.87	9:17.75	17:50.63
86.00	25.10	57.40	2:07.00	4:30.00	9:20.00	17:55.00
85.50	25.18	57.64	2:07.50	4:31.12	9:22.25	17:59.38
85.00	25.25	57.88	2:08.00	4:32.25	9:24.50	18:03.75
84.50	25.33	58.11	2:08.50	4:33.37	9:26.75	18:08.13
84.00	25.40	58.35	2:09.00	4:34.50	9:29.00	18:12.50
83.50	25.48	58.59	2:09.50	4:35.62	9:31.25	18:16.88
83.00	25.55	58.83	2:10.00	4:36.75	9:33.50	18:21.25
82.50	25.63	59.06	2:10.50	4:37.87	9:35.75	18:25.63
82.00	25.70	59.30	2:11.00	4:39.00	9:38.00	18:30.00
81.50	25.78	59.54	2:11.50	4:40.12	9:40.25	18:34.38
81.00	25.85	59.78	2:12.00	4:41.25	9:42.50	18:38.75
80.50	25.93	1:00.01	2:12.50	4:42.37	9:44.75	18:43.13
80.00	26.00	1:00.25	2:13.00	4:43.50	9:47.00	18:47.50
79.50	26.08	1:00.49	2:13.50	4:44.62	9:49.25	18:51.88
79.00	26.15	1:00.73	2:14.00	4:45.75	9:51.50	18:56.25
78.50	26.23	1:00.96	2:14.50	4:46.87	9:53.75	19:00.63
78.00	26.30	1:01.20	2:15.00	4:48.00	9:56.00	19:05.00
77.50	26.38	1:01.44	2:15.50	4:49.12	9:58.25	19:09.38
77.00	26.45	1:01.68	2:16.00	4:50.25	10:00.50	19:13.75
76.50	26.53	1:01.91	2:16.50	4:51.37	10:02.75	19:18.13
76.00	26.60	1:02.15	2:17.00	4:52.50	10:05.00	19:22.50

分值	50 米自	100 米自	200 米自	400 米自	800 米自	1500 米自
75.50	26.68	1:02.39	2:17.50	4:53.62	10:07.25	19:26.88
75.00	26.75	1:02.63	2:18.00	4:54.75	10:09.50	19:31.25
74.50	26.83	1:02.86	2:18.50	4:55.87	10:11.75	19:35.63
74.00	26.90	1:03.10	2:19.00	4:57.00	10:14.00	19:40.00
73.50	26.98	1:03.34	2:19.50	4:58.12	10:16.25	19:44.38
73.00	27.05	1:03.58	2:20.00	4:59.25	10:18.50	19:48.75
72.50	27.13	1:03.81	2:20.50	5:00.37	10:20.75	19:53.13
72.00	27.20	1:04.05	2:21.00	5:01.50	10:23.00	19:57.50
71.50	27.28	1:04.29	2:21.50	5:02.62	10:25.25	20:01.88
71.00	27.35	1:04.53	2:22.00	5:03.75	10:27.50	20:06.25
70.50	27.43	1:04.76	2:22.50	5:04.87	10:29.75	20:10.63
70.00	27.50	1:05.00	2:23.00	5:06.00	10:32.00	20:15.00
69.50	27.62	1:05.28	2:23.55	5:07.17	10:34.67	20:19.50
69.00	27.73	1:05.57	2:24.10	5:08.33	10:37.33	20:24.00
68.50	27.85	1:05.85	2:24.65	5:09.50	10:40.00	20:28.50
68.00	27.97	1:06.13	2:25.20	5:10.67	10:42.67	20:33.00
67.50	28.08	1:06.42	2:25.75	5:11.83	10:45.33	20:37.50
67.00	28.20	1:06.70	2:26.30	5:13.00	10:48.00	20:42.00
66.50	28.32	1:06.98	2:26.85	5:14.17	10:50.67	20:46.50
66.00	28.43	1:07.27	2:27.40	5:15.33	10:53.33	20:51.00
65.50	28.55	1:07.55	2:27.95	5:16.50	10:56.00	20:55.50
65.00	28.67	1:07.83	2:28.50	5:17.67	10:58.67	21:00.00
64.50	28.78	1:08.12	2:29.05	5:18.83	11:01.33	21:04.50
64.00	28.90	1:08.40	2:29.60	5:20.00	11:04.00	21:09.00
63.50	29.02	1:08.68	2:30.15	5:21.17	11:06.67	21:13.50

分值	50 米自	100 米自	200 米自	400 米自	800 米自	1500 米自
50.50	32.05	1:16.05	2:44.45	5:51.50	12:16.00	23:10.50
50.00	32.17	1:16.33	2:45.00	5:52.67	12:18.67	23:15.00
49.50	32.28	1:16.62	2:45.55	5:53.83	12:21.33	23:19.50
49.00	32.40	1:16.90	2:46.10	5:55.00	12:24.00	23:24.00
48.50	32.52	1:17.18	2:46.65	5:56.17	12:26.67	23:28.50
48.00	32.63	1:17.47	2:47.20	5:57.33	12:29.33	23:33.00
47.50	32.75	1:17.75	2:47.75	5:58.50	12:32.00	23:37.50
47.00	32.87	1:18.03	2:48.30	5:59.67	12:34.67	23:42.00
46.50	32.98	1:18.32	2:48.85	6:00.83	12:37.33	23:46.50
46.00	33.10	1:18.60	2:49.40	6:02.00	12:40.00	23:51.00
45.50	33.22	1:18.88	2:49.95	6:03.17	12:42.67	23:55.50
45.00	33.33	1:19.17	2:50.50	6:04.33	12:45.33	24:00.00
44.50	33.45	1:19.45	2:51.05	6:05.50	12:48.00	24:04.50
44.00	33.57	1:19.73	2:51.60	6:06.67	12:50.67	24:09.00
43.50	33.68	1:20.02	2:52.15	6:07.83	12:53.33	24:13.50
43.00	33.80	1:20.30	2:52.70	6:09.00	12:56.00	24:18.00
42.50	33.92	1:20.58	2:53.25	6:10.17	12:58.67	24:22.50
42.00	34.03	1:20.87	2:53.80	6:11.33	13:01.33	24:27.00
41.50	34.15	1:21.15	2:54.35	6:12.50	13:04.00	24:31.50
41.00	34.27	1:21.43	2:54.90	6:13.67	13:06.67	24:36.00
40.50	34.38	1:21.72	2:55.45	6:14.83	13:09.33	24:40.50
40.00	34.50	1:22.00	2:56.00	6:16.00	13:12.00	24:45.00
39.50	34.61	1:22.30	2:56.55	6:17.15	13:14.65	24:49.50
39.00	34.73	1:22.59	2:57.10	6:18.31	13:17.31	24:54.00
38.50	34.84	1:22.88	2:57.65	6:19.47	13:19.97	24:58.50

分值	50 米自	100 米自	200 米自	400 米自	800 米自	1500 米自
38.00	34.96	1:23.17	2:58.20	6:20.63	13:22.63	25:03.00
37.50	35.07	1:23.46	2:58.75	6:21.79	13:25.29	25:07.50
37.00	35.19	1:23.75	2:59.30	6:22.95	13:27.95	25:12.00
36.50	35.30	1:24.04	2:59.85	6:24.11	13:30.61	25:16.50
36.00	35.42	1:24.33	3:00.40	6:25.27	13:33.27	25:21.00
35.50	35.53	1:24.62	3:00.95	6:26.43	13:35.93	25:25.50
35.00	35.65	1:24.91	3:01.50	6:27.59	13:38.59	25:30.00
34.50	35.76	1:25.20	3:02.05	6:28.75	13:41.25	25:34.50
34.00	35.88	1:25.49	3:02.60	6:29.91	13:43.91	25:39.00
33.50	35.99	1:25.78	3:03.15	6:31.07	13:46.57	25:43.50
33.00	36.11	1:26.07	3:03.70	6:32.23	13:49.23	25:48.00
32.50	36.22	1:26.36	3:04.25	6:33.39	13:51.89	25:52.50
32.00	36.34	1:26.65	3:04.80	6:34.55	13:54.55	25:57.00
31.50	36.45	1:26.94	3:05.35	6:35.71	13:57.21	26:01.50
31.00	36.57	1:27.23	3:05.90	6:36.87	13:59.87	26:06.00
30.50	36.68	1:27.52	3:06.45	6:38.03	14:02.53	26:10.50
30.00	36.80	1:27.81	3:07.00	6:39.19	14:05.19	26:15.00
29.50	36.91	1:28.10	3:07.55	6:40.35	14:07.85	26:19.50
29.00	37.03	1:28.39	3:08.10	6:41.51	14:10.51	26:24.00
28.50	37.14	1:28.68	3:08.65	6:42.67	14:13.17	26:28.50
28.00	37.26	1:28.97	3:09.20	6:43.83	14:15.83	26:33.00
27.50	37.37	1:29.26	3:09.75	6:44.99	14:18.49	26:37.50
27.00	37.49	1:29.55	3:10.30	6:46.15	14:21.15	26:42.00
26.50	37.60	1:29.84	3:10.85	6:47.31	14:23.81	26:46.50
26.00	37.72	1:30.13	3:11.40	6:48.47	14:26.47	26:51.00



分值	50 米自	100 米自	200 米自	400 米自	800 米自	1500 米自
25.50	37.83	1:30.42	3:11.95	6:49.63	14:29.13	26:55.50
25.00	37.95	1:30.71	3:12.50	6:50.79	14:31.79	27:00.00
24.50	38.06	1:31.00	3:13.05	6:51.95	14:34.45	27:04.50
24.00	38.18	1:31.29	3:13.60	6:53.11	14:37.11	27:09.00
23.50	38.29	1:31.58	3:14.15	6:54.27	14:39.77	27:13.50
23.00	38.41	1:31.87	3:14.70	6:55.43	14:42.43	27:18.00
22.50	38.52	1:32.16	3:15.25	6:56.59	14:45.09	27:22.50
22.00	38.64	1:32.45	3:15.80	6:57.75	14:47.75	27:27.00
21.50	38.75	1:32.74	3:16.35	6:58.91	14:50.41	27:31.50
21.00	38.87	1:33.03	3:16.90	7:00.07	14:53.07	27:36.00
20.50	38.98	1:33.32	3:17.45	7:01.23	14:55.73	27:40.50
20.00	39.10	1:33.61	3:18.00	7:02.39	14:58.39	27:45.00
19.50	39.21	1:33.90	3:18.55	7:03.55	15:01.05	27:49.50
19.00	39.33	1:34.19	3:19.10	7:04.71	15:03.71	27:54.00
18.50	39.44	1:34.48	3:19.65	7:05.87	15:06.37	27:58.50
18.00	39.56	1:34.77	3:20.20	7:07.03	15:09.03	28:03.00
17.50	39.67	1:35.06	3:20.75	7:08.19	15:11.69	28:07.50
17.00	39.79	1:35.35	3:21.30	7:09.35	15:14.35	28:12.00
16.50	39.90	1:35.64	3:21.85	7:10.51	15:17.01	28:16.50
16.00	40.02	1:35.93	3:22.40	7:11.67	15:19.67	28:21.00
15.50	40.13	1:36.22	3:22.95	7:12.83	15:22.33	28:25.50
15.00	40.25	1:36.51	3:23.50	7:13.99	15:24.99	28:30.00
14.50	40.36	1:36.80	3:24.05	7:15.15	15:27.65	28:34.50
14.00	40.48	1:37.09	3:24.60	7:16.31	15:30.31	28:39.00
13.50	40.59	1:37.38	3:25.15	7:17.47	15:32.97	28:43.50

分值	50 米自	100 米自	200 米自	400 米自	800 米自	1500 米自
13.00	40.71	1:37.67	3:25.70	7:18.63	15:35.63	28:48.00
12.50	40.82	1:37.96	3:26.25	7:19.79	15:38.29	28:52.50
12.00	40.94	1:38.25	3:26.80	7:20.95	15:40.95	28:57.00
11.50	41.05	1:38.54	3:27.35	7:22.11	15:43.61	29:01.50
11.00	41.17	1:38.83	3:27.90	7:23.27	15:46.27	29:06.00
10.50	41.28	1:39.12	3:28.45	7:24.43	15:48.93	29:10.50
10.00	41.40	1:39.41	3:29.00	7:25.59	15:51.59	29:15.00
9.50	41.51	1:39.70	3:29.55	7:26.75	15:54.25	29:19.50
9.00	41.63	1:39.99	3:30.10	7:27.91	15:56.91	29:24.00
8.50	41.74	1:40.28	3:30.65	7:29.07	15:59.57	29:28.50
8.00	41.86	1:40.57	3:31.20	7:30.23	16:02.23	29:33.00
7.50	41.97	1:40.86	3:31.75	7:31.39	16:04.89	29:37.50
7.00	42.09	1:41.15	3:32.30	7:32.55	16:07.55	29:42.00
6.50	42.20	1:41.44	3:32.85	7:33.71	16:10.21	29:46.50
6.00	42.32	1:41.73	3:33.40	7:34.87	16:12.87	29:51.00
5.50	42.43	1:42.02	3:33.95	7:36.03	16:15.53	29:55.50
5.00	42.55	1:42.31	3:34.50	7:37.19	16:18.19	30:00.00
4.50	42.66	1:42.60	3:35.05	7:38.35	16:20.85	30:04.50
4.00	42.78	1:42.89	3:35.60	7:39.51	16:23.51	30:09.00
3.50	42.89	1:43.18	3:36.15	7:40.67	16:26.17	30:13.50
3.00	43.01	1:43.47	3:36.70	7:41.83	16:28.83	30:18.00
2.50	43.12	1:43.76	3:37.25	7:42.99	16:31.49	30:22.50
2.00	43.24	1:44.05	3:37.80	7:44.15	16:34.15	30:27.00
1.50	43.35	1:44.34	3:38.35	7:45.31	16:36.81	30:31.50
1.00	43.47	1:44.63	3:38.90	7:46.47	16:39.47	30:36.00

女子自由泳评分表（50米池）

分值	50米自	100米自	200米自	400米自	800米自	1500米自
100.00	25.85	56.30	2:01.20	4:15.80	8:53.40	17:14.00
99.50	25.92	56.61	2:01.89	4:17.21	8:55.83	17:18.05
99.00	25.99	56.92	2:02.58	4:18.62	8:58.26	17:22.10
98.50	26.05	57.23	2:03.27	4:20.03	9:00.69	17:26.15
98.00	26.12	57.54	2:03.96	4:21.44	9:03.12	17:30.20
97.50	26.19	57.85	2:04.65	4:22.85	9:05.55	17:34.25
97.00	26.26	58.16	2:05.34	4:24.26	9:07.98	17:38.30
96.50	26.32	58.47	2:06.03	4:25.67	9:10.41	17:42.35
96.00	26.39	58.78	2:06.72	4:27.08	9:12.84	17:46.40
95.50	26.46	59.09	2:07.41	4:28.49	9:15.27	17:50.45
95.00	26.53	59.40	2:08.10	4:29.90	9:17.70	17:54.50
94.50	26.59	59.71	2:08.79	4:31.31	9:20.13	17:58.55
94.00	26.66	1:00.02	2:09.48	4:32.72	9:22.56	18:02.60
93.50	26.73	1:00.33	2:10.17	4:34.13	9:24.99	18:06.65
93.00	26.80	1:00.64	2:10.86	4:35.54	9:27.42	18:10.70
92.50	26.86	1:00.95	2:11.55	4:36.95	9:29.85	18:14.75
92.00	26.93	1:01.26	2:12.24	4:38.36	9:32.28	18:18.80
91.50	27.00	1:01.57	2:12.93	4:39.77	9:34.71	18:22.85
91.00	27.07	1:01.88	2:13.62	4:41.18	9:37.14	18:26.90
90.50	27.13	1:02.19	2:14.31	4:42.59	9:39.57	18:30.95
90.00	27.20	1:02.50	2:15.00	4:44.00	9:42.00	18:35.00
89.50	27.31	1:02.76	2:15.60	4:45.55	9:45.50	18:42.75
89.00	27.42	1:03.02	2:16.20	4:47.10	9:49.00	18:50.50
88.50	27.52	1:03.29	2:16.80	4:48.65	9:52.50	18:58.25

分值	50 米自	100 米自	200 米自	400 米自	800 米自	1500 米自
88.00	27.63	1:03.55	2:17.40	4:50.20	9:56.00	19:06.00
87.50	27.74	1:03.81	2:18.00	4:51.75	9:59.50	19:13.75
87.00	27.85	1:04.07	2:18.60	4:53.30	10:03.00	19:21.50
86.50	27.95	1:04.34	2:19.20	4:54.85	10:06.50	19:29.25
86.00	28.06	1:04.60	2:19.80	4:56.40	10:10.00	19:37.00
85.50	28.17	1:04.86	2:20.40	4:57.95	10:13.50	19:44.75
85.00	28.28	1:05.12	2:21.00	4:59.50	10:17.00	19:52.50
84.50	28.38	1:05.39	2:21.60	5:01.05	10:20.50	20:00.25
84.00	28.49	1:05.65	2:22.20	5:02.60	10:24.00	20:08.00
83.50	28.60	1:05.91	2:22.80	5:04.15	10:27.50	20:15.75
83.00	28.71	1:06.17	2:23.40	5:05.70	10:31.00	20:23.50
82.50	28.81	1:06.44	2:24.00	5:07.25	10:34.50	20:31.25
82.00	28.92	1:06.70	2:24.60	5:08.80	10:38.00	20:39.00
81.50	29.03	1:06.96	2:25.20	5:10.35	10:41.50	20:46.75
81.00	29.14	1:07.22	2:25.80	5:11.90	10:45.00	20:54.50
80.50	29.24	1:07.49	2:26.40	5:13.45	10:48.50	21:02.25
80.00	29.35	1:07.75	2:27.00	5:15.00	10:52.00	21:10.00
79.50	29.46	1:08.01	2:27.60	5:16.55	10:55.50	21:17.75
79.00	29.57	1:08.27	2:28.20	5:18.10	10:59.00	21:25.50
78.50	29.67	1:08.54	2:28.80	5:19.65	11:02.50	21:33.25
78.00	29.78	1:08.80	2:29.40	5:21.20	11:06.00	21:41.00
77.50	29.89	1:09.06	2:30.00	5:22.75	11:09.50	21:48.75
77.00	30.00	1:09.32	2:30.60	5:24.30	11:13.00	21:56.50
76.50	30.10	1:09.59	2:31.20	5:25.85	11:16.50	22:04.25
76.00	30.21	1:09.85	2:31.80	5:27.40	11:20.00	22:12.00



分值	50 米自	100 米自	200 米自	400 米自	800 米自	1500 米自
75.50	30.32	1:10.11	2:32.40	5:28.95	11:23.50	22:19.75
75.00	30.43	1:10.37	2:33.00	5:30.50	11:27.00	22:27.50
74.50	30.53	1:10.64	2:33.60	5:32.05	11:30.50	22:35.25
74.00	30.64	1:10.90	2:34.20	5:33.60	11:34.00	22:43.00
73.50	30.75	1:11.16	2:34.80	5:35.15	11:37.50	22:50.75
73.00	30.86	1:11.42	2:35.40	5:36.70	11:41.00	22:58.50
72.50	30.96	1:11.69	2:36.00	5:38.25	11:44.50	23:06.25
72.00	31.07	1:11.95	2:36.60	5:39.80	11:48.00	23:14.00
71.50	31.18	1:12.21	2:37.20	5:41.35	11:51.50	23:21.75
71.00	31.29	1:12.47	2:37.80	5:42.90	11:55.00	23:29.50
70.50	31.39	1:12.74	2:38.40	5:44.45	11:58.50	23:37.25
70.00	31.50	1:13.00	2:39.00	5:46.00	12:02.00	23:45.00
69.50	31.62	1:13.35	2:39.73	5:47.33	12:05.00	23:49.00
69.00	31.73	1:13.70	2:40.47	5:48.67	12:08.00	23:53.00
68.50	31.85	1:14.05	2:41.20	5:50.00	12:11.00	23:57.00
68.00	31.97	1:14.40	2:41.93	5:51.33	12:14.00	24:01.00
67.50	32.08	1:14.75	2:42.67	5:52.67	12:17.00	24:05.00
67.00	32.20	1:15.10	2:43.40	5:54.00	12:20.00	24:09.00
66.50	32.32	1:15.45	2:44.13	5:55.33	12:23.00	24:13.00
66.00	32.43	1:15.80	2:44.87	5:56.67	12:26.00	24:17.00
65.50	32.55	1:16.15	2:45.60	5:58.00	12:29.00	24:21.00
65.00	32.67	1:16.50	2:46.33	5:59.33	12:32.00	24:25.00
64.50	32.78	1:16.85	2:47.07	6:00.67	12:35.00	24:29.00
64.00	32.90	1:17.20	2:47.80	6:02.00	12:38.00	24:33.00
63.50	33.02	1:17.55	2:48.53	6:03.33	12:41.00	24:37.00

分值	50 米自	100 米自	200 米自	400 米自	800 米自	1500 米自
63.00	33.13	1:17.90	2:49.27	6:04.67	12:44.00	24:41.00
62.50	33.25	1:18.25	2:50.00	6:06.00	12:47.00	24:45.00
62.00	33.37	1:18.60	2:50.73	6:07.33	12:50.00	24:49.00
61.50	33.48	1:18.95	2:51.47	6:08.67	12:53.00	24:53.00
61.00	33.60	1:19.30	2:52.20	6:10.00	12:56.00	24:57.00
60.50	33.72	1:19.65	2:52.93	6:11.33	12:59.00	25:01.00
60.00	33.83	1:20.00	2:53.67	6:12.67	13:02.00	25:05.00
59.50	33.95	1:20.35	2:54.40	6:14.00	13:05.00	25:09.00
59.00	34.07	1:20.70	2:55.13	6:15.33	13:08.00	25:13.00
58.50	34.18	1:21.05	2:55.87	6:16.67	13:11.00	25:17.00
58.00	34.30	1:21.40	2:56.60	6:18.00	13:14.00	25:21.00
57.50	34.42	1:21.75	2:57.33	6:19.33	13:17.00	25:25.00
57.00	34.53	1:22.10	2:58.07	6:20.67	13:20.00	25:29.00
56.50	34.65	1:22.45	2:58.80	6:22.00	13:23.00	25:33.00
56.00	34.77	1:22.80	2:59.53	6:23.33	13:26.00	25:37.00
55.50	34.88	1:23.15	3:00.27	6:24.67	13:29.00	25:41.00
55.00	35.00	1:23.50	3:01.00	6:26.00	13:32.00	25:45.00
54.50	35.12	1:23.85	3:01.73	6:27.33	13:35.00	25:49.00
54.00	35.23	1:24.20	3:02.47	6:28.67	13:38.00	25:53.00
53.50	35.35	1:24.55	3:03.20	6:30.00	13:41.00	25:57.00
53.00	35.47	1:24.90	3:03.93	6:31.33	13:44.00	26:01.00
52.50	35.58	1:25.25	3:04.67	6:32.67	13:47.00	26:05.00
52.00	35.70	1:25.60	3:05.40	6:34.00	13:50.00	26:09.00
51.50	35.82	1:25.95	3:06.13	6:35.33	13:53.00	26:13.00
51.00	35.93	1:26.30	3:06.87	6:36.67	13:56.00	26:17.00

分值	50 米自	100 米自	200 米自	400 米自	800 米自	1500 米自
50.50	36.05	1:26.65	3:07.60	6:38.00	13:59.00	26:21.00
50.00	36.17	1:27.00	3:08.33	6:39.33	14:02.00	26:25.00
49.50	36.28	1:27.35	3:09.07	6:40.67	14:05.00	26:29.00
49.00	36.40	1:27.70	3:09.80	6:42.00	14:08.00	26:33.00
48.50	36.52	1:28.05	3:10.53	6:43.33	14:11.00	26:37.00
48.00	36.63	1:28.40	3:11.27	6:44.67	14:14.00	26:41.00
47.50	36.75	1:28.75	3:12.00	6:46.00	14:17.00	26:45.00
47.00	36.87	1:29.10	3:12.73	6:47.33	14:20.00	26:49.00
46.50	36.98	1:29.45	3:13.47	6:48.67	14:23.00	26:53.00
46.00	37.10	1:29.80	3:14.20	6:50.00	14:26.00	26:57.00
45.50	37.22	1:30.15	3:14.93	6:51.33	14:29.00	27:01.00
45.00	37.33	1:30.50	3:15.67	6:52.67	14:32.00	27:05.00
44.50	37.45	1:30.85	3:16.40	6:54.00	14:35.00	27:09.00
44.00	37.57	1:31.20	3:17.13	6:55.33	14:38.00	27:13.00
43.50	37.68	1:31.55	3:17.87	6:56.67	14:41.00	27:17.00
43.00	37.80	1:31.90	3:18.60	6:58.00	14:44.00	27:21.00
42.50	37.92	1:32.25	3:19.33	6:59.33	14:47.00	27:25.00
42.00	38.03	1:32.60	3:20.07	7:00.67	14:50.00	27:29.00
41.50	38.15	1:32.95	3:20.80	7:02.00	14:53.00	27:33.00
41.00	38.27	1:33.30	3:21.53	7:03.33	14:56.00	27:37.00
40.50	38.38	1:33.65	3:22.27	7:04.67	14:59.00	27:41.00
40.00	38.50	1:34.00	3:23.00	7:06.00	15:02.00	27:45.00
39.50	38.62	1:34.35	3:23.77	7:07.37	15:05.00	27:49.00
39.00	38.73	1:34.70	3:24.51	7:08.71	15:08.00	27:53.00
38.50	38.85	1:35.05	3:25.25	7:10.05	15:11.00	27:57.00

分值	50 米自	100 米自	200 米自	400 米自	800 米自	1500 米自
38.00	38.96	1:35.40	3:25.99	7:11.39	15:14.00	28:01.00
37.50	39.08	1:35.75	3:26.73	7:12.73	15:17.00	28:05.00
37.00	39.20	1:36.10	3:27.47	7:14.07	15:20.00	28:09.00
36.50	39.31	1:36.45	3:28.21	7:15.41	15:23.00	28:13.00
36.00	39.43	1:36.80	3:28.95	7:16.75	15:26.00	28:17.00
35.50	39.55	1:37.15	3:29.69	7:18.09	15:29.00	28:21.00
35.00	39.66	1:37.50	3:30.43	7:19.43	15:32.00	28:25.00
34.50	39.78	1:37.85	3:31.17	7:20.77	15:35.00	28:29.00
34.00	39.89	1:38.20	3:31.91	7:22.11	15:38.00	28:33.00
33.50	40.01	1:38.55	3:32.65	7:23.45	15:41.00	28:37.00
33.00	40.13	1:38.90	3:33.39	7:24.79	15:44.00	28:41.00
32.50	40.24	1:39.25	3:34.13	7:26.13	15:47.00	28:45.00
32.00	40.36	1:39.60	3:34.87	7:27.47	15:50.00	28:49.00
31.50	40.48	1:39.95	3:35.61	7:28.81	15:53.00	28:53.00
31.00	40.59	1:40.30	3:36.35	7:30.15	15:56.00	28:57.00
30.50	40.71	1:40.65	3:37.09	7:31.49	15:59.00	29:01.00
30.00	40.82	1:41.00	3:37.83	7:32.83	16:02.00	29:05.00
29.50	40.94	1:41.35	3:38.57	7:34.17	16:05.00	29:09.00
29.00	41.06	1:41.70	3:39.31	7:35.51	16:08.00	29:13.00
28.50	41.17	1:42.05	3:40.05	7:36.85	16:11.00	29:17.00
28.00	41.29	1:42.40	3:40.79	7:38.19	16:14.00	29:21.00
27.50	41.41	1:42.75	3:41.53	7:39.53	16:17.00	29:25.00
27.00	41.52	1:43.10	3:42.27	7:40.87	16:20.00	29:29.00
26.50	41.64	1:43.45	3:43.01	7:42.21	16:23.00	29:33.00
26.00	41.76	1:43.80	3:43.75	7:43.55	16:26.00	29:37.00



分值	50 米自	100 米自	200 米自	400 米自	800 米自	1500 米自
25.50	41.87	1:44.15	3:44.49	7:44.89	16:29.00	29:41.00
25.00	41.99	1:44.50	3:45.23	7:46.23	16:32.00	29:45.00
24.50	42.10	1:44.85	3:45.97	7:47.57	16:35.00	29:49.00
24.00	42.22	1:45.20	3:46.71	7:48.91	16:38.00	29:53.00
23.50	42.34	1:45.55	3:47.45	7:50.25	16:41.00	29:57.00
23.00	42.45	1:45.90	3:48.19	7:51.59	16:44.00	30:01.00
22.50	42.57	1:46.25	3:48.93	7:52.93	16:47.00	30:05.00
22.00	42.69	1:46.60	3:49.67	7:54.27	16:50.00	30:09.00
21.50	42.80	1:46.95	3:50.41	7:55.61	16:53.00	30:13.00
21.00	42.92	1:47.30	3:51.15	7:56.95	16:56.00	30:17.00
20.50	43.03	1:47.65	3:51.89	7:58.29	16:59.00	30:21.00
20.00	43.15	1:48.00	3:52.63	7:59.63	17:02.00	30:25.00
19.50	43.27	1:48.35	3:53.37	8:00.97	17:05.00	30:29.00
19.00	43.38	1:48.70	3:54.11	8:02.31	17:08.00	30:33.00
18.50	43.50	1:49.05	3:54.85	8:03.65	17:11.00	30:37.00
18.00	43.62	1:49.40	3:55.59	8:04.99	17:14.00	30:41.00
17.50	43.73	1:49.75	3:56.33	8:06.33	17:17.00	30:45.00
17.00	43.85	1:50.10	3:57.07	8:07.67	17:20.00	30:49.00
16.50	43.96	1:50.45	3:57.81	8:09.01	17:23.00	30:53.00
16.00	44.08	1:50.80	3:58.55	8:10.35	17:26.00	30:57.00
15.50	44.20	1:51.15	3:59.29	8:11.69	17:29.00	31:01.00
15.00	44.31	1:51.50	4:00.03	8:13.03	17:32.00	31:05.00
14.50	44.43	1:51.85	4:00.77	8:14.37	17:35.00	31:09.00
14.00	44.55	1:52.20	4:01.51	8:15.71	17:38.00	31:13.00
13.50	44.66	1:52.55	4:02.25	8:17.05	17:41.00	31:17.00

分值	50 米自	100 米自	200 米自	400 米自	800 米自	1500 米自
13.00	44.78	1:52.90	4:02.99	8:18.39	17:44.00	31:21.00
12.50	44.89	1:53.25	4:03.73	8:19.73	17:47.00	31:25.00
12.00	45.01	1:53.60	4:04.47	8:21.07	17:50.00	31:29.00
11.50	45.13	1:53.95	4:05.21	8:22.41	17:53.00	31:33.00
11.00	45.24	1:54.30	4:05.95	8:23.75	17:56.00	31:37.00
10.50	45.36	1:54.65	4:06.69	8:25.09	17:59.00	31:41.00
10.00	45.48	1:55.00	4:07.43	8:26.43	18:02.00	31:45.00
9.50	45.59	1:55.35	4:08.17	8:27.77	18:05.00	31:49.00
9.00	45.71	1:55.70	4:08.91	8:29.11	18:08.00	31:53.00
8.50	45.83	1:56.05	4:09.65	8:30.45	18:11.00	31:57.00
8.00	45.94	1:56.40	4:10.39	8:31.79	18:14.00	32:01.00
7.50	46.06	1:56.75	4:11.13	8:33.13	18:17.00	32:05.00
7.00	46.17	1:57.10	4:11.87	8:34.47	18:20.00	32:09.00
6.50	46.29	1:57.45	4:12.61	8:35.81	18:23.00	32:13.00
6.00	46.41	1:57.80	4:13.35	8:37.15	18:26.00	32:17.00
5.50	46.52	1:58.15	4:14.09	8:38.49	18:29.00	32:21.00
5.00	46.64	1:58.50	4:14.83	8:39.83	18:32.00	32:25.00
4.50	46.76	1:58.85	4:15.57	8:41.17	18:35.00	32:29.00
4.00	46.87	1:59.20	4:16.31	8:42.51	18:38.00	32:33.00
3.50	46.99	1:59.55	4:17.05	8:43.85	18:41.00	32:37.00
3.00	47.10	1:59.90	4:17.79	8:45.19	18:44.00	32:41.00
2.50	47.22	2:00.25	4:18.53	8:46.53	18:47.00	32:45.00
2.00	47.34	2:00.60	4:19.27	8:47.87	18:50.00	32:49.00
1.50	47.45	2:00.95	4:20.01	8:49.21	18:53.00	32:53.00
1.00	47.57	2:01.30	4:20.75	8:50.55	18:56.00	32:57.00