

メートル かくかくねん てんすうひょう
100m 各学年点数表



点数	年長 男子	小1 男子	小2 男子	小3 男子	小4 男子	小5 男子	小6 男子	中1 男子	中2 男子	中3 男子
10点	22秒09 以下	19秒59 以下	18秒09 以下	17秒09 以下	16秒09 以下	15秒09 以下	14秒09 以下	13秒09 以下	12秒39 以下	11秒59 以下
9点	22秒10～ 23秒49	19秒60～ 20秒39	18秒10～ 18秒89	17秒10～ 17秒89	16秒10～ 16秒89	15秒10～ 15秒89	14秒10～ 14秒89	13秒10～ 13秒89	12秒40～ 13秒19	11秒60～ 12秒39
8点	23秒50～ 24秒89	20秒40～ 21秒19	18秒90～ 19秒69	17秒90～ 18秒69	16秒90～ 17秒69	15秒90～ 16秒69	14秒90～ 15秒69	13秒90～ 14秒69	13秒20～ 13秒99	12秒40～ 13秒19
7点	24秒90～ 26秒29	21秒20～ 22秒09	19秒70～ 20秒49	18秒70～ 19秒59	17秒70～ 18秒59	16秒70～ 17秒59	15秒70～ 16秒59	14秒70～ 15秒59	14秒00～ 14秒89	13秒20～ 14秒09
6点	26秒30～ 27秒69	22秒10～ 22秒99	20秒50～ 21秒29	19秒60～ 20秒49	18秒60～ 19秒49	17秒60～ 18秒49	16秒60～ 17秒49	15秒60～ 16秒49	14秒90～ 15秒79	14秒10～ 14秒99
5点	27秒70～ 29秒09	23秒00～ 23秒99	21秒30～ 22秒19	20秒50～ 21秒49	19秒50～ 20秒49	18秒50～ 19秒49	17秒50～ 18秒49	16秒50～ 17秒49	15秒80～ 16秒79	15秒00～ 15秒99
4点	29秒10～ 30秒49	24秒00～ 24秒99	22秒20～ 23秒09	21秒50～ 22秒59	20秒50～ 21秒59	19秒50～ 20秒59	18秒50～ 19秒59	17秒50～ 18秒59	16秒80～ 17秒89	16秒00～ 17秒09
3点	30秒50～ 31秒89	25秒10～ 26秒19	23秒10～ 24秒09	22秒60～ 23秒69	21秒60～ 22秒69	20秒60～ 21秒69	19秒60～ 20秒69	18秒60～ 19秒69	17秒90～ 18秒99	17秒10～ 18秒19
2点	31秒90～ 33秒29	26秒20～ 27秒29	24秒10～ 25秒09	23秒70～ 24秒79	22秒70～ 23秒79	21秒70～ 22秒79	20秒70～ 21秒79	19秒70～ 20秒79	19秒00～ 20秒09	18秒20～ 19秒29
1点	33秒30 以上	27秒30 以上	25秒10 以上	24秒80 以上	23秒80 以上	22秒80 以上	21秒80 以上	20秒80 以上	20秒10 以上	19秒30 以上

点数	年長 女子	小1 女子	小2 女子	小3 女子	小4 女子	小5 女子	小6 女子	中1 女子	中2 女子	中3 女子
10点	22秒09 以下	19秒59 以下	18秒39 以下	17秒59 以下	16秒59 以下	15秒89 以下	15秒09 以下	14秒09 以下	13秒59 以下	12秒99 以下
9点	22秒10～ 23秒49	19秒60～ 20秒39	18秒40～ 19秒19	17秒60～ 18秒39	16秒60～ 17秒39	15秒90～ 16秒69	15秒10～ 15秒89	14秒10～ 14秒89	13秒60～ 14秒39	13秒00～ 13秒79
8点	23秒50～ 24秒89	20秒40～ 21秒19	19秒20～ 19秒99	18秒40～ 19秒19	17秒40～ 18秒19	16秒70～ 17秒49	15秒90～ 16秒69	14秒90～ 15秒69	14秒40～ 15秒19	13秒80～ 14秒59
7点	24秒90～ 26秒29	21秒20～ 22秒09	20秒00～ 20秒89	19秒20～ 20秒09	18秒20～ 19秒09	17秒50～ 18秒39	16秒70～ 17秒59	15秒70～ 16秒59	15秒20～ 16秒09	14秒60～ 15秒49
6点	26秒30～ 27秒69	22秒10～ 22秒99	20秒90～ 21秒79	20秒10～ 20秒99	19秒10～ 19秒99	18秒40～ 19秒29	17秒60～ 18秒49	16秒60～ 17秒49	16秒10～ 16秒99	15秒50～ 16秒39
5点	27秒70～ 29秒09	23秒00～ 23秒99	21秒80～ 22秒79	21秒00～ 21秒99	20秒00～ 20秒99	19秒30～ 20秒29	18秒50～ 19秒49	17秒50～ 18秒49	17秒00～ 17秒99	16秒40～ 17秒39
4点	29秒10～ 30秒49	24秒00～ 25秒09	22秒80～ 23秒89	22秒00～ 23秒09	21秒00～ 22秒09	20秒30～ 21秒39	19秒50～ 20秒59	18秒50～ 19秒59	18秒00～ 19秒09	17秒40～ 18秒49
3点	30秒50～ 31秒89	25秒10～ 26秒19	23秒90～ 24秒99	23秒10～ 24秒19	22秒10～ 23秒19	21秒40～ 22秒49	20秒60～ 21秒69	19秒60～ 20秒69	19秒10～ 20秒19	18秒50～ 19秒59
2点	31秒90～ 33秒29	26秒20～ 27秒29	25秒00～ 26秒09	24秒20～ 25秒29	23秒20～ 24秒29	22秒50～ 23秒59	21秒70～ 22秒79	20秒70～ 21秒79	20秒20～ 21秒29	19秒60～ 20秒69
1点	33秒30 以上	27秒30 以上	26秒10 以上	25秒30 以上	24秒30 以上	23秒60 以上	22秒80 以上	21秒80 以上	21秒30 以上	20秒70 以上

てんすう じぶん はし かくにん
点数で自分の走りを確認しよう！

たん 短 ぎょ 距 ち 離 走
の 通 知 表



ね ん ど
年度

かくねん
学年

がく
学

おんせい
年生

な ま え
名前

この通知表は、誰かと比べて優れているかを評価するものではありません。自分自身の走る力の変化に気づき、日々の練習に目標と意味を持たせ、やる気を育むために活用します。

企画 / 悟空 Jr. アスリートスクール 電話 / 0766-30-3773 受付時間 9:00～17:00
住所 / 〒933-0928 富山県高岡市守山町35番地 西織ビル2階

