

中 級 游 泳

(2025 年 8 月版)

技 能 54%						平時分	筆試
考 試 一	男 子		分 數	女 子			
	50m 蝶泳	50m 背泳		50m 蝶泳	50m 背泳	26%	20%
	38% (成績) + 3% (技術質素)			38% (成績) + 3% (技術質素)			
成 績	38.0 或以下	38.0 或以下	38	40.0 或以下	40.0 或以下		
	44.00	44.00	34	47.00	47.00		
	50.00	50.00	30	54.00	54.00		
	56.00	56.00	27	1.01.00	1.01.00		
	1.02.00	1.02.00	25	1.08.00	1.08.00		
	1.08.00	1.08.00	23	1.15.00	1.15.00		
	1.14.00	1.14.00	21	1.22.00	1.22.00		
	完成 50m		20	完成 50m			
考 試 二	完成 100 米個人四式 (一次) 10% (成績) + 3% (技術質素)						
技 術 質 素 分	3 分 — 考試表現中，能夠達到技術質素要求，且動作極之流暢及熟練 2 分 — 考試表現中，尚能達到技術質素要求，且動作一般流暢及熟練 1 分 — 考試表現中，未能達到技術質素要求，且動作並不流暢及熟練						

考試次數 - 考試一：最多兩次(同一泳式)取最佳成績
 考試二：一次