

能力区分基準タイム

能力区分基準タイム131回生以降

※男子能力区分基準タイム一覧（帽子の色分け基準）

評価	帽色	200m	400m	1000m	3000m
S	金 	10秒80以内	22秒50以内	1分07秒00以内	3分49秒50以内
		※スピード、持久力共に優れている者			
A	白 	11秒20以内	23秒20以内	1分08秒50以内	3分58秒50以内
		※スピード、持久力共に優れている者			
B	黒 	11秒20以内	23秒20以内	-	-
		※スピードはあるが持久力に劣る者			
C	赤 	-	-	1分08秒50以内	3分58秒50以内
		※持久力はあるがスピードに劣る者			
D	青 	上記以外の者			
		※スピード、持久力共に劣る者			

※女子能力区分基準タイム一覧（帽子の色分け基準）

評価	帽色	200m	400m	500m	2000m
S	金 	12秒00以内	25秒00以内	37秒00以内	2分41秒50以内
		※スピード、持久力共に優れている者			
A	白 	12秒50以内	26秒00以内	38秒20以内	2分49秒00以内
		※スピード、持久力共に優れている者			
B	黒 	12秒50以内	26秒00以内	-	-
		※スピードはあるが持久力に劣る者			
C	赤 	-	-	38秒20以内	2分49秒00以内
		※持久力はあるがスピードに劣る者			
D	青 	上記以外の者			
		※スピード、持久力共に劣る者			