

高知県記録（長水路）

2025年8月26日現在

男 子

自由形	50m	23.18	兵頭 洋樹	高 知 県	長良川スイミングプラザ	2012-09-17	国民体育大会
	100m	51.42	兵頭 洋樹	高 知 県	長良川スイミングプラザ	2012-09-16	国民体育大会
	200m	1:53.53	松田 悠成	N S P 高 知	くろしおアリーナ	2025-06-22	高知県SC選手権
	400m	3:58.08	松田 悠成	N S P 高 知	東京アクアティクスセンター	2025-03-20	日本選手権
	800m	8:31.02	松田 悠成	高 知 高	S A G A ア ク ア	2024-08-18	日本高校選手権
背泳ぎ	1500m	16:02.55	西内 司	高 知 工 業 高	ダイエープロビスフェニックス	2012-08-18	日本高校選手権
	50m	27.35	森 圭祐	中 村 高	くろしおアリーナ	2013-07-27	高知県選手権
	100m	58.28	伊藤 克	高 知 南 高	くろしおアリーナ	2009-07-19	四国高校選手権
	200m	2:05.98	伊藤 克	高 知 南 高	くろしおアリーナ	2009-07-18	四国高校選手権
	400m	4:23.27	藤本 翔大	高 知 県	くろしおアリーナ	2002-09-22	国民体育大会
平泳ぎ	50m	28.64	宗石 星流	大 阪 体 育 大	くろしおアリーナ	2025-07-26	高知県選手権
	100m	1:02.72	宗石 星流	大 阪 体 育 大	くろしおアリーナ	2025-07-27	高知県選手権
	200m	2:17.40	安原 聖力	みかづき S S	東京辰巳国際水泳場	2019-08-25	全国JOC夏季
	400m	4:23.27	藤本 翔大	高 知 県	くろしおアリーナ	2002-09-22	国民体育大会
	800m	8:31.02	松田 悠成	高 知 高	S A G A ア ク ア	2024-08-18	日本高校選手権
バタフライ	50m	24.59	本田 翔規	国 士 館 大	くろしおアリーナ	2022-07-24	高知県選手権
	100m	54.15	本田 翔規	国 士 館 大	くろしおアリーナ	2021-07-31	高知県選手権
	200m	2:01.33	藤本 翔大	法 政 大	くろしおアリーナ	2006-07-30	高知県選手権
	400m	4:23.27	藤本 翔大	高 知 県	くろしおアリーナ	2002-09-22	国民体育大会
	800m	8:31.02	松田 悠成	高 知 高	S A G A ア ク ア	2024-08-18	日本高校選手権
個人メドレー	50m	26.67	中川 靖菜	高 知 県	千葉県国際総合水泳場	2010-09-12	国民体育大会
	100m	58.22	夏伐 里奈	岡 山 大	くろしおアリーナ	2009-07-25	高知県選手権
	200m	2:05.28	早本 吏沙	KONAMI 高 知	東京辰巳国際水泳場	2012-08-28	全国JOC夏季
	400m	4:22.63	早本 吏沙	高 知 県	長良川スイミングプラザ	2012-09-17	国民体育大会
	800m	9:06.34	早本 吏沙	高 知 高	くろしおアリーナ	2012-07-29	高知県選手権
フリーレー	1500m	16:02.55	西内 司	高 知 工 業 高	ダイエープロビスフェニックス	2012-08-18	日本高校選手権
	50m	29.29	佐々木麻い	土 佐 高	くろしおアリーナ	2012-07-28	高知県選手権
	100m	1:03.70	佐々木麻い	土 佐 高	ダイエープロビスフェニックス	2012-08-18	日本高校選手権
	200m	2:17.56	佐々木り凡	土 佐 塾 高	島根県立水泳プール	2004-08-19	日本高校選手権
	400m	4:23.27	藤本 翔大	高 知 県	くろしおアリーナ	2002-09-22	国民体育大会
メドレーレー	50m	28.02	矢部瀬里香	高 知 追 手 前 高	くろしおアリーナ	2019-09-08	高知県学年別
	100m	1:02.47	森本 里華	高 知 県	児島地区公園水泳場	2005-09-12	国民体育大会
	200m	2:14.52	佐々木り凡	みかづき S S	東京辰巳国際水泳場	2001-08-29	全国JOC夏季
	400m	4:23.27	藤本 翔大	高 知 県	くろしおアリーナ	2002-09-22	国民体育大会
	800m	8:31.02	松田 悠成	高 知 高	S A G A ア ク ア	2024-08-18	日本高校選手権

女 子

自由形	50m	26.67	中川 靖菜	高 知 県	千葉県国際総合水泳場	2010-09-12	国民体育大会
	100m	58.22	夏伐 里奈	岡 山 大	くろしおアリーナ	2009-07-25	高知県選手権
	200m	2:05.28	早本 吏沙	KONAMI 高 知	東京辰巳国際水泳場	2012-08-28	全国JOC夏季
	400m	4:22.63	早本 吏沙	高 知 県	長良川スイミングプラザ	2012-09-17	国民体育大会
	800m	9:06.34	早本 吏沙	高 知 高	くろしおアリーナ	2012-07-29	高知県選手権
背泳ぎ	1500m	16:02.55	西内 司	高 知 工 業 高	ダイエープロビスフェニックス	2012-08-18	日本高校選手権
	50m	29.29	佐々木麻い	土 佐 高	くろしおアリーナ	2012-07-28	高知県選手権
	100m	1:03.70	佐々木麻い	土 佐 高	ダイエープロビスフェニックス	2012-08-18	日本高校選手権
	200m	2:17.56	佐々木り凡	土 佐 塾 高	島根県立水泳プール	2004-08-19	日本高校選手権
	400m	4:23.27	藤本 翔大	高 知 県	くろしおアリーナ	2002-09-22	国民体育大会
平泳ぎ	50m	32.88	栗山 陽菜	みかづき S S	くろしおアリーナ	2025-06-22	高知県SC選手権
	100m	1:10.95	松木 琴美	近 大 ク ラ ブ	くろしおアリーナ	2024-07-28	高知県選手権
	200m	2:28.73	松木 琴美	近 大 ク ラ ブ	くろしおアリーナ	2024-07-27	高知県選手権
	400m	4:23.27	藤本 翔大	高 知 県	くろしおアリーナ	2002-09-22	国民体育大会
	800m	8:31.02	松田 悠成	高 知 高	S A G A ア ク ア	2024-08-18	日本高校選手権
バタフライ	50m	28.02	矢部瀬里香	高 知 追 手 前 高	くろしおアリーナ	2019-09-08	高知県学年別
	100m	1:02.47	森本 里華	高 知 県	児島地区公園水泳場	2005-09-12	国民体育大会
	200m	2:14.52	佐々木り凡	みかづき S S	東京辰巳国際水泳場	2001-08-29	全国JOC夏季
	400m	4:23.27	藤本 翔大	高 知 県	くろしおアリーナ	2002-09-22	国民体育大会
	800m	8:31.02	松田 悠成	高 知 高	S A G A ア ク ア	2024-08-18	日本高校選手権
個人メドレー	50m	26.67	中川 靖菜	高 知 県	千葉県国際総合水泳場	2010-09-12	国民体育大会
	100m	58.22	夏伐 里奈	岡 山 大	くろしおアリーナ	2009-07-25	高知県選手権
	200m	2:05.28	早本 吏沙	KONAMI 高 知	東京辰巳国際水泳場	2012-08-28	全国JOC夏季
	400m	4:22.63	早本 吏沙	高 知 県	長良川スイミングプラザ	2012-09-17	国民体育大会
	800m	9:06.34	早本 吏沙	高 知 高	くろしおアリーナ	2012-07-29	高知県選手権
フリーレー	1500m	16:02.55	西内 司	高 知 工 業 高	ダイエープロビスフェニックス	2012-08-18	日本高校選手権
	50m	29.29	佐々木麻い	土 佐 高	くろしおアリーナ	2012-07-28	高知県選手権
	100m	1:03.70	佐々木麻い	土 佐 高	ダイエープロビスフェニックス	2012-08-18	日本高校選手権
	200m	2:17.56	佐々木り凡	土 佐 塾 高	島根県立水泳プール	2004-08-19	日本高校選手権
	400m	4:23.27	藤本 翔大	高 知 県	くろしおアリーナ	2002-09-22	国民体育大会
メドレーレー	50m	28.02	矢部瀬里香	高 知 追 手 前 高	くろしおアリーナ	2019-09-08	高知県学年別
	100m	1:02.47	森本 里華	高 知 県	児島地区公園水泳場	2005-09-12	国民体育大会
	200m	2:14.52	佐々木り凡	みかづき S S	東京辰巳国際水泳場	2001-08-29	全国JOC夏季
	400m	4:23.27	藤本 翔大	高 知 県	くろしおアリーナ	2002-09-22	国民体育大会
	800m	8:31.02	松田 悠成	高 知 高	S A G A ア ク ア	2024-08-18	日本高校選手権

高知県高校記録（長水路）

2025年8月26日現在

男 子

自由形	50m	23.76	森澤 壮真	高知商業高	くろしおアリーナ	2025-07-19	四国高校選手権
	100m	51.56	松田 悠成	N S P 高知	山口きらら博記念プール	2024-10-13	J S C Aブロック対抗
	200m	1:53.53	松田 悠成	N S P 高知	くろしおアリーナ	2025-06-22	高知県S C選手権
	400m	3:58.08	松田 悠成	N S P 高知	東京アクアティクスセンター	2025-03-20	日本選手権
	800m	8:31.02	松田 悠成	高知高	S A G A アクア	2024-08-18	日本高校選手権
	1500m	16:02.55	西内 司	高知工業高	ダイエープロビスフェニックス	2012-08-18	日本高校選手権
背泳ぎ	50m	27.35	森 圭祐	中村高	くろしおアリーナ	2013-07-27	高知県選手権
	100m	58.28	伊藤 克	高知南高	くろしおアリーナ	2009-07-19	四国高校選手権
	200m	2:05.98	伊藤 克	高知南高	くろしおアリーナ	2009-07-18	四国高校選手権
平泳ぎ	50m	29.49	安原 聖力	みかづき S S	山口きらら博記念公園	2020-02-09	きららカップ
	100m	1:04.50	安原 聖力	高知高	くろしおアリーナ	2020-09-13	高知県学年別
	200m	2:17.40	安原 聖力	みかづき S S	東京辰巳国際水泳場	2019-08-25	全国J O C 夏季
バタフライ	50m	25.10	西山 隆詞	高知商業高	春野運動公園プ	1997-09-21	秋季ジュニア記録会
	100m	55.48	深原 大誠	中村高	くろしおアリーナ	2015-06-14	高知県高校選手権
	200m	2:02.46	西内 亘	高知工業高	くろしおアリーナ	2012-09-09	高知県秋季ジュニア
個人メドレー	200m	2:04.05	三善 大煌	みかづき S S	東京アクアティクスセンター	2025-08-25	全国J O C 夏季
	400m	4:23.27	藤本 翔大	高知県	くろしおアリーナ	2002-09-22	国民体育大会
フリーリレー 4×50m		1:36.24	井上 三善	みかづき S S	くろしおアリーナ	2025-06-22	高知県S C選手権
	4×100m	3:29.58	井上 三善 川田 森澤	みかづき S S	東京アクアティクスセンター	2025-08-25	全国J O C 夏季
	4×200m	7:52.07	井上 吉名 安原 松田	高知高	S A G A アクア	2024-08-19	日本高校選手権
メドレーリレー 4×50m		1:46.82	川田 三善 森澤 井上	みかづき S S	くろしおアリーナ	2025-06-22	高知県S C選手権
	4×100m	3:53.61	川田 三善 森澤 井上	みかづき S S	東京アクアティクスセンター	2025-08-26	全国J O C 夏季

女 子

自由形	50m	26.67	中川 靖菜	高知県	千葉県国際総合水泳場	2010-09-12	国民体育大会
	100m	58.71	中川 靖菜	土佐女子高	くろしおアリーナ	2010-07-31	高知県選手権
	200m	2:05.28	早本 吏沙	KONAMI 高知	東京辰巳国際水泳場	2012-08-28	全国J O C 夏季
	400m	4:22.63	早本 吏沙	高知県	長良川スイミングプラザ	2012-09-17	国民体育大会
	800m	9:06.34	早本 吏沙	高知高	くろしおアリーナ	2012-07-29	高知県選手権
	1500m						
背泳ぎ	50m	29.29	佐々木麻い	土佐高	くろしおアリーナ	2012-07-28	高知県選手権
	100m	1:03.70	佐々木麻い	土佐高	ダイエープロビスフェニックス	2012-08-18	日本高校選手権
	200m	2:17.56	佐々木り凡	土佐塾高校	島根県立水泳プール	2004-08-19	日本高校選手権
平泳ぎ	50m	32.88	栗山 陽菜	みかづき S S	くろしおアリーナ	2025-06-22	高知県S C選手権
	100m	1:11.82	西ノ内春々	高知商業高	くろしおアリーナ	2022-08-17	日本高校選手権
	200m	2:32.03	松木 琴美	Z E Y O - S T	東京辰巳国際水泳場	2019-08-25	全国J O C 夏季
バタフライ	50m	28.02	矢部瀬里香	高知追手前高	くろしおアリーナ	2019-09-08	高知県学年別
	100m	1:03.03	吉岡まゆみ	ビーブル高知	東京体育館室内プ	1986-08-28	全国J O C 夏季
	200m	2:16.69	前野 希和	Z E Y O - S T	東和薬品ラクタブドーム	2021-08-24	全国J O C 夏季
個人メドレー	200m	2:19.21	山本 礼羅	みかづき S S	東京アクアティクスセンター	2023-08-25	全国J O C 夏季
	400m	4:47.67	山本 礼羅	高知県	鴨池公園水泳プール	2023-09-23	国民体育大会
フリーリレー 4×50m							
	4×100m	4:00.52	早本 佐々木 楠瀬 山岡	高知県	山口きらら博記念公園	2011-09-09	国民体育大会
	4×200m	8:46.72	岩瀬 佐古田 平 山下	高知商業高	アクアパレットまつやま	2021-07-18	四国高校選手権
メドレーリレー 4×50m		2:06.64	森田 栗山 野田 濱渦	みかづき S S	くろしおアリーナ	2025-06-22	高知県S C選手権
	4×100m	4:22.63	山下 西ノ内 岩瀬 平	高知商業高	くろしおアリーナ	2022-08-18	日本高校選手権

高知県中学記録（長水路）

2025年8月26日現在

男 子

自由形	50m	24.20	松本 千迦	県立中村中	くろしおアリーナ	2024-07-28	高知県選手権
	100m	52.63	三善 大煌	土佐中	くろしおアリーナ	2024-07-20	高知県中学校
	200m	1:54.90	三善 大煌	土佐中	くろしおアリーナ	2024-07-20	高知県中学校
	400m	4:04.53	三善 大煌	高知県	S A G A アクア	2024-09-16	国民スポーツ大会
	800m	8:40.52	西内 司	夜須中	福岡県立総合プール	2009-08-21	全国中学校
	1500m	16:23.47	西内 司	夜須中	福岡県立総合プール	2009-08-21	全国中学校
背泳ぎ	50m	28.65	川田琉空斗	みかづきSS	くろしおアリーナ	2023-07-29	高知県選手権
	100m	1:01.20	川田琉空斗	旭 中	くろしおアリーナ	2024-07-21	高知県中学校
	200m	2:12.12	伊藤 克	高知南中	くろしおアリーナ	2006-08-22	全国中学校
平泳ぎ	50m	30.47	安原 聖力	J A P A N	OCBCアクアティックスセンター	2018-03-16	シンガポールエージ選手権
	100m	1:05.25	三善 大煌	みかづきSS	くろしおアリーナ	2024-06-30	高知県SC選手権
	200m	2:19.53	安原 聖力	高知中	鴨池公園水泳プール	2017-08-18	全国中学校
		2:19.53	安原 聖力	高知中	OCBCアクアティックスセンター	2018-03-15	シンガポールエージ選手権
バタフライ	50m	25.63	川田琉空斗	みかづきSS	くろしおアリーナ	2024-07-28	高知県選手権
	100m	56.78	深原 大誠	県立中村中	くろしおアリーナ	2014-08-23	全国中学校
	200m	2:08.43	津江 透仁	高知城北中	くろしおアリーナ	2018-09-09	高知県学年別
個人メドレー	200m	2:06.10	三善 大煌	みかづきSS	山口きらら博記念プール	2024-10-12	JSCAブロック対抗
	400m	4:29.44	三善 大煌	土佐中	金沢プール	2024-08-17	全国中学校
フリーレー	4×50m	1:44.65	瀧本 井上	コナミ高知	くろしおアリーナ	2025-06-22	高知県SC選手権
			上田 窪川				
	4×100m	3:45.24	三善 釣井	土佐中	くろしおアリーナ	2024-07-20	高知県中学校
	4×200m		泉 福永				
メドレーレー	4×50m	2:12.17	岩崎 井上	JSS高知	くろしおアリーナ	2018-06-24	高知県SC選手権
			末松 大田				
	4×100m	4:12.30	伊藤 細川	高知南中	くろしおアリーナ	2006-08-22	全国中学校
			田海 坂本				

女 子

自由形	50m	27.09	西川 雅世	コナミ高知	くろしおアリーナ	2013-07-28	高知県選手権
	100m	58.78	西川 雅世	コナミ高知	くろしおアリーナ	2013-07-27	高知県選手権
	200m	2:07.33	早本 吏沙	高知中	くろしおアリーナ	2009-07-26	高知県選手権
	400m	4:27.62	早本 吏沙	高知中	福岡県立総合プール	2009-08-23	全国中学校
	800m	9:16.40	早本 吏沙	KONAMI 高知	ダイエープロビスフェニックス	2009-10-17	JSCAブロック対抗
	1500m						
背泳ぎ	50m	30.31	西川 雅世	KONAMI 高知	東京辰巳国際水泳場	2012-05-27	ジャパンオープン
	100m	1:04.54	佐々木麻い	JSS高知	東京辰巳国際水泳場	2009-08-29	全国JOC夏季
	200m	2:18.90	佐々木麻い	土佐中	福岡県立総合プール	2009-08-22	全国中学校
平泳ぎ	50m	33.43	栗山 陽菜	土佐女子中	くろしおアリーナ	2022-09-11	高知県学年別
	100m	1:12.32	松木 琴美	Z E Y O - S T	くろしおアリーナ	2014-07-27	高知県選手権
	200m	2:31.31	松木 琴美	香長中	くろしおアリーナ	2014-08-22	全国中学校
バタフライ	50m	28.34	伊藤 愛彩	みかづきSS	くろしおアリーナ	2025-06-22	高知県SC選手権
	100m	1:02.53	伊藤 愛彩	鏡 中	香川県立総合プール	2025-08-03	四国中学校
	200m	2:14.52	佐々木り凡	みかづきSS	東京辰巳国際水泳場	2001-08-29	全国JOC夏季
個人メドレー	200m	2:19.78	松木 琴美	香長中	くろしおアリーナ	2016-07-24	高知県中学校
	400m	4:53.86	佐々木り凡	みかづきSS	東京辰巳国際水泳場	2001-04-21	日本選手権
フリーレー	4×50m	1:58.78	西山 山本	みかづきSS	くろしおアリーナ	2015-06-28	高知県SC選手権
			博田 梅原				
	4×100m	4:02.22	伊藤 草鹿	みかづきSS	東京アクアティクスセンター	2025-08-25	全国JOC夏季
			原田 岩間				
	4×200m						
メドレーレー	4×50m	2:09.24	梅原 山本	みかづきSS	くろしおアリーナ	2015-06-28	高知県SC選手権
			博田 西山				
	4×100m	4:28.86	矢部 秋森	Z E Y O - S T	くろしおアリーナ	2017-06-25	高知県SC選手権
			前野 山下				

高知県学童記録（長水路）

2025年8月26日現在

男 子

自由形	50m	26.18	川田琉空斗	みかづきSS	くろしおアリーナ	2021-08-29	四国学童選手権
	100m	56.84	川田琉空斗	みかづきSS	くろしおアリーナ	2021-08-08	高知県学童選手権
	200m	2:08.02	三善 大煌	みかづきSS	くろしおアリーナ	2021-08-08	高知県学童選手権
	400m	4:33.92	三善 大煌	みかづきSS	くろしおアリーナ	2021-07-31	高知県選手権
	800m	9:56.51	酒井 央都	N S P 高知	くろしおアリーナ	2025-07-27	高知県選手権
	1500m	18:39.50	下元 規久	ピープル高知	高知市営プ	1984-08-07	高知県選手権
背泳ぎ	50m	31.16	川田琉空斗	みかづきSS	くろしおアリーナ	2021-06-27	高知県SC選手権
	100m	1:07.79	川田琉空斗	みかづきSS	くろしおアリーナ	2021-08-08	高知県学童選手権
	200m	2:33.80	三善 大煌	みかづきSS	くろしおアリーナ	2021-07-31	高知県選手権
平泳ぎ	50m	33.35	川田琉空斗	みかづきSS	くろしおアリーナ	2021-07-31	高知県選手権
	100m	1:12.50	川田琉空斗	みかづきSS	くろしおアリーナ	2021-08-08	高知県学童選手権
	200m	2:36.02	川田琉空斗	みかづきSS	くろしおアリーナ	2021-07-31	高知県選手権
バタフライ	50m	27.31	川田琉空斗	みかづきSS	東和薬品ラクタブドーム	2021-08-23	全国JOC夏季
	100m	1:02.56	川田琉空斗	みかづきSS	くろしおアリーナ	2021-06-27	高知県SC選手権
	200m	2:20.68	藤本 翔大	みかづきSS	春野運動公園プ	1996-07-28	高知県選手権
個人メドレー	200m	2:18.85	川田琉空斗	みかづきSS	くろしおアリーナ	2021-08-01	高知県選手権
	400m	5:08.56	三善 大煌	みかづきSS	くろしおアリーナ	2021-06-27	高知県SC選手権
フリーレー	4×50m	1:56.44	川田 三善 古谷 佐藤	みかづきSS	くろしおアリーナ	2021-08-29	四国学童選手権
	4×100m						
	4×200m						
メドレーレー	4×50m	2:09.06	佐藤 川田 三善 柳川	みかづきSS	くろしおアリーナ	2021-08-29	四国学童選手権
	4×100m						

女 子

自由形	50m	28.13	松井 遥南	みかづきSS	山口きらら博記念公園	2020-02-09	きららカップ
	100m	1:02.18	伊藤 愛彩	みかづきSS	三重交通G鈴鹿水泳場	2024-03-10	オール学童水泳記録会
	200m	2:17.28	新野 杏奈	J S S 高知	くろしおアリーナ	2011-06-26	高知県SC選手権
	400m	4:46.99	佐々木り凡	J S S 高知	春野運動公園プ	1999-09-05	高知県秋季ジュニア
	800m	10:07.75	佐々木り凡	J S S 高知	春野運動公園プ	1999-09-05	高知県秋季ジュニア
	1500m						
背泳ぎ	50m	31.24	佐々木麻い	J S S 高知	東京辰巳国際水泳場	2006-08-27	全国JOC夏季
	100m	1:07.13	佐々木麻い	J S S 高知	秋田県立総合プール	2006-10-09	JSCAブロック対抗
	200m	2:26.85	佐々木麻い	J S S 高知	くろしおアリーナ	2006-09-18	高知県秋季ジュニア
平泳ぎ	50m	34.76	栗山 陽菜	みかづきSS	山口きらら博記念公園	2020-02-09	きららカップ
	100m	1:15.38	松木 琴美	高知空港SS	山口きらら博記念公園	2013-10-06	JSCAブロック対抗
	200m	2:44.05	松木 琴美	高知空港SS	くろしおアリーナ	2013-07-27	高知県選手権
バタフライ	50m	28.49	伊藤 愛彩	みかづきSS	千葉県国際総合水泳場	2023-10-14	JSCAブロック対抗
	100m	1:05.01	伊藤 愛彩	みかづきSS	千葉県国際総合水泳場	2023-10-15	JSCAブロック対抗
	200m	2:24.89	前野 希和	Z E Y O - S T	三重交通Gスポーツの杜 鈴鹿	2016-03-12	朝日新聞社オール学童
個人メドレー	200m	2:26.50	松木 琴美	高知空港SS	東京辰巳国際水泳場	2013-08-26	全国JOC夏季
	400m	5:07.39	松木 琴美	高知空港SS	くろしおアリーナ	2013-09-08	高知県秋季ジュニア
フリーレー	4×50m	1:53.76	原田 吉村 伊藤 草鹿	みかづきSS	三重交通G鈴鹿水泳場	2024-03-10	オール学童水泳記録会
	4×100m						
	4×200m						
メドレーレー	4×50m	2:08.68	岩間 草鹿 伊藤 原田	みかづきSS	くろしおアリーナ	2023-06-25	高知県SC選手権
	4×100m						