

2/1~2/28

2/10 (水) スケジュール

(休日4,8,12,16,22)

<参加メンバー>

- 【投手】
- 11 奥川恭伸
- 12 石山泰稚
- 14 高梨裕稔
- 16 原樹理
- 17 清水昇
- 18 寺島成輝
- 19 石川雅規
- 20 木澤尚文
- 21 山野太一
- 24 星知弥
- 28 吉田大喜
- 29 小川泰弘
- 37 マクガフ
- 38 梅野雄吾
- 43 スアレス
- 44 大西広樹
- 47 高橋奎二
- 48 金久保優斗
- 53 長谷川宙輝
- 62 歳内宏明
- 69 今野龍太
- 012 近藤弘樹
- 【捕手】
- 2 中村悠平
- 30 西田明央
- 32 松本直樹
- 57 古賀優大
- 【内野手】
- 1 山田哲人
- 3 西浦直亨
- 6 元山飛優
- 7 内川聖一
- 10 荒木貴裕
- 36 廣岡大志
- 39 宮本丈
- 46 太田賢吾
- 55 村上宗隆
- 65 松本友
- 【外野手】
- 0 並木秀尊
- 8 中山翔太
- 9 塩見泰隆
- 23 青木宣親
- 31 山崎晃大朗
- 42 坂口智隆

[野手]							
0	1	2	3	6	7	8	
9	10	23	30	31	32	36	
39	42	46	55	57	65		
W-UP							
コンディショニング							
CB							
シートノック							
投内							
バントシフト							
シートBT							
P.16 62 24 47 28 53							
カウント0-0 <R有り:1塁、3塁、1・3塁>							
ランチ							
特打 (1 7 23 42)							
BT							
個別練習							
内 ( 3 39 55 )							
自主練習							

9:00

[投手]								
11	12	14	18	20	21	16	24	28
17	19	29	37	43	44	47	53	62
38			48	69	012			
W-UP								
CB (メイン)			CB (陸上)					
投内 (メイン)			各塁・牽制 (室内)			シートBT準備		
						16		
						62		
						24		
P.バント・バスター・ショートゲーム						47		
						28		
ランチ						53		
コンディショニング								
ムーブメント								
補強								
個別練習・W.T(コーチ指示)								

【シートBT】

