

2/1~2/26

(休日 6.13.20)

2/17 (火) 浦添キャンプスケジュール



<参加メンバー>

【投手】

11 キハダ
17 清水昇
18 奥川恭伸
20 木澤尚文
21 吉村貢司郎
24 星知弥
26 山野太一
28 松本健吾
30 莊司宏太
40 高梨裕穎
43 増居翔太
44 大西広樹
45 小澤怜史
56 坂本拓己
58 ウォルターズ
62 リランソ
71 沼田翔平
69 下川隼佑
99 青柳晃洋
012 廣澤優

【捕手】

2 古賀優大
57 矢野泰二郎
65 鈴木叶

【内野手】

00 赤羽由紘
1 山田哲人
7 長岡秀樹
13 オスナ
38 石井巧
50 北村恵吾
60 武岡龍世
67 伊藤琉偉

【外野手】

4 丸山和郁
25 サンタナ
36 西村瑠伊斗
63 増田珠
64 岩田幸宏
024 モンテル

【投手】											
18	30	43	11	17	20	21	24	26	28	40	
99			44	45	56	58	62	69	71	012	
スプリント（室内）											
CB (メイン)											
P											
CON											
CON											
ランチ											
ランチ											
個別練習											
個別練習											

【野手】											
2	57	65	00	7	13	50	60	67	1		
4	25	36	63	64	024						38
MTG (3塁ベンチ前)											
CON / スパイクアジャリティ											
CB											
<シートノック>											
64											
25	024										
		7	60								
50	54										
		6	67								
				2	57	65					
メイ						室内					
<BT⇒走塁>						<BT⇒走塁>					
25	13					63	36				
2	64					60	024				
<走塁⇒BT>						<走塁⇒BT>					
7	50					54	67				
00	4					65	57				
ランチ (11:00~14:00)											
個別練習											
自主練習											
BT						守備(内野)					
36	57	67				00	54				

トレーナー指示