2024 春季ｷｬﾝﾌﾟ練習メニュー・スケジュール

<キャンプ期間> 2月5日～2月29日

ユニホーム

2月12日(月) <ホーム>

早出練習 無し

投手									
41	56	013	019	15	48	16	35	40	14
62				53	012	52	68	69	24

野手							
30	57	65	025	5	36	46	42
59	66	67	026	31	024		

投手		野手		
W-UP		W-UP		9:30
肩EX		スパイクスプリント		
CB（メイン）	CB(サブ)	CB・ペッパー		10:15
チーム守備	守備(サブ) / ピッチング	チーム守備		10:30
バントシフト（室内） P 56	コンディショニング	バントシフト(室内)		11:00
コンディショニング	ランニング	コンディショニング		11:30
ランニング	昼食 （11：30～13：30）	昼食 （11：30～13：30）		11:50
昼食	<ライブBP> / 股関節トレ	<バッティング回り(1ヵ所)>		12:50
<ライブBP> 019 ↓ 013 ↓ 41 ↓ 62	個別練習 / WT	57 ※P 019 66 ※P 013 31 ※P 41 36 ※P 62 42 5 46 30 025 024 67 026 (59.65)		
		個別練習		
		ロングTee		
コーチ指示		トレーナー指示		

WT	バント	特打	特守
36 59 67	なし	なし	なし

【二軍監督】
88 池山隆寛
【二軍総合コーチ】
79 城石憲之
【投手コーチ】
81 正田樹
84 松岡健一
【投手兼育成担当コーチ】
92 山本哲哉
【打撃コーチ】
76 宮出隆自
85 畠山和洋
【内野守備走塁兼育成担当コーチ】
95 土橋勝征
【外野守備走塁コーチ】
70 河田雄祐
【バッテリーコーチ】
83 衣川篤史
【投手】
14 西舘昂汰
15 山下輝
16 原樹理
24 星知弥
35 石原勇輝
40 高梨裕稔
41 柴田大地
48 金久保優斗
52 尾仲裕哉
53 長谷川宙輝
56 坂本拓己
62 竹山日向
68 丸山翔大
69 今野龍太
012 近藤弘樹
013 嘉手苅浩太
019 下慎之介
【捕手】
30 西田明央
57 古賀優大
65 鈴木叶
025 フェリペ
【内野手】
5 川端慎吾
36 西村瑠伊斗
46 太田賢吾
59 小森航大郎
66 三ツ俣大樹
67 伊藤琉偉
026 髙野颯太
【外野手】
31 山崎晃太朗
42 澤井廉
024 岩田幸宏
【ｱｰﾙﾍﾞﾝ捕手兼ｱﾄﾞMG】
112 小山田貴雄
【育成担当捕佐兼ブルペン捕手】
101 大村孟
【ﾌｧｰﾑｺｰﾃﾞｨﾈｰﾀｰ】
宮本賢治
【寮長兼2軍総務】
中西親志
【育成担当】
武内晋一
【2軍ﾏﾈｰｼﾞｬｰ】
中澤雅人
【用具担当】
麻生知史
【アスレチックトレーナー】
阿部勝彦(HPD)
小林宏平(チーフ)
石田将之
原田尚寛
鈴木秀紀
篠塚信行
伊東優多
【アナリスト】
工藤大二郎

TEAM SWALLOWS 2024