

□2025年11月20日（木）高知・秋季キャンプ 投手練習スケジュール

INOUE・東部スポーツパーク野球場



W-up) 10:00【ユニフォーム／ホーム用】

| TIME | 投手 | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|---------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|---|---|---|---|
| 10:00 | 山 | 寺 | 阿 | 山 | 富 | 片 | 横 | 入 | 佐 | 川 | 林 | 王 | 陳 | 伍 |
| | 下 | 西 | 部 | 崎 | 山 | 山 | 山 | 山 | 藤 | 瀬 | 暉 | 奕 | 冠 | 立 |
| | | | | | | | 楓 | | | | 盛 | 凱 | 穎 | 辰 |
| | 11 | 13 | 20 | 21 | 28 | 49 | 52 | 68 | 93 | 94 | | | | |
| | W-up <サブ> | | | | | | | | | | | | | |
| CB 10分 <サブ> | | | | | | | | | | | | | | |
| CB後 クイック 1st牽制 2nd牽制 3rd牽制 | | | | | | | | | | | | | | |
| コンディショニング ランニング | | | | | | | | | | | | | | |
| 11:45 | 手締め <メイン> ※ホーム用ユニ着用 | | | | | | | | | | | | | |

□2025年11月20日（木）高知・秋季キャンプ 野手練習スケジュール

INOUE・東部スポーツパーク野球場



W-up) 10:00 【ユニフォーム／ホーム用】

| TIME | C | IF | | | | | | OF | | | | | |
|-------|---------------------|----|----|----|----|----|-----|-----|----|----|----|----|----|
| | 福永 | 堀 | 野口 | 紅林 | 内藤 | 太田 | 横山聖 | 遠藤 | 渡部 | 杉澤 | 来田 | 池田 | 茶野 |
| | 32 | 62 | 9 | 24 | 25 | 31 | 34 | 124 | 0 | 33 | 38 | 39 | 61 |
| 10:00 | W-up | | | | | | | | | | | | |
| | コンディショニング | | | | | | | | | | | | |
| 10:40 | ローテーション | | | | | | | | | | | | |
| 11:45 | 手締め <メイン> ※ホーム用ユニ着用 | | | | | | | | | | | | |