

□2026年2月12日（木）宮崎・春季キャンプ 投手練習スケジュール

宮崎市清武総合運動公園 《SOKKENスタジアム・第2野球場》

W-up) 10:00 【ユニフォーム／ホーム用】



TIME	投手																																																		
	A (13人)									B (13人)									C (11人)																																
	エ	平	宮	山	阿	九	田	岩	マ	山	ペ	博	シ	山	寺	普	山	吉	富	東	片	入	佐	川	高	権	藤	森	佐	高	山	マ	渡	陳	寿	宮	棕	横	河												
	ス								チ		ル		エ																			シ																			
	ノ								ヤ		ド		リ																			ユ																			
	ー																																																		
	ザ	野	城	岡	部	里	嶋	寄	ド	田	モ	志	！	下	西	谷	崎	田	山	松	山	山	一	瀬	島	田	川	陽	龍	谷	口	！	邊	衡	賀	國	木	楓	内												
	00	16	18	19	20	22	29	40	42	57	59	66	69	11	13	17	21	23	28	48	49	68	93	94	96	98	31	36	41	43	47	002	004	017	041	043	056	15	52	135											
10:00	W-up <サブ>																																																		
	エクササイズ																																																		
10:30	CB <サブ>																																																		
10:55	※非公開練習※																																																		
12:05	Live BP <F1>			ピッチング									コンディショニング																																						
	【94 68 056】			【22 20 19 28 93 48 47 017 041 043】																																															
	5球×4人			コンディショニング									ランニング																																						
	コンディショニング			ランニング									個別 ※コーチ指示																																						
	ランニング												【00 16 18 29 40 42 57 59 66 69】																																						
	ランチ																																																		
	個別 ※コーチ指示			個別 ※コーチ指示									WT																																						
	【22 20 19 B組 C組】			【43 002 004 31 36 41】																																															
	ジョグ ストレッチ																																																		

トレーナー指示



### 《SOKKEN 野手 練習スケジュール》

W-up) 10:00【ユニフォーム／ホーム用】

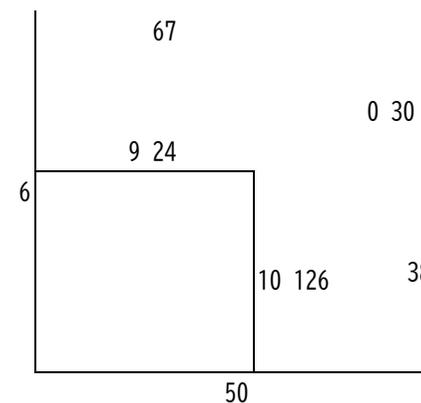
早出打撃 → 1 34 45 38 67



TIME	SOKKEN 野手																											
	太	横	シ	来	中	若	森	福	石	西	野	大	紅	廣	横	シ	香	渡	麦	杉	来	山	平	中	杉	西	頓	
		山	モ							宗				山	モ													
	田	聖	ア	田	川	月	友	永	川	野	口	城	林	岡	聖	ア	月	部	谷	澤	田	中	沼	川	本	川	宮	
	1	34	45	38	67	2	4	32	37	5	6	9	10	24	30	34	45	126	0	8	33	38	50	61	67	99	7	44
	W-up <A室内>					10:10										W-up <F1>												
	早出打 <A室内>															↓												
10:45	CB <F1>																											
10:55	※非公開練習※																											
11:45	Live 準備																				走塁練習 <F2>							
12:05	Live BP <F1>																											
12:30	ランチ ※ランチ特打【7】																											
13:30	☆ローテーション 総合守・走 <F1>																											
	個別																											
	打撃					捕					内					外												
	9 126 30 34					2 32					コーチ指示					67 0 33 38												
	ジョグ ストレッチ																											

トレーナー指示

☆ローテーション総合守・走  
【スタートポジション】



- 2・37 走塁スタート
- 32・99 →33 34 8 61
- 5・45
- 10・67 Teeスタート
- 24・30 →32 99 5 45
- 6・61
- 8・33
- 50・126
- 0・9
- 34・38

□2026年 2月 12日（木）宮崎・春季キャンプ／宮崎市清武総合運動公園 SOKKENスタジアム



# 《清武第二野手 練習スケジュール》

W-up) 10:00

【ユニフォーム／ホーム用】



TIME	清武第二組 野手															TIME
	野	村	田	内	遠	宜	河	今	清	池	窪	三	寺	中		
	堀											元				
	上	上	島	藤	藤	保	野	坂	水	田	田	方	本	西		
	60	62	034	055	124	153	045	051	052	39	58	001	127	054	003	
10:00	W-up[F2]															トレーナー指示
	コンディショニング[F2]															
	CB[F2]															
10:55	サインプレー総合[F1]															
11:45	走塁練習[F2]															
12:30	ランチ															
13:30	ローテーション															
	個別															
	個別															
	特打			捕手				内野手				外野手				
	39 127			コーチ指示				25 045 052 051 124				001 054				
	ケース打撃															
	58 60 001															