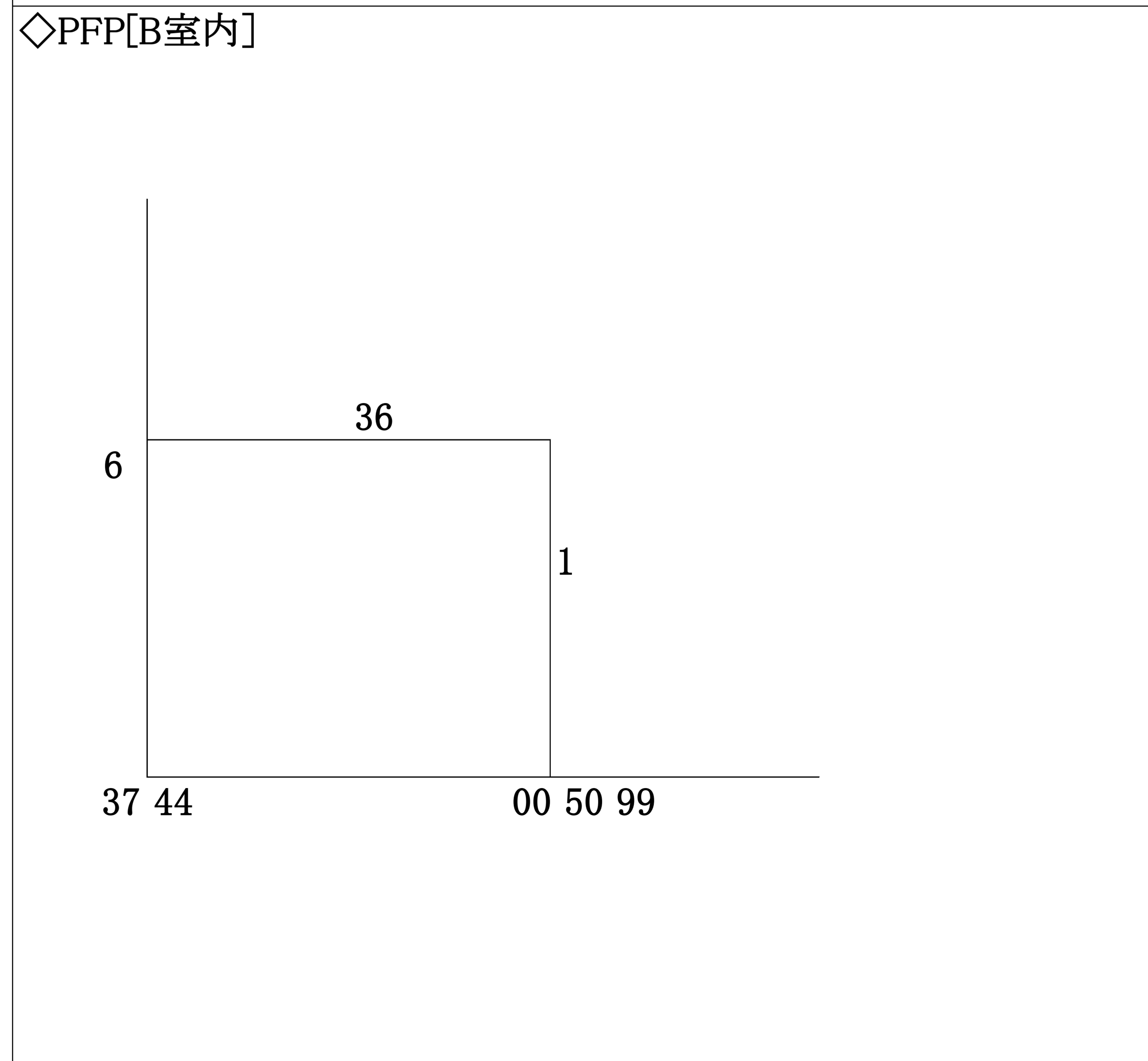
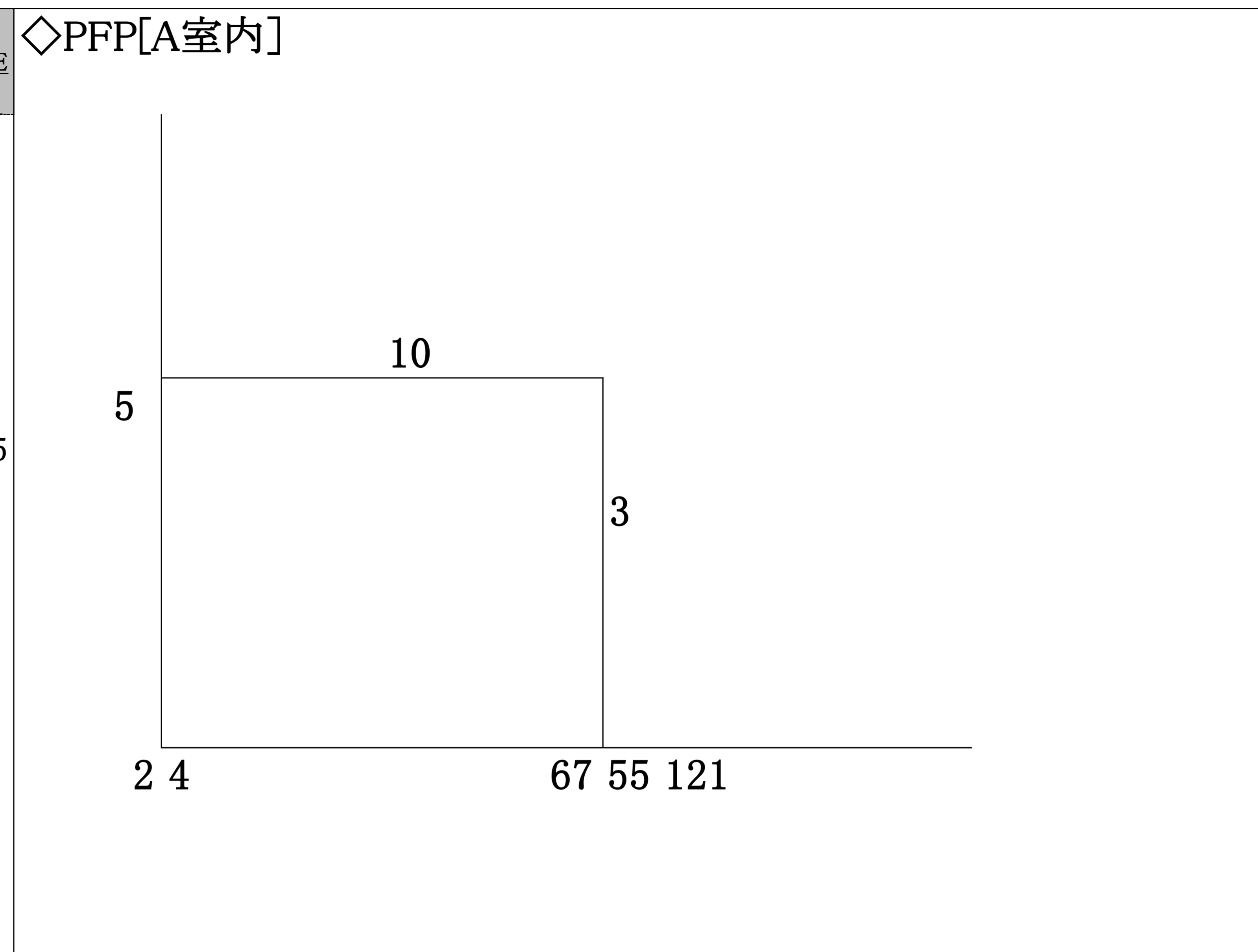




TIME	野手														TIME																
9:45	石	西	大	安	セ	小	杉	山	中	福	若	石	頓	T	9:45																
	岡	野	城	達	デー	田	本	足	圭	田	月	森	川	宮																	
	00	5	6	10	3	121	50	99	36	67	1	2	4	37	44	55															
	W-up【A室内】																														
	コンディショニング																														
	CB																														
10:30	◇PFP																														
10:45	<table border="1" style="width:100%; text-align:center;"> <tr> <td>打</td><td>Tee</td><td>守</td><td>マシン</td> </tr> <tr> <td>マシン</td><td>打</td><td>Tee</td><td>守</td> </tr> <tr> <td>守</td><td>マシン</td><td>打</td><td>Tee</td> </tr> <tr> <td>Tee</td><td>守</td><td>マシン</td><td>打</td> </tr> </table>														打	Tee	守	マシン	マシン	打	Tee	守	守	マシン	打	Tee	Tee	守	マシン	打	トレーナー指示
打															Tee	守	マシン														
マシン															打	Tee	守														
守															マシン	打	Tee														
Tee	守	マシン	打																												
11:00																															
12:00	個別																														
	ジョグ ストレッチ																														



【ユニフォーム/ ビジター用】

※ホテル出発10:30

雨天用スケジュール
W-up)12:30



TIME	野手						TIME				
	A	B	C	D	E	F					
	池 佐	紅 太	佐 渡	福 村	園 杉	上 山	渡 平	野 内	宜 来	中	大 茶
	元 野	野				野				川 釣	
	田 如	林 田	皓 邊	永 上	部 澤	野 中	部 大	口 藤	保 田	拓 里	野
	27 39 60	24 31 41 49	32 034 021 33	124 020 0 004	9 25 53 38	62 014 022 033					
12:30	W-up【A室内】										
13:15	打	Tee	守	【B室内】							
	守	打	Tee	◇守備フォーメーション							
	Tee	守	打	ケース打撃							
13:55	【B室内】			打	Tee	守					
	□守備フォーメーション			守	打	Tee					
	ケース打撃			Tee	守	打					
14:30	コンディショニング										
	個別										
	ジョグ ストレッチ										

