

□2023年2月12日(日)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)9:45【ユニフォーム／ホーム用】 ※紅白戦メンバーは各自ユニフォーム確認！！



| TIME | 投手 | | TIME | ◇PFP |
|------|---|--|------|----------------------------------|
| | A | B | | |
| | 山宮平山山近村田比コ阿本横小山ワ山漆 宇山曾齋鈴 日黒吉小佐川辻西入竹椋富中才 | | | 【F1】 |
| | 崎 野 | 木 ス パ ッ | | |
| | 福城佳本岡藤西嶋嘉ン部田山田田ク颯原 川下谷藤木 高木凌野藤瀬垣濱山安木山田木 | 前 田 | | 【F2】 |
| | 11 13 16 18 19 20 22 29 35 42 45 46 52 56 57 58 63 65 95 96 | 12 17 26 30 43 47 54 66 130 001 011 012 030 032 | | 紅白戦 |
| 9:45 | W-up 《F1》 | | 9:45 | |
| | 2 2 1 | CB 《F2》 | | |
| | 紅 001 65 52 | 11 13 18 19 22 29 54 66 | | 【F3】 |
| | 白 95 011 43 | 10:40 | | 【F4】 |
| | 2 2 1 | ◇PFP 《各フィールド》 | | |
| | ※イニング変更の可能性あり | 11:00 | | |
| | | ピッチング | | |
| | | 35 16 20 11 45 130 29 18 63 46 13 12 26 47 | | 16 20 30 35 45 56 57 130 |
| | コンディショニング ランニング | | | 12 17 46 63 96 012 030 032 |
| | ランチ | | | |
| | 守備 | SP 【16名】 | | |
| | | 22 46 52 56 95 96 12 43 66 130 001 003 011 012 127 128 | | 【F5】 |
| | 個別 | | | |
| | WT | | | |
| | ジョグ ストレッチ | | | 21 26 42 47 58 127 128 |
| | | | | |

トレーナー指示