

□2023年2月25日(土)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)9:30【ユニフォーム/ピジター用】※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			
9:30	山平山近村田比コ阿本ニ横小山ワ山漆 崎野 福佳岡藤西嶋嘉ン部田ス山田田ク颯原	山曾齋鈴 日黒吉小佐川辻西入 竹椋富中才 前 田 下谷藤木 高木凌野藤瀬垣濱山 安木山田木	11 16 19 20 22 29 35 42 45 46 48 52 56 57 58 63 65 95	12 17 26 30 43 47 54 66 130 001 011 012 030 032	【F1】 紅白戦
	W-up 《F1》		W-up 《F2》		【F2】 紅白戦
	CB 《F3》				
	紅白戦準備		PFP 《各フィールド》		【F3】
	紅白戦 11:15 《F1》《F2》		ピッチング 56 46		【F4】
	コンディショニング ランニング				22 30 48 52 58 63 65 95 001
	ランチ				12 26 43 47 54 66 130 011
	守備				
	個別				
	WT				
ジョグ ストレッチ				11 16 21 57 127 128 031	

トレーナー指示