

□2023年2月28日(火) 球春みやざきベースボールゲームズ・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/ホーム用】



TIME	投手																														TIME	◇PPF				
	A															B																				
9:30	山崎福	平佳	山岡	近藤	村西	田嶋	比嘉	コシ	阿部	本	ニ	小	山	ワ	山	漆	山	曾	鈴	黒	吉	小	佐	川	辻	西	入	竹	横	椋	富	中	才	齋	日	
	11	16	19	20	22	29	35	42	45	46	48	56	57	58	63	65	95	12	17	30	43	54	66	130	001	011	012	030	032	21	52	127	128	003	031	26
	W-up《F1》															W-up《F2》																				
	ゲーム準備 B-L 13:00 SOKKEN															CB 《F2》					左記以外《F3》					ト レ ー ナ ー 指 示					卒 業 式					
																10:00 ◇ PFP《各フィールド》																				
																ピッチング 11 43 012																				
	コンディショニング ランニング																																			
	ランチ																																			
	守備																																			
	個別																																			
	WT																																			
	ジョグ ストレッチ																																			

【F1】

B-L
13:00
SOKKEN

【F2】

17 22
43 63 95
012 030 032

【F3】

11 12 19
29 30 42
48 58 130

【F4】

【F5】

16 20
21 35 45
127 128 031