

□2023年3月2日(木)宮崎市清武総合運動公園 SOKKENスタジアム



《球春みやざきベースボールゲームズ スケジュール》



W-up) 9:20 【ユニフォーム / ホーム用】※**キャンプCAP**

TIME	SOKKEN 野手														TIME		
	A				B				C				D				
9:20	若	紅	太	佐	西		中	福	内	杉	来	池	石	頓	大	渡	9:20
				野		宗	川										
	月	林	田	皓	野		圭	田	藤	澤	田	田	川	宮	城	邊	
	2	24	31	41	5	6	67	1	25	33	38	39	37	44	10	49	
	W-up 《F1》																
10:20	ローテーション 《F1》							守備《F1》 ↓ 打撃《A室内》									
	ランチ																
11:40	2nd up																
11:55	シートノック																
12:30	B-M 12:30 SOKKEN																
	ストレッチ																
	荷物出し 帰阪																

□2023年 3月 2日(木) 宮崎・春季キャンプ 清武第二野手練習スケジュール／清武第二野球場



W-up) 9:30【ユニフォーム／ホーム用】

TIME	清武第二野手																							TIME	
	A				B				C				D				E								
	安	ゴ	シ	野	セ	小	杉	山	宜	上	佐	石	大	渡	平	山	福	村	茶	中	園	T			
	森	ン	ユ		デ						野				野		釣		元	川		岡			
	達	ザ	ウ	口	ー	田	本	足	保	野	如	岡	里	部	大	中	永	上	野	拓	部	田			
	4	3	8	9	121	50	99	36	53	124	60	00	022	0	004	020	32	014	034	27	033	62	021	55	
9:30	W-up																								
	ローテーション																								
	打			Tee				バント						守					走						
	走			打				Tee						バント					守						
	守			走				打						Tee					バント						
	バント			守				走						打					Tee						
	Tee			バント				守						走					打						
11:30	live BP																								
12:00	手締め																								
	トレーナー指示																								