

□2019年2月5日(火)宮崎・春季キャンプ 2軍練習スケジュール／清武第二野球場

W-up) 10:00



TIME	野手														投手														TIME					
	A			B				C				D			E		A			B				C			D							
	山崎	宮佐	杉野	鈴木	頼木	西本	根村	太田	岡崎	宜保	フペ	稲富	廣澤	中川	比根	高城	小島	山崎	齋藤	金東	青吉	鈴木	神田	左木	漆張	田嶋	本原	塚田	海田	黒木				
	62	24	93	99	40	44	25	59	31	52	53	130	123	64	67	129	22	38	0	48	58	128	65	66	68	122	126	60	127	29	124	125	47	54
10:00	W-up			◆総合守備A				◆総合守備B				W-up																						
10:30	CB			24				99				CB(メイン)																						
10:40	塁間スロー			31 93				59				◆総合守備(メイン)																						
10:45	◆総合守備			129				67				コンディショニング																						
				62・130 99				123 44				ランニング																						
11:30	コンディショニング																																	
12:00	ランチ																																	
12:40	打撃			TEE(バント)				走塁				守備			ト レ ー ナ ー 指 示																			
13:05	守備			打撃				TEE(バント)				走塁																						
13:30	走塁			守備				打撃				TEE(バント)																						
13:55	TEE(バント)			走塁				守備				打撃																						
	個別																																	
	特打			特守(内)				特守(外)				特守(捕)																						
14:20	130・40・64			コーチ指示				93				コーチ指示																						
15:00																																		
	コンディショニング			ピッチング				ランニング				ランニング																						
	ランニング			ランニング				ランニング				ランニング																						
	ランチ			ランニング				ランニング				ランニング																						
	FB 12:40～(各10分)			ランチ				ランニング				ランニング																						
	58			課題・個別練習				ランニング				ランニング																						
	0			課題・個別練習				ランニング				ランニング																						
	48			課題・個別練習				ランニング				ランニング																						
	128			課題・個別練習				ランニング				ランニング																						
	課題・個別練習			課題・個別練習				ランニング				ランニング																						