

□2019年2月7日(木)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	A					B	C		D			E							
	飯 鈴 頓 中 宮 西 根 杉	山 フ 太 岡 宜 廣 比	高 小	山 齋 金 青 吉	左 漆 鈴 神	田 本 塚	海 黒	木	田 崎 保 澤 根	城 島	福 藤 田 山 凌	澤 原 優 戸	嶋 田 原	田 木	0	48	58	65	66	60	127	68	122	126	29	124	125	128	47	54
10:00	W-up					◆PFP(サインプレー) ランダウンプレー					W-up																			
10:30	CB					31・53・64 25					CB(サブ)					CB(メイン)					CB(サブ)									
10:40	塁間スロー					40・129 44・52・67					Live BP 11:30~ (各10分)					◆PFP(サインプレー) ランダウンプレー					PFP(サブ)									
10:45	◆PFP(サインプレー)、ランダウンプレー ※終了後SOKKEN移動 <45・40・44・67・24・25・59・99>					45・62・130 59・99					58 0 48 65 66					ピッチング					コンディショニング					ト レ ー ナ ー 指 示				
11:20	Live BP(守備走塁) <62・130・31・52・53・64・129>										コンディショニング					ランニング														
12:10	コンディショニング										コンディショニング					ランニング														
12:40	ランチ										ランニング					ランニング														
13:20	打撃(メイン)					打撃(室内)					ランニング					ランチ														
	打撃(室内)					打撃(メイン)					課題・反復練習																			
15:00	個別										WT																			
	特打	特守(内)			特守(外)			特守(捕)																						
	52・129	コーチ指示			コーチ指示			45・130																						