

□2019年2月10日(日)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

＜早出＞ 捕 — 内 25 外 —

TIME	野手													投手													TIME						
	A				B				C				D		A				B				C										
	山崎	鈴木	岡崎	宮崎	西村	杉本	フエリ	宜保	廣澤	中川	比根	根本	ロメ	マレ	メネ	高小	山崎	齋藤	金田	青木	本郷	神田	鈴木	田中	左塚	塚東	漆東	海田	黒田	吉田			
	勝	昂	崎	崎	村	本	ペ	保	澤	川	根	本	ロ	ロ	ス	城島	福	藤	田	山	田	戸	優	嶋	澤	原	原	田	木	凌			
	62	40	52	24	25	99	130	53	64	67	129	59	9	12	33	22	38	0	48	58	65	124	126	68	122	29	60	125	127	128	47	54	66
10:00	W-up		◆PFP・サインプレー (メイン)					●PFP・サインプレー (サブ)					W-up																				
10:30	CB		9・25					129					CB(メイン)				CB(サブ)																
10:40	墨間スロー		53・67					40					◆PFP・サインプレー (メイン)				●PFP・サインプレー (サブ)																
10:45	◆●PFP サインプレー		62					130					コンディショニング				ピッチング		コンディショニング				トレーナー指示										
11:00	内・外守備													↓		コンディショニング		↓															
11:15	コンディショニング						打撃						ランニング																				
11:45	ランチ						コンディショニング						ランチ																				
12:25	打撃(メイン)			打撃(室内)			コーチ指示						守備																				
13:05	打撃(室内)			打撃(メイン)									課題・反復練習																				
13:45	個別																																
	特打		特守(内)				特守(外)				特守(捕)																						
	129・25		希望者				59				130																						
14:30																																	