

□2019年2月16日(土)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 130 内 64 外 59



TIME	野手					投手				TIME	
	A	B	C	D	E	A	B	C	D		
	小宮西杉	鈴木岡根	太宜廣中	山稲フ比	高	山齋金青	吉鈴本漆	田海左塚神	黒		
		木		崎エリ	屋	崎	田木張東				
	島崎村本	昂宮崎本	田保澤川	勝富ペ根	城	福藤田山	凌優田原	嶋田澤原戸	木		
	38 24 25 99	40 44 52 59	31 53 64 67	62 123 130 129	22	0 48 58 65	66 68 122 124 127 128	29 47 60 125 126	54		
10:00	W-up	◆守備総合A 40		★守備総合B 99		W-up					トレーナー指示
10:30	CB	31 59		53 25		CB(サブ)	CB(メイン)	CB(サブ)			
10:40	塁間スロー	129 64		44 52		コンディショニング	守備総合	コンディショニング			
10:45	◆★守備総合	123 99		62・130 67		ピッチング	コンディショニング	↓			
11:10	打撃	TEE(バント)	守備	走塁		ランニング					
11:25	走塁	打撃	TEE(バント)	守備		課題・反復練習					
11:40	守備	走塁	打撃	TEE(バント)		ランチ					
11:55	TEE(バント)	守備	走塁	打撃							
12:10	コンディショニング										
12:40	ランチ										