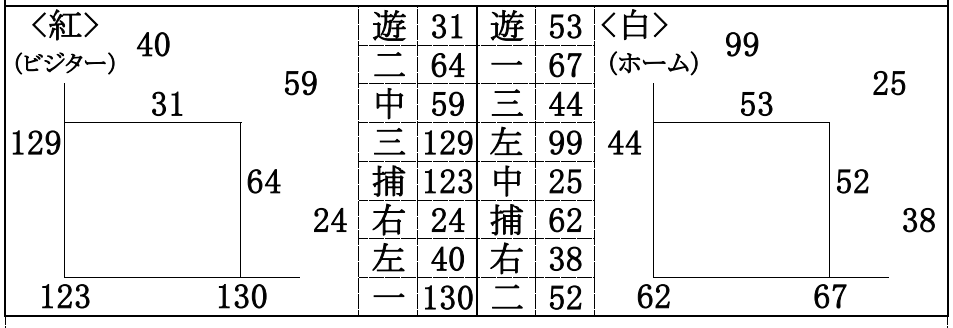
□2019年2月17日（日）宮崎・春季キャンプ 2軍練習スケジュール／清武第二野球場

W-up）9:45

〈早出〉捕 ―　内 ―　外 ―

野手

TIME	A								B								C	TIME
	山崎勝	太田	小島	宜保	廣澤	宮﨑	西村	杉本	稲富	フェリペ	鈴木昂	頓宮	岡﨑	中川	比屋根	根本	髙城	
	62	31	38	53	64	24	25	99	123	130	40	44	52	67	129	59	22	
9:45	W-up																トレーナー指示	
10:05	CB																	
10:15	シートノック																	
10:25	TEE																	
10:40	紅白戦（清武第二）10:40～																	



12:30	コンディショニング																	
12:50	ランチ																	
13:30	個別								SOKKEN紅白戦に移動									
	特打		特守（内）		特守（外）		特守（捕）											
	コーチ指示																	

投手

TIME	A		B								C		D		E	TIME
	山崎福	左澤	齋藤	金田	青山	吉﨑	鈴木凌	優	神張	漆戸	東原	田嶋	海田	本田	塚原	黒木	
	0	60	48	58	65	66	68	122	126	127	128	29	47	124	125	54	
9:45	W-up															トレーナー指示	
10:05	CB（サブ）																
10:15	コンディショニング	紅白戦準備										ピッチング	↓				
10:25	ランチ	紅白戦（清武第二）10:40～										コンディショニング					
10:40	紅白戦準備 12:30 SOKKEN	紅（ビジター）	(2) 127	(1) 58	(2) 126	(1) 65						ランニング					
		白（ホーム）	(2) 122	(1) 48	(1) 68	(1) 66	(1) 128					ランチ					
		コンディショニング										WT					
		ランチ															
		課題・反復練習															
		WT															

※紅白戦（SOKKEN）参加メンバー
【0・60・123・130・40・44・52・67・129・59】