

□2019年2月21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

<早出> 野手WT



TIME	野手										投手										TIME														
	A		B			C		D		E	A			B			C		D																
	小宮	西杉	鈴木	岡宜	廣	中比	根	山稻	フ	高	富齋	左青	鈴木	漆	山海	金山	吉神	田本	塚	成黒															
			木			屋宗		崎	エ				木張	東	崎		崎田																		
	島崎	村本	昂崎	保澤		川根	本	勝富	ペ	城	山藤	澤山	優	原	福田	田	颯凌	戸	嶋田	原	瀬木														
	38	24	25	99	40	52	53	64	67	129	6	59	62	123	130	22	28	48	60	65	68	122	127	128	0	47	58	63	66	126	29	124	125	46	54
10:00	W-up		◆PFP総合				★1カ所打撃(A・B)				W-up																								
10:30	CB		40 25 53・64				24・99 129 64・53 25・59				CB(メイン)					CB(サブ)																			
10:40	塁間スロー		38 129 52・67				38 40 52・67				◆PFP総合(メイン)					PFP(サブ)																			
10:45	◆PFP総合		62 24 123・130 59・99								ピッチング					↓																			
11:15	★1カ所打撃										コンディショニング										トレーナー指示														
11:45	コンディショニング										ランニング																								
12:15	ランチ										ランチ																								
13:00	打撃		TEE(バント)			守備		走塁		守備																									
13:20	走塁		打撃			TEE(バント)		守備		課題・反復練習																									
13:40	守備		走塁			打撃		TEE(バント)		WT																									
14:00	TEE(バント)		守備			走塁		打撃																											
14:20	個別(希望者 or コーチ指示)																																		