



野手											投手												
グループA		グループB		グループC		グループD		グループE		グループA		グループB		グループC		グループD		グループE		グループF			
背番号	名前	背番号	名前	背番号	名前	背番号	名前	背番号	名前	背番号	名前	背番号	名前	背番号	名前	背番号	名前	背番号	名前	背番号	名前		
5	野村佑希	3	郡司裕也	6	カストロ	7	西川遥輝	10	清水優心	16	達孝太	14	加藤貴之	20	上原健太	19	玉井大翔	18	山崎福也	15	北山亘基		
42	エドボロ	43	水野達稀	54	山懸秀	12	矢澤宏太	33	進藤勇也	30	ラオ	67	山本拓実	37	古林睿揚	25	宮西尚生	24	金村尚真	17	伊藤大海		
60	吉田賢吾	53	水谷瞬	56	細川凌平	21	清宮幸太郎	64	田宮裕涼	46	畔柳亨丞	74	有原航平	29	細野晴希	26	田中正義	35	浅利太門	40	島本浩也		
61	今川優馬	66	万波中正	58	奈良間大己	50	五十幡亮汰							34	堀瑞輝	28	河野竜生	47	柳川大晟	48	齋藤友貴哉	47	柳川大晟
														96	孫易磊	55	菊地大稀						
9:10	スタッフM										9:10	スタッフM											
9:30	UP										9:30	UP											
	コンディショニング											肩準備 CB (約20分)											
	CB											PFPP/サインプレー(メイン)											
	PFPP/サインプレー											P											
	作戦BT											P準備											
	ランチ											P											
	行程											コンディショニング											
	打撃	TEE	ドリル・バント	守備	走塁		10/10/10m×4		5/5/10m×4		MBスロー3種 測定		(バックスロー5/叩き10/踏込5.5)		個人練習		ランチ						
	走塁	打撃	TEE	ドリル・バント	守備																		
	守備	走塁	打撃	TEE	ドリル・バント																		
	ドリル・バント	守備	走塁	打撃	TEE																		
	TEE	ドリル・バント	守備	走塁	打撃																		
	※ドリル⇒MBスロー2種 測定(バックスロー5/叩き10)																						
	個別																						
	打) コーチ指示																						
	捕) コーチ指示																						
	内) 5.56.60																						
	外) コーチ指示																						