



		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	
TIME		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
		37	江越大貴	3	加藤豪将	2	マルティネス	4	上川畑大悟	10	清水優心	14	加藤貴之	13	生田目翼	20	上原隼太	31	マーフィー	24	金村尚真	45	パーヘイゲン
		43	水野達稀	7	松本剛	6	ステイアンソン	5	野村佑希	23	伏見實威	17	伊藤大海	40	福田俊	26	田中正義	32	黒木健太	59	根本悠楓		
		50	五十幡亮汰	38	石井一成	53	水谷瞬	30	郡可裕也	33	遠藤勇也	18	山崎福也	42	ザバラ	28	河野竜生	51	石川直也				
		56	細川凌平	66	万波中正	99	レイエス	58	奈良間大己	64	田宮裕涼	47	鈴木健矢	52	池田隆英	34	瀬瑠輝	67	山本拓実				
9:10	スタッフM																						
9:30	UP・コンディショニング																						
10:00	CB	野手コンディショニング																					
10:15	PFP	50/40/30mインターバルx2																					
10:45	内・外連携																						
11:15	LiveBP																						
11:30	ランチ																						
12:30	行程																						
		打撃	TEE	バント&ドリル	走塁 (メイン)	守備																	
		守備	打撃	TEE	バント&ドリル	走塁 (メイン)																	
		走塁 (メイン)	守備	打撃	TEE	バント&ドリル																	
		バント&ドリル	走塁 (メイン)	守備	打撃	TEE																	
		TEE	バント&ドリル	走塁 (メイン)	守備	打撃																	
		※ドリル⇒MBSQ3種																					
		個別 打)コーチ指示 捕)コーチ指示 内)5 外)コーチ指示																					
9:10	スタッフM																						
9:30	UP																						
		CB(サブ)																					
10:15	PFP/サインプレー (メイン)	PFP(サブ)										P											
		LiveBP 準備																					
		11:15 LiveBP																					
		コンディショニング 50/40/30mインターバルx5 MBSQ5種																					
		個人練習																					
		ランチ																					