



野手										投手											
TIME	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		TIME	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	
	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	38	石井一成	2	マルティネス	4	上川畑大悟	10	清水優心	24	金村尚真	13	生田目翼	17	伊藤大海	14	加藤貴之	42	ザバラ	
	30	郡司裕也	43	水野達稀	3	加藤泰将	6	スティーンソン	23	伏見寅威	28	河野竜生			20	上原健太	18	山崎福也	45	バーヘイゲン	
	58	水谷瞬	50	五十幡亮汰	7	松本剛	37	江越大賀	64	田宮裕涼	51	石川直也			26	田中正義	40	福田俊			
	58	奈良間大己	99	レイエス	66	万波中正					59	根本悠颯			31	マーフィー	52	池田隆英			
															34	堀澤輝	67	山本拓実			
9:10	スタッフM										9:10	スタッフM									
9:30	UP・コンディショニング										9:30	UP									
10:00	CB										10:00	CB(サブ)									
10:15	PFP・サインプレー										10:15	PFP/サインプレー(メイン)					P				
10:45	内・外連携											P									
	内野ノック											コンディショニング									
11:20	ランチ											100m ハーフガスランx8									
12:20	行程											個人練習									
	打撃	TEE	バント&ドリル	走塁(サブ)	守備																
	守備	打撃	TEE	バント&ドリル	走塁(サブ)																
	走塁(サブ)	守備	打撃	TEE	バント&ドリル																
	バント&ドリル	走塁(サブ)	守備	打撃	TEE																
	TEE	バント&ドリル	走塁(サブ)	守備	打撃																
	※ドリル⇒ シャッフル、サイドランジ、MB横スロー											22日 Live BP登板 14.17									
	個別 打)コーチ指示 捕)コーチ指示 内)コーチ指示 外)コーチ指示																				