



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
	30	郡司裕也	2	マルティネス	3	加藤豪将	4	上川畑大悟	10	清水優心		14	加藤貴之	18	山崎福也	28	河野竜生	20	上原健太	13	生田目真
	37	江越大賀	5	野村佑希	7	松本剛	38	石井一成	23	伏見寛成		17	伊藤大海	42	ザバラ	40	福田俊	26	田中正義	24	金村尚真
	50	五十幡亮汰	6	スティーブソン	43	水野達希	56	細川凌平	33	逸藤勇也				45	パーヘイゲン	51	石川直也	34	堀瑞輝	31	マーフィー
	53	水谷瞬	99	レイエス	66	万波中正	58	奈良間大己	64	田宮裕涼						87	山本拓実	47	鈴木健矢	59	根本悠楓
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										CB(サブ)										
10:15	内・外別守備																				
10:45	Live BP										LiveBP 準備		P	P準備		PFP(サブ)					
11:40	ランチ										10:45	LiveBP		P		コンディショニング 50mx10 Sレッグ3種x2					
12:40	行程										14⇒17⇒14⇒17⇒14		コンディショニング								
	打撃		TEE		バント&ドリル		走塁		守備		ランチ		個人練習 ランチ								
	守備		打撃		TEE		バント&ドリル		走塁												
	走塁		守備		打撃		TEE		バント&ドリル												
	バント&ドリル		走塁		守備		打撃		TEE												
	TEE		バント&ドリル		走塁		守備		打撃												
※ドリル⇒ Wレッグ MBスロー																					
個別 打)コーチ指示 捕)コーチ指示 内)4・43 外)コーチ指示																					