



2018年11月9日(金) 東北楽天ゴールデンイーグルス 投手秋季キャンプ【楽天生命パーク】21名

## 投 手

投 手																				
A				B				C				D				E				
戸	西	石	濱	菅	鶴	木	小	西	菊	今	千	福	森	森	池	古	近	渡	井	藤
村	宮	橋	矢	原	田	村	野	口	池	野	葉	山	原	森	田	川	藤	邊	手	平
22	38	94	46	45	61	131	28	62	59	98	128	64	52	16	30	60	12	47	132	19
9:40	コーチMTG (シアタールーム)																			
10:00	グラウンド集合																			
10:10	W-up / 着替え																			
10:30	CB																			
投内連係																				
～ローテーション～																				
	ピッチング				TEE				遠投				下肢強化							
	TEE				ピッチング				TEE				ランニング							
	下肢強化				下肢強化				下肢強化				コーチ指示							
	ランニング				ランニング				ランニング											
12:00	ランチ																			
15:00	個別練習																			