



2014年 11月3日(月) 東北楽天ゴールデンイーグルス 秋季キャンプ【倉敷】

野 手																			
A				B				C				D			E				
後藤	藤田	牧田	森山	西村	岩崎	栢田	小斉	阿部	銀次	岡島	聖澤	内田	北川	島内	嶋	小関	伊志嶺	小山	
4	6	5	0	66	67	32	43	00	33	27	23	8	63	35	37	29	48	65	
8:45	バス出発(全員) ※国際ホテル宿泊のBP/BCはワゴン車にて送迎																		
9:15	<p style="text-align: center;">アーリー</p> <p style="text-align: center;">BT[メイン]⇒ #66/#67</p> <p style="text-align: center;">※その他は各自</p>																		
10:00	コーチMTG																		
10:35	グラウンド全員集合																		
	W-UP																		
11:05	CB ・ ベッパ																		
11:20	シートノック																		
	<p>※守備位置の変更は、当日担当コーチより</p>																		
11:35	投内連係【3グループ】 ※外野手⇒コーチ指示																		
12:05	サインプレー (R1)																		
12:25	重投防止【1・3塁】																		
	ランチ																		
13:00	BTローテーション【3分×2】																		
	A				B				C				D			E			
	4	6	5	0	66	67	32	43	00	33	27	23	8	63	35	37	29	48	65
	打撃(P 101/118)				Tee/強化				守備				守備			ブルペン			
	走塁				打撃(P 113/119)				Tee/強化				守備						
	守備				走塁				打撃(P 111/114)				Tee/強化						
	守備				守備				走塁				打撃(P 117/112)			Tee/強化			
	Tee/強化				守備				守備				走塁			打撃(P 117/112)			
14:10	アジリティー測定																		
14:20	個別練習																		
	■特 打				■特 守[内野]				■特 守[外野]				■特 守[捕手]			■特 走			
	■#00/#33/#27/#32				#8/(#67)				#63				#29/#48			28歳以下の特打・特守以外			
	ランニング ・ ウェイト																		
	<p>【備考】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ユニフォーム / ホーム</li> </ul>																		