



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】

| 投 手 | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------|----------------------------------|--------|--------|--------|--------------------|--------|--------|--------|--------|---------------------|--------|--------|--------|--------|
| A | | B | | | C | | | D | | | | | | |
| 青 山 | 永 井 | 片 山 | 武 藤 | 戸 村 | 相 原 | 濱 矢 | 松 井 | 小 山 | 上 園 | 菊 池 | 横 山 | 則 本 | 西 宮 | 古 川 |
| 41 | 30 | 28 | 34 | 22 | 53 | 13 | 1 | 57 | 61 | 59 | 54 | 14 | 38 | 60 |
| 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 | アーリー | | | | | | | | | | | | | |
| 10:35 | グラウンド全員集合 | | | | | | | | | | | | | |
| | W-UP | | | | | | | | | | | | | |
| 11:05 | CB | | | | | | | | | | | | | |
| 11:35 | 投内ローテーション(3ヶ所) | | | | | | | | | | | | | |
| A【レフト⇒3Rバント処理】 | | | | | B【センター⇒牽制】 | | | | | B【ライト⇒1Rカバー】 | | | | |
| #57/#53/#34/#38/#54 | | | | | #41/#30/#13/#1/#14 | | | | | #61/#22/#28/#60/#59 | | | | |
| サインプレー ・ 重投防止 | | | | | | | | | | | | | | |
| #53/#54/#59/#1/#60 (他メンバーは見学) | | | | | | | | | | | | | | |
| ローテーション | | | | | | | | | | | | | | |
| A | | B | | | C | | | D | | | | | | |
| 41 | 30 | 28 | 34 | 22 | 53 | 13 | 1 | 57 | 61 | 59 | 54 | 14 | 38 | 60 |
| ピッチング | | 牽制・ゴロ | | | 牽制・ゴロ | | | ランニング | | | | | | |
| ランニング | | ピッチング | | | 準備 | | | 補強 | | | | | | |
| 補強 | | ランニング | | | ピッチング | | | Tee強化 | | | | | | |
| Tee強化 | | 補強 | | | 補強 | | | | | | | | | |
| ランチ | | | | | | | | | | | | | | |
| 個別練習 | | | | | | | | | | | | | | |
| B/C組 ⇒ Tee強化 | | | | | | | | | | | | | | |
| 個別強化有り【特守】#28/#34/#22/#59/#14 | | | | | | | | | | | | | | |
| ランニング ・ ウェイト | | | | | | | | | | | | | | |
| 【備考】 ・ ユニフォーム / ホーム | | | | | | | | | | | | | | |