



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

投 手

投 手																				
A			B				C				D				E					
小 山	青 山	上 園	バ リ ー セ	ア ー バ イ ン	戸 村	武 藤	相 原	横 山	西 宮	濱 矢	永 井	菊 池	松 井	古 川	片 山	藤 江	レ イ	ハウ ザー		
57	41	61			22	34	53	54	38	13	30	59	1	60	28					
8:20	国際ホテル宿泊のBP/BCはワゴン車にてアイビーまで送迎⇒バスにて球場入り																			
8:45	バス出発(全員)																			
9:15	アーリー																			
10:35	グラウンド全員集合																			
	W-UP																			
11:00	CB																			
	野手シートノック中に各自CBor牽制練習																			
11:30	投内ローテーション(3ヶ所)																			
	A【メイン⇒2RDP】					B【ライト⇒1Rカバー】					C【レフト⇒3Rバント処理】									
12:00	#57/#41/#30/#38/#53/ハウザー/レイ					#34/#13/#1/#54/バリーセ/藤江					#61/#22/#28/#60/#59/アーバイン									
12:30	重盗防止 / 1・3塁ケースノック / 後方フライ																			
	#1/#13/#38/#53/#54/#60																			
	【参加者以外は見学】																			
	ローテーション																			
	A			B				C				D				E				
	57	41	61			22	34	53	54	38	13	30	59	1	60	28				
	ピッチング			牽制 / 準備				牽制/準備				牽制				星コンディショニング指示				
	ランニング			ピッチング				ピッチング				ランニング								
	補強			ランニング				ランニング				補強								
	Tee強化 (7種目×1set)			補強 Tee強化(7種目×1set)				補強 Tee強化(7種目×1set)				補強 Tee強化(7種目×1set)								
	ランチ																			
	Tee強化を行う時間は各自に任せる(ランチ前後でもOK!)																			
個別練習																				
守備練習	吉田C指示⇒#1/#13/#38/#53					高村C指示⇒ #54/#60/#22					ネットP				#13/#22					
ランニング・ウエイト																				
★ 治療は球場で済ませてあがるようにして下さい ★																				
紅白戦予定投手																				
紅白戦(7イニング)			12日		横山(3) 相原(3) 濱矢(3) 武藤(2) 戸村(2) 西宮(1)															
			13日		バリーセ(3) アーバイン(3) 菊池(3) 古川(3) レイ(1) ハウザー(1) (待機メンバー #22/#34)															
【備考】																				
<ul style="list-style-type: none"> ・ ユニフォーム / ホーム ・ 帰りの送迎は 30分おきにバスを出します。(出発時間は当日アナウンス致します) ・ 【テスト生】 ビート・バリーセ / ルーカス・アーバイン 11/ 4~13迄 ・ 【テスト生】 アレジャンドロ・セゴビア 11/ 8~16迄 ・ 【テスト生】 アガスティン・ムリーヨ 11/ 9~16迄 ・ 【テスト生】 ジム・ハウザー / ケニーレイ 11/10~16迄 																				