



2013年2月3日(日) 東北楽天ゴールデンイーグルス 春季キャンプ (久米島)

投手																	
A						B						C					
ダックワース	星野	小山	塩見	釜田	菊池	ラズナー	ハウザー	田中	高堀	戸村	辛島	金刃	青山	永井	片山	福山	則本
69	00	57	11	21	59	17	53	18	24	22	58	26	41	30	28	64	14
9:20	ホテル出発																
10:00	W-up																
着替え・サブ移動												着替え(メイン残り)					
キャッチボール												キャッチボール					
投内												投内(メイン)					
ローテーション																	
ピッチング						体幹						体幹					
体幹																	
ゴロ捕												ピッチング					
ランニング																	
ランチ																	
強化																	
ウエイト																	
治療																	

【備考】

・ユニフォーム/ホーム