



2013年2月8日(金) 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					D	E			
ラズナー	ダックワース	ハウザー	星野	小山	青山	永井	片山	高堀	戸村	田中	塩見	福山	則本	菊池	金刃	釜田	辛島		
17	69	53	00	57	41	30	28	24	22	18	11	64	14	59	26	21	58		
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/ゴロ捕																総合ノック (メイン)			
ローテーション																			
ピッチング					体幹					T打/バント					BP 12: 20			T打/バント	
T打/バント					ピッチング					体幹								体幹	
体幹					T打/バント					ピッチング								ピッチング	
ランニング																			
ランチ																			
強化 ※強化後、#11/#18/#30/#41はコーチ指示※																			
ウエイト																			
治療																			

【備考】

- ・ユニフォーム/ホーム
- ・球場演出撮影(8日・9日で全員撮影)