



2013年 2月10日(日) 東北楽天ゴールデンイーグルス 春季キャンプ【仲里野球場】

野 手																		
A			B			C		D		F			G					
高須	ララ	ポロ	中川	勸野	北川	中島	定岡	川口	神保	小山	山本	下妻	牧田	榎本	鳥井	河田	藤田	
4	127	140	56	60	63	8	62	98	133	65	52	39	5	36	50	99	6	
8:00	アーリーワーク【雨天時エアーDにてW-up】※ホワイトボードに記載致します																ホテルで静養(ホテルにてランチ)	
	各 自 ※ジャージ可									バッティング【メイン】 ※ユニフォーム								
9:10	ホテルに戻り朝食																	
10:20	グラウンド集合 ※アーリーに参加していない選手も含む																	
10:30	セカンド W-UP ※全員(ユニフォームはホーム用)																	
10:45	CB ・ ベッパ-																	
11:00	投内ローテーション ※外野手はコーチ指示 メインのみ(グラウンドコンディション不良時外野芝にて行います)												室内にてBT			蒔田RC指示  各自にてランチ  ■仲里出発 11:40 ■セカンドW-up 各自 ■シートノック 12:30 ■ケース打撃 13:00		
11:30	シートノック ※守備位置はコーチ指示																	
11:45	BTローテーション ※右カーブ																	
	A			B			C		D		F			G				
	4	127	140	56	60	63	8	62	98	133	65	52	39					
	BT (P # )			Tee			守備		走塁		ブルペン/コーチ指示							
	走塁			BT (P #122)			Tee		守備									
	守備			走塁			BT (P )		Tee									
	Tee			守備			走塁		BT (P )									
	ランチ																	
14:00	久米島球場へ出発(仲里球場からバス1台) ※#6以外全員																	
★ 練習後必ずコンディショニング経由であるようにして下さい ★																		
<b>【備考】</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>ユニフォーム/ホーム</li> <li>久米島フェスティバル @久米島球場 15:00~(集合14:30) ※#6以外全員参加</li> <li>本日の夕食はBBQです</li> <li>#2 ホテル出発 9:00</li> </ul>																		