



2013年 2月22日(金) 東北楽天ゴールデンイーグルス 春季キャンプ【久米島野球場】

野 手																		
A			B			C			D		F							
高須	河田	ララ	中川	勸野	北川	中島	定岡	川口	神保	柿澤	小山	下妻	岡島	阿部	ポロ	藤田		
4	99	127	56	60	63	8	62	98	133	51	65	39	27	9	140	6		
7:20	ホテル出発(大型バス1台) ※#6は8:30出発(ワゴン)																	
8:00	軽食有(球場)																	
	アーリーワーク																	
8:30	各自 ※ジャージ可										バッティング[メイン] ※ユニフォーム		各自 ※ジャージ可					
10:00	球場にて朝食 ※ホテルには戻りませんので注意して下さい。																	
10:10	グラウンド集合 ※アーリーに参加していない選手も含む																	
10:15	セカンド W-UP																	
10:25	CB・ベツパー																	
10:40	投内ローテーション(守備位置はコーチ指示) ※外野手はコーチ指示																	
	30M計測																	
11:00	BTローテーション ※右カーブ																	
	A		B		C		D		ブルペン/コーチ指示									
	BT(P)		Tee		守備		走塁											
	走塁		BT(P)		Tee		守備											
	守備		走塁		BT(P)		Tee											
	Tee		守備		走塁		BT(P)											
12:00	ランチ																	
12:30	シートノック																	
13:00	紅白戦(7イニング)																	
	紅(先攻) ※ビジターユニフォーム		守備	打順	守備	白(後攻) ※ホームユニホーム												
	#133		(6)	1	(8)	#98												
	#51		(7)	2	(4)	#60												
	#4(監督)		(4)	3	(6)	#62												
	#56		(5)	4	(3)	#99(監督)												
	#127		(3)	5	(7)	#8												
	#39		(2)	6	(2)	#65												
	※ユニホームは全員両方持参する事																	
	★ 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 ★																	
	帰りの送迎は14:00から30分おきを送迎いたします																	
15:00	個別練習																	
	※特守、特打以外の選手は、打撃のノルマを消化する事!!																	
	■特守 (捕) #39												■特打 #51/#56					
	■特守 (内) #60																	
	■特守 (外) #8/#62																	
	【備考】																	
	<ul style="list-style-type: none"> ユニフォーム/ビジター #6/#26/#38/#44/#45 ホテル出発 8:30(朝食は球場にて) 次回BBQ 23日 次回小山Day 25日 @仲里 																	