



2018年11月9日(金) 東北楽天ゴールデンイーグルス 秋季キャンプ【マスカット】 17名

野 手

A			B			C			D			E				F
岡島	銀次	島井	オコエ	岩見	八百板	山崎	村林	山田	西巻	松本	中村	山下	足立	堀内	石原	内田
4	33	0	9	13	57	34	66	127	67	133	134	29	44	65	70	36

9:00
9:20
当日決定

コーチMTG @コーチ室

■歓迎セレモニー @メイン ※ユニホーム着用

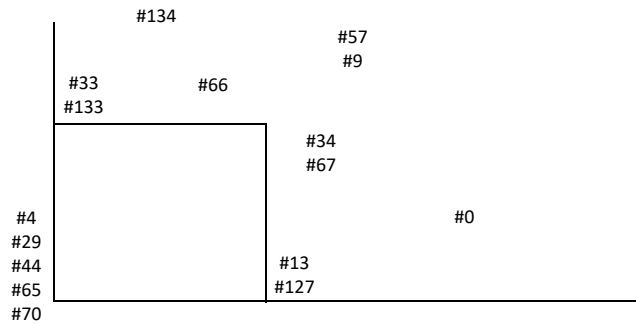
集合 / W-up @メイン

アジリティー

ベースランニング

CB

中継プレー
※ポジション下記確認



ランニング

ランチ

BTローテーション

A			B			C			D			E				F
4	33	0	9	13	57	34	66	127	67	133	134	29	44	65	70	36
打撃(P: #115/Mストレート)			Tee			体幹			ロングTEE			走塁				コンディショニング指示
走塁			打撃(P: #119/Mストレート)			Tee			体幹			ロングTEE				
ロングTEE			走塁			打撃(P: #113/Mストレート)			Tee			体幹				
体幹			ロングTEE			走塁			打撃(P: #114/Mストレート)			Tee				
Tee			体幹			ロングTEE			走塁			打撃(P: #117/Mストレート)				

個別練習

■特打	■特守(内野)	■特守(外野)	■特守(捕手)	■特WT
#9/#65/#67	#13/#34/#133	#0/#57/#127/#134	#70	#4/#29/#33/#36/#44/#66