



2019年 11月14日(木) 秋季キャンプ【倉敷マスカットスタジアム】 13名

投 手

A			B		C							
釜田	弓削	渡邊佑	小野	引地	寺岡	近藤	藤平	鈴木	佐藤	木村	翁璋均	張喜凱
21	23	47	28	39	68	12	19	56	61	131		

9:30

グラウンド集合

W-up

W-up終了後、サブへ移動

CB @サブG

ローテーション

A			B		C							
21	23	47	28	39	68	12	19	56	61	131	翁璋均	張喜凱

ピッチングローテ

守備総合
【サブG】

コンディショニング
【TEE / 下半身強化 / ランニング】

ランチ ※11:30～14:30まで

個別練習 ※コーチ指示

■手締め 15:30

服装 ⇒ ユニホーム、帽子着用