

2022年 2月1日(火) 東北楽天ゴールデンイーグルス 春季キャンプ【金武町ベースボールスタジアム】 野手20名

## 野 手

A					B					C					D				
黒川	渡邊佳	小郷	村林	マッキー	西川	川島	岡島	銀次	島内	小深田	辰己	田中和	山崎	和田恋	武藤	炭谷	田中貴	安田	堀内
24	48	51	66	140	6	22	27	33	35	0	8	25	34	54	50	27	44	55	65

グラウンド集合

8:50

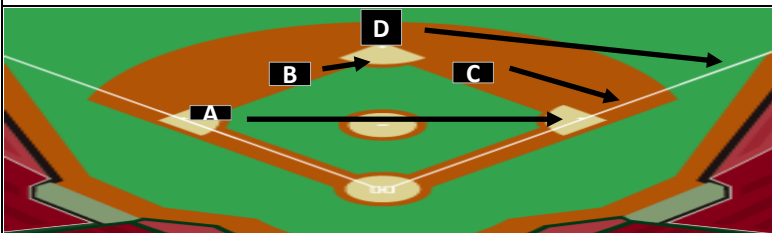
W-up

9:00

着替え / CB / ペツパー

9:45

10:00



A ⇒	22 / 26 / 27 / 33 / 35
B ⇒	0 / 34 / 44 / 54 / 66
C ⇒	24 / 48 / 50 / 65 / 140
D ⇒	6 / 8 / 25 / 51 / 55

ランニング

ランチ

BTローテーション ※3ヶ所

A					B					C					D				
24	48	51	66	140	6	22	27	33	35	0	8	25	34	54	50	27	44	55	65
打 (P117/P104)					TEE					バント/作戦					走				
走					打 (P111/P118)					TEE					バント/作戦				
バント/作戦					走					打 (P113/P103)					TEE				
TEE					バント/作戦					走					打 (P102/P119)				

個別練習

■ 特 打					■ 特 守(内野)					■ 特 守(外野)					■ 特 守(捕手)				
#0/#50					#24/#66					#50					#コーチ指示				

トレーニング ※コンディショニング指示