

2022年 2月2日(水) 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19名

野 手

10:00

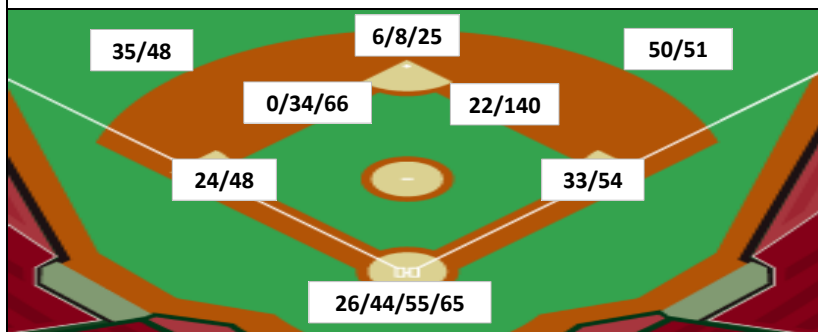
A					B					C					D			
黒川	渡邊佳	小郷	村林	マーキ	西川	川島	田中和	銀次	島内	小深田	辰己	山崎	武藤	和田恋	炭谷	田中貴	安田	堀内
24	48	51	66	140	6	22	25	33	35	0	8	34	50	54	26	44	55	65

グラウンド集合

W-up

ベースランニング

着替え / CB / ペツパー



シートノック

内外野 別ノック

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	25	33	35	0	8	34	50	54	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)
#24/#48	#0/#34	#50	#コーチ指示

トレーニング ※コンディショニング指示