

2022年 2月6日(日) 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】 投手23名

投 手

10:00

投 手																						
A					B					C					D							
岸	則本	田中	酒居	フセニッツ	松井	安業	早川	宋	瀧中	松井友	西垣	高田萌	吉川	王	小峯	弓削	高田孝	内間	藤井	津留崎	鈴木翔	西口
11	14	18	28	32	1	20	21	43	57	45	49	53	71	017	138	23	29	40	47	52	56	62
グラウンド集合																						
W-up @メイン																						
【A / B / C】※サブGにてCB																【D】※メインGにてCB						
投内 ※サブG																投内/サインプレー ※メインG						
ピッチングローテーション																						
A					B					C					D							
11	14	18	28	32	1	20	21	43	57	45	49	53	71	017	138	23	29	40	47	52	56	62
ピッチング					ピッチング準備					ランニング					TEE							
TEE					ピッチング					ピッチング準備					ランニング							
ランニング					TEE					ピッチング					ピッチング準備							
フリー					ランニング					TEE					ピッチング							
下肢強化																						
ランチ																						
コンディショニング指示																						
個別練習																						