

2022年 2月7日(月) 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

投 手																						
A					B						C						D					
岸	則本	田中	酒居	フセニッツ	松井	安業	弓削	宋	瀧中	西口	早川	高田孝	内間	藤井	津留崎	鈴木翔	松井友	西垣	高田萌	吉川	王	小峯
11	14	18	28	32	1	20	23	43	57	62	21	29	40	47	52	56	45	49	53	71	017	138
10:00																						
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	23	43	57	62	21	29	40	47	52	56	45	49	53	71	017	138
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																						