

2022年 2月11日(金) 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22名

投 手

10:00

A					B				C				D								
弓 削	高 田 孝	津 留 崎	高 田 萌	西 口	内 間	松 井 友	藤 井	西 垣	鈴 木 翔	吉 川	王	小 峯	岸	則 本	田 中	酒 居	フ セ ニ ツ ツ	松 井	安 菜	早 川	瀧 中
23	29	52	53	62	40	45	47	49	56	71	017	138	11	14	18	28	32	1	20	21	57
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								
23	29	52	53	62	40	45	47	49	56	71	017	138	11	14	18	28	32	1	20	21	57
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								
コーチ指示					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																					