



2019年 11月7日(木) 秋季キャンプ【倉敷マスカットスタジアム】 13名

投 手

9:30

投 手												
A					B						C	
釜田	弓削	小野	引地	渡邊佑	近藤	藤平	鈴木	佐藤	寺岡	木村	翁璋均	張喜凱
21	23	28	39	47	12	19	56	61	68	131		
グラウンド集合												
W-up												
W-up終了後、サブへ移動												
CB @サブG												
ローテーション												
A					B						C	
21	23	28	39	47	12	19	56	61	68	131	翁璋均	張喜凱
守備総合 【サブG】					シートケースBT 【打者6人×1セット】						守備総合 【サブG】	
ランチ ※11:30～14:30まで												
コンディショニング 【TEE / 下半身強化 / ランニング】												
個別練習												