

野 手

10:00

| A | | | | | B | | | | C | | | | | D | | | | | |
|---------------------|--------|--------|--------|-------------|------------------|--------|--------|----------|------------------|--------|-------------|----------|--------|------------------|-------------|--------------|--------|--|--|
| 辰 己 | 田 中 | 島 内 | 小 郷 | 和 田 恋 | 浅 村 | 茂 木 | 鈴 木 | 銀 次 | 小 深 田 | 黒 川 | 渡 邊 佳 | 武 藤 | 村 林 | 太 田 | 田 中 貴 | 下 妻 | 石 原 | | |
| 8 | 25 | 35 | 51 | 54 | 3 | 5 | 7 | 33 | 0 | 24 | 48 | 50 | 66 | 2 | 55 | 67 | 70 | | |
| グラウンド集合 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| W-u p | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ベースランニング | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 着替え / CB | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| トスバッティング | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| シートノック ※守備位置(コーチ指示) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 内・外野別ノック | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ランチ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| BTローテーション ※3ヶ所 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| A | | | | | B | | | | C | | | | | D | | | | | |
| 8 | 25 | 35 | 51 | 54 | 3 | 5 | 7 | 33 | 0 | 24 | 48 | 50 | 66 | 2 | 55 | 67 | 70 | | |
| 打 (P113/P103) | | | | | TEE | | | | 走 | | | | | バント/作戦 | | | | | |
| バント/作戦 | | | | | 打 (P111/P118) | | | | TEE | | | | | 走 | | | | | |
| 走 | | | | | バント/作戦 | | | | 打 (P117/P119) | | | | | TEE | | | | | |
| TEE | | | | | 走 | | | | バント/作戦 | | | | | 打 (P112/P104) | | | | | |
| ランニング | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 個別練習 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ■特 打 | | | | ■特 守【内野】 | | | | ■特 守【外野】 | | | | ■特 守【捕手】 | | | | ■ウエイト | | | |
| #51/#66 | | | | #24/#48 | | | | #25/#50 | | | | #コーチ指示 | | | | #コンディショニング指示 | | | |