

野 手

A				B					C					D			
辰 己	田 中	小 郷	和 田 恋	浅 村	茂 木	鈴 木	銀 次	島 内	小 深 田	黒 川	渡 邊 佳	武 藤	村 林	太 田	田 中 貴	下 妻	石 原
8	25	51	54	3	5	7	33	35	0	24	48	50	66	2	55	67	70

10:00

グラウンド集合

W-u p

着替え / CB

投内 / バントシフト / 牽制

シートノック



■ 守備位置 ※左記参照

11:50

シートBT

8	25	51	54	3	5	7	33	35	0	24	48	50	66	2	55	67	70
---	----	----	----	---	---	---	----	----	---	----	----	----	----	---	----	----	----

対戦投手

P150	P150	P13	P150	P150	P52	P13	P13	P52	P150	P41	P13	P41	P41	P52	P41	P13	P52
P52	P39	P59	P39		P39	P13	P41	P39	P39	P59	P59	P41	P59			P59	

ランチ

BTローテーション ※3ヶ所

A				B					C					D			
8	25	51	54	3	5	7	33	35	0	24	48	50	66	2	55	67	70
打 (P112/P104)				TEE					走					バント/作戦			
バント/作戦				打 (P113/P103)					TEE					走			
走				バント/作戦					打 (P117/P119)					TEE			
TEE				走					バント/作戦					打 (P111/P118)			

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
#25/#70	#5/#33/#66	#8/#54	#コーチ指示	#コンディショニング指示