

野 手

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

10:00

グラウンド集合

W-u p

着替え / OB

投内 / バントシフト / 牽制 ※外野手⇒コーチ指示

シートノック



■ 守備位置 ※左記参照

走塁練習 ※2R時、三遊間打球判断

ランチ 【#3 ランチ特打】※P111

BTローテーション ※3ヶ所

A				B				C				D					
8	25	51	54	0	24	48	66	3	5	7	33	35	50	2	55	67	70
打				TEE				走				バント/作戦					
(P47/P117)		(P21/P117)															
バント/作戦				打				TEE				走					
				(P40/P118)		(P29/P118)											
走				バント/作戦				打 (P113/P103)				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
#2/#8	#0/#24	#50/#51	#コーチ指示	#コンディショニング指示