

## 投 手

10:00

投 手																	
A					B							C					
岸	則本	涌井	田中	牧田	松井	森原	酒居	池田隆	引地	辛島	菅原	高田萌	瀧中	早川	高田孝	内間	藤井
11	14	16	18	22	1	13	28	30	39	58	59	53	57	21	29	40	47
サブG集合 10:00																	
W-u p @サブG																	
【A/B/C】 ※サブGにてCB																	
投内 / バントシフト / 牽制 ※サブG																	
P ローテーション																	
A					B							C					
11	14	16	18	22	1	13	28	30	39	58	59	53	57	21	29	40	47
ピッチング					ランニング							TEE					
ゴロ捕					ピッチング							ランニング					
TEE					ゴロ捕							ピッチング					
ランニング					TEE							ゴロ捕					
ランチ																	
コンディショニング指示																	
個別練習																	