

## 投 手

A					B					C					D								
岸	則本	涌井	田中	牧田	松井	森原	酒居	釜田	辛島	菅原	早川	高田孝	内間	藤井	高田萌	森原	釜田	西口	寺岡	池田駿	渡邊佑	引地	津留崎
11	14	16	18	22	1	13	28	41	58	59	21	29	40	47	53	13	41	62	68	72	150	39	52

サブG集合 10:30

サブG集合 9:00

W-u p @サブG

W-u p @サブG

【A/B/C/D】 ※サブGにてCB

投内 / バントシフト / 牽制 ※サブG

個人にて調整

### P ローテーション

A					B					C					D								
11	14	16	18	22	1	13	28	41	58	59	21	29	40	47	53	13	41	62	68	72	150	39	52

ピッチング

ランニング

TEE

ランチ

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

■T-E (13:00) @宜野座

金武町出発 11:40 (バス2台)

コンディショニング指示

個 別 練 習