



Smart & Spirit 2017  
東北・夢・再び

2017年 2月1日(水) 東北楽天ゴールデンイーグルス 春季キャンプ【久米島球場】 21名

野 手																					
A					B					C					D						
岡島	島内	銀次	茂木	阿部	松井	ワイラー	アマダー	今江	栞田	福田	田中	オコエ	中川	西田	三好	細川	嶋	伊志嶺	足立	島井	
4	35	33	5	00	7	40	49	8	32	24	25	9	56	55	57	68	37	48	44	005	
※早出し																					
8:40	コーチ車出発(ワゴン車2台)																				
8:50	選手・スタッフ出発(バス2台・マイクロバス1台)																				
9:00	コーチMTG @久米島球場コーチ室																				
9:30	全体写真 @久米島球場 ※ホームユニフォーム着用																				
終了 5分後	グラウンド集合																				
9:50	W-up																				
11:10	着替え・CB・ベツパー																				
11:40	4カ所ノック																				
	組	メンバー					ローテーション					守備位置									
	A	■#57/#005/#4/#5/#44					①⇒②⇒③														
	B	■#8/#24/#35/#55/#48/#33					②⇒③⇒①														
	C	■#25/#9/#56/#00/#32/#37					③⇒①⇒②														
	D	■#7/#40/#49/#68					④オンリー														
12:15	アジリティー測定																				
12:30	ランチ																				
13:10	BTローテーション																				
	A					B					C					D					
	4	35	33	5	00	7	40	49	8	32	24	25	9	56	55	57	68	37	48	44	005
	打撃 (P 113/118)					Tee / 体幹					守備					コーチ指示					
	走塁					打撃 (P 115/119)					Tee / 体幹										
	守備					走塁					打撃 (P 117/114)										
	Tee / 体幹					守備					走塁										
14:30	個別練習																				
	■特打【室内】					■特守【内野】					■特守【外野】					■特守【捕手】					
	#24/#55 (P#83)					コーチ指示					#005/#25					コーチ指示					
	ランニング(サブ)・ウエイト																				