

ユニホーム

2月27日(火)

<ビジター>

早出練習 無し

- [二軍監督] 88 池山隆寛
- [二軍総合コーチ] 79 城石憲之
- [投手コーチ] 72 小野寺力
- 81 正田樹
- [投手兼育成担当コーチ] 92 山本哲哉
- [打撃コーチ] 76 宮出隆自
- 85 嵐山和洋
- [内野守備兼育成担当コーチ] 95 土橋勝征
- [外野守備兼走塁コーチ] 70 河田雄祐
- [バッテリーコーチ] 83 衣川篤史
- [投手] 14 西郷昂汰
- 15 山下輝
- 16 原樹理
- 24 星知弥
- 34 田口龍斗
- 35 石原勇輝
- 40 高梨裕穂
- 41 柴田大地
- 48 金久保優斗
- 52 尾仲裕哉
- 53 長谷川宙輝
- 56 坂本拓己
- 62 山日向
- 68 丸山翔大
- 69 今野龍太
- 012 近藤弘樹
- 013 嘉手刈浩太
- 019 下俣之介
- [捕手] 30 西田明央
- 57 古賀優大
- 65 鈴木叶
- 023 橋本星哉
- 025 フジバ
- [内野手] 5 川端慎吾
- 36 西村翔伊斗
- 46 太田賢吾
- 59 小森航太郎
- 66 三ツ保大樹
- 67 伊藤琉偉
- 026 高野颯太
- [外野手] 31 山崎晃太郎
- 42 澤井廉
- 024 若田幸宏
- [FA] / 捕手兼FA(MG) 112 小山田貴雄
- [育成担当補佐兼フルレ捕手] 101 大村孟
- [FAコーチ / イーサ] 宮本賢治
- [京長兼二軍総務] 中西親志
- [育成担当] 武内晋一
- [二軍投手コーチ] 中澤雅人
- [用具担当] 麻生知史
- [アシレックトレーナー] 小林宏平(チーフ)
- 石田将之
- 原田尚寛
- 鈴木秀紀
- 篠塚信行
- 伊東優多
- [アナリスト] 工藤大二郎
- 藤澤光

投手									
35	41	52	24	48	15	16	40	14	34
56	68	69	53		012	019		62	013
W-UP									
スパイクスプリント									
肩EX									
CB(サブ)									
コンディショニング									
ランニング									
股関節トレ									
<div style="background-color: #f4a460; padding: 5px;"> 昼食 (11:30~13:30) </div>									
シート準備		投内連係 (メイン)							
<シートP> 各1イニング 69 ↓ 52 ↓ 41 ↓ 68 ↓ 35 ↓ 56		個別練習 / WT							

野手							
30	57	65	025	5	36	46	023
59	66	67	026	31	024		42
W-UP							
スパイクスプリント							
<バッティング>							
65 ・ 025 57 ・ 30 5 ・ (42) 31 ・ 46 024 ・ 66 59 ・ 67 36 ・ 026							
<div style="background-color: #f4a460; padding: 5px;"> 昼食 (11:30~13:30) </div>							
2nd-UP							
CB							
シートノック							
投内連係							
<シートBT>							
36 59 30 5 31 57 46 66 025 024 67 026 65							
<div style="background-color: #f4a460; padding: 5px;"> <ゴロ捕> 36 59 67 </div>							

コーチ指示

トレーナー指示

トレーナー指示

9:30
10:10
10:20
11:30
12:30
12:40
12:50
13:20

WT	バント	特打	特守
65 026	36 59	024	46

