



野手										
TIME	グループA		グループB		グループC		グループD		グループE	
	背番号	名前	背番号	名前	背番号	名前	背番号	名前	背番号	名前
	23	渡邊諒	12	松本剛	5	大田泰示	2	杉谷拳士	10	清水優心
	32	谷内亮太	58	横尾俊建	6	中田翔	3	王柏融	22	鶴岡慎也
	38	石井一成	66	万波中正	7	西川遥輝	8	近藤健介	30	宇佐見真吾
	45	平沼翔太	70	今井順之助	44	ビヤヌエバ	9	中島卓也	60	郡拓也
9:25	スタッフ									
:45	アップ									
10:15	CB									
:30	内外連携									
:45	PFP&サインプレー									
11:15	内外ノック									
					3・8・12				7・66	
					9・45・38				23・32	2・5
:40	コンディショニング MBスクワット									
				44・70					6・58	
12:00	ランチ									
12:45	行程(110分)									
	打撃 BP(57・35)	TEE	守備	守備	コーチ指示					
	走塁	打撃 BP(13・50)	TEE	守備						
	守備	走塁	打撃	TEE						
	守備	守備	走塁	打撃						TEE
	TEE	守備	守備	走塁						打撃
14:45	スタッフ 個人練習 打)12,23,38,45,58,66,70 捕)10,30,60 内)2,6,32,44 外)コーチ指示									
16:15	WT									

投手										
TIME	グループA		グループB		グループC		グループD		グループE	
	背番号	名前	背番号	名前	背番号	名前	背番号	名前	背番号	名前
	14	加藤貴之	35	西村天裕	13	生田目翼	16	有原航平	1	斎藤佑樹
	17	浦野博司			50	鈴木遼太郎	20	上原健太	19	金子弐大
	29	井口和朋			57	杉浦稔大	27	マルティネス	36	バーハイゲン
	34	堀瑞輝					39	秋吉亮	49	公文克彦
							41	ロドリゲス		
							51	石川直也		
							54	玉井大翔		
9:25	スタッフ									
:45	アップ									
10:15	CB									
10:45	PFP&サインプレー (メイン)					PFP&サインプレー (サブ)				
11:15	P (34)					P				
	コンディショニング MBスクワット 20m×12 ランチ									
	BP(12:45~) 4分×2									
	スタッフ 個人練習									