



野手										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		TIME	グループA		グループB		グループC		グループD			
	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		背番号	名前	背番号	名前	背番号	名前	背番号	名前		
	3	王柏融	23	渡邊諒	10	清水優心	2	杉谷拳士	5	大田泰示	1	斎藤佑樹	49	公文克彦	16	有原航平	13	生田目翼			
	12	松本剛	66	万波中正	22	鶴岡慎也	32	谷内亮太	6	中田翔	20	上原健太	50	鈴木遼太郎	19	金子式大	14	加藤貴之			
	38	石井一成	144	海老原一佳	30	宇佐見真吾	45	平沼翔太	7	西川遥輝	29	井口和朋	51	石川直也	36	バーハイゲン	17	浦野博司			
	58	横尾俊建	162	高濱祐仁	60	郡拓也	70	今井順之助	8	近藤健介	34	堀瑞輝	54	玉井大翔	39	秋吉亮	27	マルティネス			
							4	谷口雄也	44	ビヤヌエバ					41	ロドリゲス	35	西村天裕			
																	57	杉浦稔大			
9:30	<p>ホテル出発</p> <p>宜野座メンバー</p>										9:30	<p>ホテル出発</p> <p>宜野座メンバー</p>									
10:50	<p>アップ(宜野座室内)</p>										10:50	<p>アップ(宜野座室内)</p>									
11:15	<p>BT</p>											<p>名護練習→宜野座</p> <p>2・32・45・70・4</p>									
12:35	<p>シートノック</p>											<p>9:00 UP</p>									
13:00	<p>VS T</p> <p>12(9) 38(6) 3(7) 58(5) 23(4) 144(DH) 162(3) 66(8) 30(2)</p>											<p>9:30 BT</p>									
	<p>コンディショニング</p> <p>MBスロー</p>											<p>11:10 出発</p>									
												<p>名護練習→残留</p> <p>5・6・7・8・44</p>									
												<p>9:00 UP</p>									
												<p>9:30 BT</p>									
												<p>コンディショニング MBスロー</p>									
												<p>13:00 VS T</p> <p>1(2) 29(2) 34(1) 50(2) 20(2)</p> <p>(予備49,51,54)</p>									
												<p>コンディショニング</p> <p>MBスロー 5・4・3インターバル</p>									
												<p>名護残留練習メンバー</p> <p>9:00 UP</p> <p>CB</p> <div style="border: 1px solid black; width: 100px; height: 100px; margin: 10px auto; text-align: center; font-size: 40px; font-weight: bold;">P</div> <p>コンディショニング</p> <p>コーチ指示</p>									