

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				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		
	3	王柏融	9	中島卓也	2	杉谷拳士	10	清水優心			19	金子千尋	28	河野竜生	14	加藤貴之	13	生田目翼	62	望月大希	
	12	松本剛	61	今川優馬	38	石井一成	27	古川裕大			22	杉浦穂大	33	立野和明	25	宮西尚生	35	西村天裕	116	古川侑利	
	50	五十権亮汰	155	難波侑平	43	水野達稀	30	宇佐見真吾			54	玉井大翔	34	堀瑞輝	29	井口和朋	37	柿木蓮			
	24	野村佑希			56	細川凌平	60	郡拓也							41	ロドリゲス	40	福田俊			
	31	高濱祐仁			49	佐藤龍世									57	北山亘基	47	鈴木健矢			
															58	谷川昌希	52	池田隆英			
																	59	根本悠楓			
9:00	スタッフM				BOSS組名護参加		BIG組国頭参加				9:00	スタッフM									
9:20	アップ				32		2				9:20	アップ				10:30 アップ					
	50m加速走×4				36		3					CB				CB					
	Wレッグ				48		9					P				コンディショニング					
					65		10					PFP(サブ)				ランチ					
					67		27					P				ゲーム準備					
9:50	ゲーム前練習				69		31					コンディショニング				先52(2)→13(2)→40(1)					
	65 122				112		56					50m加速走×10				59(2)→62(1)→116(1)					
	30 60				122		66					Wレッグ				予備 35・37・47					
	43 155				到着予定8:20		球場出発8:15					Tee打撃 28 33 57									
	122 48											ランチ									
	67 69											個人練習									
	61 12																				
11:10	49 38																				
	32 36 24																				
	VS 阪神タイガース(練習試合)																				
12:30	シートノック																				
13:00	プレイボール																				
	特打:																				
	特守:43(その他元気ある者)																				