

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	背番号	名前
	2	杉谷拳士	8	近藤健介	12	松本剛	3	王柏融	10	清水優心	34	堀瑞輝	15	上沢直之	13	生田目翼	52	池田隆英	14	加藤貴之	
	38	石井一成	23	渡邊諒	50	五十幡亮汰	21	清宮幸太郎	30	宇佐見真吾	59	根本悠楓	19	金子千尋	20	上原健太	53	長谷川威展	17	伊藤大海	
	49	佐藤龍世	24	野村佑希	61	今川優馬	43	水野達稀	60	郡拓也			33	立野和明	25	宮西尚生	62	望月大希	18	吉田輝星	
	56	細川凌平			155	難波侑平	66	万波中正					41	ロドリゲス	28	河野竜生	116	古川侑利	29	井口和朋	
													54	玉井大翔	35	西村天裕			57	北山亘基	
															47	鈴木健矢					
	VS中日ドラゴンズ																				
9:15	スタッフM										9:35	アップ CB		ゲーム組 10:30 アップ				休日			
9:35	アップ										PFP(サブ)		CB コンディショニング 50/40/30mインターバル×4 股関節周囲エクササイズ								
	コンディショニング(50/40/30mレペ×2)										P		ゲーム準備								
9:55	BT										コンディショニング 50/40/30mインターバル×4 股関節周囲エクササイズ		ランチ								
11:10	BT終了										個人練習		先 25(1)→28(3)→52(2)→20(1)								
12:20	セカンドアップ										ランチ		→53(1)→35(1)								
12:30	シートノック										予備 13.47.62.116										
13:00	プレイ																				
	特打																				
	特打																				