



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			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	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	マルティネス	7	松本剛	4	上川畑大悟	5	野村佑希	10	清水優心	31	マーフィー	28	河野竜生	14	加藤貴之	34	須崎輝	18	生田目翼	32	黒木優太	17	伊藤大海	45	バーハイゲン	20	上原健太	42	ザバラ	18	山崎福也	47	鈴木健矢	40	福田俊	51	石川直也	24	金村尚真	52	池田隆英	63	北浦竜次	26	田中正義	57	北山亘基	67	山本拓実	130	鎌谷陽平	137	柿木蓮	168	松岡洗希
VS 横浜DeNAベイスターズ(練習試合)																																																								
8:10	バス出発 (球場)			<p>~残留メンバー~</p> <p>23・3・5・30</p> <p>UP 9:15</p>							UP			CB(サブ)			UP			CB			ゲーム準備			ランチ			ゲーム																											
9:40	スタッフM										P			P準備			コンディショニング 50mx10 Sレッグ3種x2			個人練習			ランチ			先発)20(3)-13(3)-40(1)-67(1)-130(1)			予備:63.137.168																											
10:00	UP・コンディショニング(Wレッグ3種)										6			7			16日 PFP参加 26・31・34・42・51・52																																							
10:20	BT (60分)										39			4																																										
	33・64 10・37 6・7 99・2 38・66 4・39 43・50 53・56・58										20			38																																										
11:30	シートノック			10			DH:99																																																	
12:30	プレイ			打順⇒ 6.7.99.66.2.39.38.10.4			控え:33・64・43・56・58・37・50・53																																																	
個別 打)コーチ指示 捕)コーチ指示 内)コーチ指示 外)コーチ指示																																																								