



千葉ロッテマリーンズ～2026年春季キャンプ～  
【練習スケジュール @ロートスタジアム石垣】

日付：2026.2.3

| 投手    |                               |                                |                        |                 |                                   |   |       |  |                       | 野手                        |  |                        |     |               |              |  |  |  |  |
|-------|-------------------------------|--------------------------------|------------------------|-----------------|-----------------------------------|---|-------|--|-----------------------|---------------------------|--|------------------------|-----|---------------|--------------|--|--|--|--|
| TIME  | 29西野<br>52益田<br>122森<br>131茨木 | 16種市<br>24東妻<br>30廣畠<br>54澤田   | 91吉川<br>121本前<br>123秋山 | 19唐川            | 40奥村<br>126中山<br>127高橋<br>139ラドニー | 31大谷<br>56中森<br>59早坂<br>62坂井<br>125永島田<br>133武内 | TIME  | 55櫻井<br>129勝又<br>130谷村   | 23石川慎<br>50愛斗<br>67茶谷 | 120金田<br>135高野<br>140アセベド | 27田村<br>49立松<br>128杉山  | 69岡村<br>136藤田<br>137富山 | 25岡 | 3角中<br>22ボランコ | 7藤岡<br>138山崎 |  |  |  |  |
| 10:00 | w-up(第二球場)                    |                                |                        |                 |                                   |   | 9:30  | ムーブメント(3・22・25・7・138以外全員)(室内)  |                       |                           |  |                        |     |               |              |  |  |  |  |
| 10:50 | CB<br>P<br>コンディショニング          | コンディショニング<br>守備練習<br>コンディショニング | CB<br>(メイン)<br>PFP見学   | CB<br>コンディショニング | コンディショニング                         | PT指示  | 10:00 | アーリー<br>打)23・50・140(メイン) ←3・22・25打撃(メイン)<br>捕)69・137<br>内)なし<br>外)128・135・136(メイン)<br>ウェイト)27・49・55・67・120・129・130 |                       |                           |  |                        |     |               |              |  |  |  |  |
| 11:30 | P<br>コンディショニング                | PFP<br>コンディショニング               | CB<br>P(30・54)         | CB<br>技術練習      |                                   |   | 11:00 | w-up/ランニング<br>CB/ペッパー  |                       |                           |  |                        |     |               |              |  |  |  |  |
|       | ランチ<br>個別・ウェイト                |                                |                        |                 |                                   |   |       |  |                       |                           | 11:30  | PFP/サインプレー             |     |               |              |  |  |  |  |
|       |                               |                                |                        |                 |                                   |   |       |  |                       |                           | 12:00  | 守備練習                   |     |               |              |  |  |  |  |
|       |                               |                                |                        |                 |                                   |   |       |  |                       |                           | 13:00  | ランチ ←7打撃(メイン)          |     |               |              |  |  |  |  |
|       |                               |                                |                        |                 |                                   |   |       |  |                       |                           | 13:45  | 打撃廻り                   |     |               |              |  |  |  |  |
|       |                               |                                |                        |                 |                                   |   |       |  |                       |                           | 打撃   | Tee                    | 走   | 走             | 走            |  |  |  |  |
|       |                               |                                |                        |                 |                                   |   |       |  |                       |                           | 走  | 打撃                     | Tee | 走             | 走            |  |  |  |  |
|       |                               |                                |                        |                 |                                   |   |       |  |                       |                           | 走  | 走                      | 打撃  | Tee           | 走            |  |  |  |  |
|       |                               |                                |                        |                 |                                   |   |       |  |                       |                           | Tee  | 走                      | 走   | 打撃            | Tee          |  |  |  |  |
|       |                               |                                |                        |                 |                                   |   |       |  |                       |                           | Tee  | 走                      | 走   | 走             | 打撃           |  |  |  |  |
|       |                               |                                |                        |                 |                                   |   |       |  |                       |                           | 個別<br>打)27・67・120・129<br>捕)49・69・137<br>内)55・130・140<br>外)23・128・136 |                        |     |               |              |  |  |  |  |
|       |                               |                                |                        |                 |                                   |   |       |  |                       |                           | 強化Tee(全員)  |                        |     |               |              |  |  |  |  |
|       |                               |                                |                        |                 |                                   |   |       |  |                       |                           | 自主練習   |                        |     |               |              |  |  |  |  |