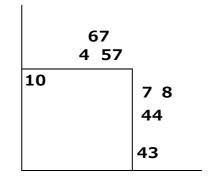
捕手:2松川 32佐藤 49立松 65寺地

内野手:4友杉 7藤岡 8中村 10上田 43石垣 44宮崎 57小川 67茶谷

外野手:1藤原 6西川 38高部 50愛斗 51山口 61山本 63和田

	リー ※別紙参照		
10:00 W-U			
	W-UP(メイン球場)		
~ -	ベースランニング		
10:40	打擊行程		
$32 \cdot 65 \cdot 4 \cdot 10$	2 · 49 · 7 · 8		
43 · 44 · 57 · 67 · 63	$6\cdot 38\cdot 50\cdot 51\cdot 61$		
(メイン球場)	(室内)		
11:45	LiveBP		
投12	投124→120→125→123		
 ‡∏10→44→67→43	→65→57→4 (外野手 走・守)		
12:30	ランチ		
13:15	W-UP · CB		
	守備連携		
コンディショニング			
個別練習			
打撃 6・7・8・32・51・63	1 (38 · 50 · 63) (104 · 105)		
捕手			
内野 4・43・57(第二球場)		
外野			
走塁			

守備連携



打撃行程(メイン)

32 · 63 · 65 (114)	4 · 44 · 57 (116)	10 · 43 · 67 (112)
打	TEE	走
走	打	TEE
TEE	走	打

打擊行程(室内)

2 · 49 · 50 (110)	6 · 51 · 61 (109)	7 · 8 · 38 (106)
打	TEE	走
走	打	TEE
TEE	走	打