



2019 SPRING CAMP

ホームユニフォーム

2019年 2月 18日(月)

◎投手特守 <メイン三塁側>
11・23・25・26・34・40・45

◎打撃 <室内> ◎内野 <メイン>
8・46・52 4・31
62・64

◎捕手 <メイン> ◎外野 <メイン>

11	14	17	18	19	20	23	25	26	27
28	30	34	40	42	45	48	54	68	69
10	62	64							
4	5	6	31	33	52	56	60		
1	8	9	46	53	55				

8:50 早出ウォーミングアップ
→早出開始

10:00 ウォーミングアップ→アジリティ

10:50 打廻り
<メイン>

08	[4 6 46 53]	04	打・走・守・T
	[5 8 9 33]		T・打・走・守
03	[1 31 52 60]	07	守・T・打・走
06	[10 56 62 64]	01	走・守・T・打

《 投 手 》

キャッチボール

ピッチング 11・17・30

守備 牽制

遠投 サードスロー

12:00 グランド整備

12:15 **2019春季キャンプ手締め**

ホームユニフォーム着用

