

2月15日（日）練習試合

2015年度 春季キャンプ



練習：ホーム-ホーム
ゲーム：ビジター-ホーム

	野手					投手																
	残留	ゲーム参加				ゲーム参加	残留															
9:00	39 52	9	32	57	0	2	5	7	36	38	40	17	24	35	00	11	13	15	16	18	19	21
		51	60	3	25	31	33	37	63	61	65	54	58	22	27	28	46	47	49	53	56	
10:50	W-U P (M)					室内9:50出発 (ワゴン1台)					W-U P (M)											
	BT回り (M)					ゲーム準備					着替え・CB (T)											
											ゴロ捕 (SB)											
											P (B)											
											ランチ											
コンディショニング	11:10 球場正面出発 (バス1台)					バント TEE EX (S)																
ランチ	北谷球場到着後 ランチ																					
	12:10 セカンドアップ																					
	12:30 シートノック																					
13:00	13:00 D-DB (北谷球場)					RUN+強化 (T)																
	個別練習	1	CF	関根 大気	63																	
		2	SS	山崎 憲晴	0																	
		3	RF	梶谷 隆幸	3																	
		4	LF	筒香 嘉智	25																	
		5	1B	J.ロペス	2																	
		6	3B	柳田 殖生	36	個別練習																
		7	DH	宮崎 敏郎	51																	
		8	C	黒羽根 利規	9																	
		9	2B	山下 幸輝	38																	
	先発投手 三嶋 一輝 17				WT																	
	D先発:八木 (左)																					
捕手	9 黒羽根利規	32 高城俊人	39 嶺井博希																			
内野手	0 山崎憲晴	2 ロペス	5 倉本寿彦																			
	7 石川雄洋	36 柳田殖生	38 山下幸輝																			
外野手	40 飛雄馬	52 ハルヒス	60 加藤政義																			
	3 梶谷隆幸	25 筒香嘉智	33 乙坂智																			
	37 桑原将志	61 松本啓二朗	63 関根大気																			
					00 東野峻 11 山口俊 13 柿田裕太																	
					15 井納翔一 16 加賀繁 17 三嶋一輝																	
					18 三浦大輔 19 山崎康晃 21 岡島秀樹																	
					22 高崎健太郎 24 林昌範 27 久保康友																	
					28 福地元春 35 三上朋也 46 田中健二郎																	
					47 高橋尚成 49 モスコソ 53 エレラ																	
					56 長田秀一郎 65 国吉佑樹																	

※ゲーム参加 (投手) 54 小杉陽太 58 大田阿斗里 (捕手) 57 靄岡賢二郎 (内野手) 51 宮崎敏郎 (外野手) 31 赤堀大智

(練習場所)

- (M) メイン球場
- (SS) 球場横室内練習場
- (SB) サブグラウンド
- (T) 多目的広場
- (S) 室内練習場
- (R) 陸上競技場
- (B) ブルペン

(練習項目)

- B バント
- EX エクササイズ
- BS バスター
- PF 投内連係
- BT 打撃練習
- CB キャッチボール
- TEE ティ打撃
- P 投球練習
- WT ウエイトトレーニング

※時間表示は予定であり、多少の誤差があります。