



2017年 11月8日(水) 東北楽天ゴールデンイーグルス 秋季キャンプ【マスカット】 16名

投 手															
A				B				C				D			
安楽	今野	池田	菅原	藤平	小野	森	古川	戸村	宋	西宮	濱矢	松井	高梨	辛島	福山
20	98	30	45	19	15	16	60	22	94	38	46	1	53	58	64
9:30 グラウンド全員集合 / W-up @メイン															
サブGへ移動															
10:10 CB @サブG															
10:30 投内関係 @サブG															
10:50 ローテーション															
A				B				C				D			
20	98	30	45	19	15	16	60	22	94	38	46	1	53	58	64
ブルペン				ゴロ捕				Tee				コーチ指示			
Tee				ブルペン				ゴロ捕							
ゴロ捕				Tee				ブルペン							
ランニング															
ランチ															
個別練習															
コーチピックアップ															