



2017年 11月9日(木) 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			
戸村	宋	安樂	池田	藤平	小野	森	古川	西宮	濱矢	菅原	今野	松井	高梨	辛島	福山
22	94	20	30	19	15	16	60	38	46	45	98	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 投内連係 @サブG															
10:50 ローテーション															
A				B				C				D			
22	94	20	30	19	15	16	60	38	46	45	98	1	53	58	64
ブルペン				ランニング/ゴロ捕				ランチ				コーチ指示			
ランニング/ゴロ捕				ブルペン				シート準備							
ランニング/ゴロ捕				ブルペン				シート打撃							
ランチ				ランニング/強化				ランチ							
個別練習															
コーチピックアップ															