



2017年 11月13日(月) 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				ゴロ捕				Tee				コーチ指示			
								ゴロ捕							
Tee				ブルペン				ランニング							
								ランチ							
ゴロ捕				Tee				ケース打撃準備							
								ケース打撃 13:30							
ランニング												ランニング			
ランチ								強化				ランチ			
個別練習															
コーチピックアップ															