



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】 15名

**野 手**

A			B				C				D			
嶋	三好	八百板	島井	田中	南	出口	岡島	島内	山田	向谷	内田	下妻	足立	堀内
37	57	95	005	25	129	126	4	35	127	130	36	39	44	65

8:45 ※早出開始 8:45 (室内) ※#39/#57/#65/#127

9:30 グランド全員集合 / W-up @メイン

10:00 ベースランニング

**BTローテーション**

A			B				C				D			
37	57	95	005	25	129	126	4	35	127	130	36	39	44	65
打撃(P: #115/Mストレート)			Tee				補強				走塁			
走塁			打撃(P: #117/Mストレート)				Tee				補強			
補強			走塁				打撃(P: #119/Mストレート)				Tee			
Tee			補強				走塁				打撃(P: #118/Mストレート)			

12:10 アジリティー

12:20 ランチ

13:00 CB

**シートノック**

※【背番号】⇒外野ノック終了後、内野

<p>【#25】 #36</p> <p>#39 #44 #65</p>	<table border="1" style="margin: auto;"> <tr> <td>#4</td> <td>#25</td> </tr> <tr> <td>#35</td> <td>#95</td> </tr> <tr> <td>#57</td> <td>#95</td> </tr> <tr> <td>#129</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="height: 40px;"></td> </tr> <tr> <td>【#4】 #130</td> <td>#005</td> </tr> </table> <p>#127 #126</p>	#4	#25	#35	#95	#57	#95	#129				【#4】 #130	#005
#4	#25												
#35	#95												
#57	#95												
#129													
【#4】 #130	#005												

**ケース打撃**

投手 ⇒ #38/#46/#45/#98 (順番は当日決定)

	1	2	3	4	5	6	7
<b>A (先)</b>	#39 (2)	#44 (2)	#57 (6)	#35 (7)	#005 (8)	#130 (4)	#127 (3)
<b>B (後)</b>	#65 (2)	#36 (5)	#4 (4)	#25 (8)	#95 (9)	#126 (3)	#129 (6)

※打順等当日!

**個別練習**

■特打	■特守	■特ラン
#25/#44/#95/#129/#130 BP: #114/#111/有銘/BC	#36/#127/#4/#35	#39/#57/#005/#126

**夜間練習**

19:30