



2018年11月12日(月) 東北楽天ゴールデンイーグルス 投手秋季キャンプ【楽天生命パーク】21名

投 手

投 手																						
A				B				C				D				E						
福	菊	西	森	池	鶴	今	木	近	渡	井	千	戸	濱	石	森	菅	古	小	西	藤		
山	池	宮		田	田	野	村	藤	邊	手	葉	村	矢	橋	原	原	川	野	口	平		
64	59	38	16	30	61	98	131	12	47	132	128	22	46	94	52	45	60	28	62	19		
9:50	コーチMTG (コーチ室)																					
10:00	グラウンド集合 @メイン																					
10:10	W-up / 着替え																					
10:30	CB																					
	投内連係 @メイン																					
	～ローテーション～																					
	64	59	38	16	30	61	98	131	12	47	132	128	22	46	94	52	45	60	28	62	19	
	ピッチング			TEE				ランニング				TEE				ランニング						
	TEE			ピッチング				TEE				ランニング				TEE						
	ランニング			ランニング				ピッチング				強化										
	強化								コーチ指示													
12:00	ランチ																					
15:00	個別練習																					