



2018年11月16日(金) 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

		A				B				C				D								
		戸	菊	石	森	濱	菅	鶴	古	渡	木	井	小	藤	福	西	森	池	近	今	西	千
		村	池	橋	原	矢	原	田	川	邊	村	手	野	平	山	宮		田	藤	野	口	葉
		22	59	94	52	46	45	61	60	47	131	132	28	19	64	38	16	30	12	98	62	128
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																					
	投内関係、牽制 @メイン																					
	～ローテーション～																					
	22	59	94	52	46	45	61	60	47	131	132	28	19	64	38	16	30	12	98	62	128	
	ピッチング				TEE				TEE				ランニング									
	TEE				ピッチング				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																					