

- [二軍監督] 88 池山隆寛
- [投手コーチ] 77 尾花高夫
- [投手コーチ] 84 松岡健一
- [打撃コーチ] 76 宮出隆自
- 85 畠山和洋
- [外野守備走塁コーチ] 81 佐藤真一
- [バッテリーコーチ] 83 衣川篤史
- [育成コーチ] 95 土橋勝征(チーフ)
- 92 山本哲哉
- [投手]
- 15 山下輝
- 16 原樹理
- 18 奥川恭伸
- 24 星知弥
- 28 吉田大喜
- 35 杉山晃基
- 38 梅野雄吾
- 43 山本大貴
- 49 成田翔
- 56 坂本拓己
- 64 大下佑馬
- 67 斎藤翔太
- 69 今野龍太
- 012 近藤弘樹
- 013 山野太一
- 014 鈴木裕太
- 015 沼田翔平
- 017 丸山翔太
- 019 下俣之介
- [捕手]
- 30 西田明央
- 023 橋本星哉
- [内野手]
- 3 西浦直亨
- 5 川端慎吾
- 10 荒木貴裕
- 36 西村瑠伊斗
- 46 太田賢吾
- 59 小森航太郎
- [外野手]
- 9 塩見泰隆
- 31 山崎晃太郎
- 42 澤井廉
- 51 濱田大貴
- 024 岩田幸宏
- [打撃投手兼リポーター] 108 鯨島秀旗
- [PA・捕手兼リポーター] 112 小山田貴雄
- [フルタイム捕手兼育成担当補佐] 101 大村孟
- [ファームコーディネーター] 宮本賢治
- [寮長] 熊田智行
- [育成担当] 武内晋一
- [2軍マネージャー] 中澤雅人
- [用具担当] 麻生知史
- [アナリスト] 藤沢剛
- [管理栄養士] 天方一匡
- [アシスタントトレーナー] 阿部勝彦(HPD)
- 小林宏平(チーフ)
- 馬場智志
- 篠塚信行
- 石田将之
- 鈴木秀紀
- 伊東優多

ユニホーム

2月19日(日)

<ホーム>

早出練習 8:20～
46 51

投手										
49	67	013	15	18	24	28	35	38	16	
015	017	019	43	56	64	69	014		012	
W-UP										
CB(サブ)										
コンディショニング	投内(サブ)								P / CON	
	/								/	
	P 18 38 64 69 014									
コンディショニング								個別 WT		
バント・Tee・BT										
昼食 (11:30～13:30)										
<シートノック> 13:10～		個別練習								
67 013 015 019										
<シート打撃 15球×2>		WT								
49 67 013 015 017 019										
バント・Tee・BT										
個別練習 WT										

野手									
30	023	3	5	10	36	46	59		
31	42	51	024						
W-UP									
スパイクアジリティー(メイン)									
BT準備エクササイズ									
<バッティング 1カ所>									
30 023)									
51 42)									
3 10)									
5 46)									
59 36)									
コンディショニング									
昼食 (11:30～13:30)									
2nd-up									
CB									
シートノック									
<シートBT>									
(1) 51									
(2) 59									
(3) 46									
(4) 023									
(5) 42									
(6) 5									
(7) 3									
(8) 10									
(9) 36									
(10) 30									

特打	守備
42 51	

さあ、行くのか!

TEAM SWALLOWS 2023