

2/1~2/27

(休日4,8,13,17,22)

2/18 (土) 浦添キャンプスケジュール

<参加メンバー>

【投手】
11 ケラ
12 石山泰稚
14 高梨裕稔
17 清水 昇
19 石川雅規
20 木澤尚文
21 吉村貢司郎
29 小川泰弘
34 田口麗斗
40 市川悠太
41 柴田大地
44 大西広樹
45 小澤怜史
48 金久保優斗
52 尾仲祐哉
53 長谷川宙輝
54 サイスニード
61 久保拓真
62 竹山日向
63 ピーターズ
99 エスピナル
【捕手】
32 松本直樹
33 内山壮真
57 古賀優大
022 松井 聖
【内野手】
00 奥村展征
6 元山飛優
7 長岡秀樹
13 オスナ
39 宮本 丈
50 北村恵吾
60 武岡龍世
66 三ツ俣大樹
71 赤羽由紘
【外野手】
0 並木秀尊
4 丸山和郁
23 青木宣親
25 サンタナ
024 岩田幸宏

【野手】		【投手】	
32 33 57 022 00 6 7 13	19 29 44 40 62 48 14 34	39 50 60 66 71 0 4 23	63 99 12 20 21 61 45 53
25 025	17 41 52 11 54		
早出 (6・7・33・39 外4)	8:30		
W-UP (室内)	9:30	W-UP (室内)	
CB	10:10	CB(陸上)	
シートノック	10:20	CB(メイン)	
ケースノック	10:35	BP準備	P (44・40・62) ケースノック
BT (メイン・室内)	11:10	バント・ティー	
BT (BP)	12:00	19 BP	コンディショニング
BT (メイン)	13:00	29	
コンディショニング	14:00	19	
ランチ	14:00	29	
ランチ	14:00	63	
ランチ	14:00	99	
BT (室内 7カ所)	15:00	63	ランチ
個別・WT	15:00	99	WT
	16:00	17	
		各5分×2	

【特打】 (コーチ指示)

【特守】 捕 (コーチ指示)

内 (コーチ指示)

外 (コーチ指示)



TEAM SWALLOWS 2023