

2015.11.17

安芸 秋季キャンプ

最終日

野手・16名

	中谷	隼太	江越	緒方	大和	上本	今成	荒木	森越	北條	陽川	原口	植田		梅野	小豆畑	岡崎	
	60	51	25	65	0	4	49	58	37	2	55	124	62		44	52	57	
10:00	W－UP													(MG)				
10:30	CB PG 投内連係																	
10:55	シートノック																	
11:10	内・外野別 ノック													ブルペン移動 コーチ指示				
11:30	BT				Tee				守備				走塁					
11:50	走塁				BT				Tee				守備					
12:10	守備				走塁				BT				Tee					
12:30	Tee				守備				走塁				BT					
12:50	グラウンド 周回 手締め																	

投手・12名

	岩 貞 17	藤 浪 19	秋 山 27	金 田 48	松 田 56	山 本 47	歳 内 26	石 崎 30	二 神 66	田 面 116	島 本 69	岩 崎 67
10:00	W-UP (MG)											
10:30	CB (MG)					CB (SG)						
10:45	投内連係 (MG)					投内連係 (SG)						
10:55	P回り 体幹・ドリル 強化ランニング 1000m×5本 (SG) Tee バント BT											
12:50	グラウンド 周回 手締め (MG)											