

2015・11・17 安芸 秋季キャンプ 最終日

野手・16名

投手・12名

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