

野手					投手																					
捕 25金澤・35寺嶋・99柿沼					20東條・27古谷・31田中・40島																					
内 6井口・9福浦・57香月・59細谷・68大木・70猪本					41成田・43黒沢・46岩下・51信楽																					
外 0荻野・1清田・2根元・38伊志嶺・62脇本・122管原					56原・60阿部・63種市・67金森・121安江																					
W-UP・強化トレーニング (ベースランニング・スパイク持参) 着替え					10:00	W-UP・強化トレーニング ・ 着替え																				
キャッチボール(ショートスロー)					11:20	キャッチボール (メインG)																				
シートノック フライ捕					11:30	<table border="1"> <tr> <td>40・63</td> <td>43・51</td> <td>20・31・41 46・56・60 67・121</td> <td>27</td> </tr> <tr> <td>P (牽制)</td> <td>TEE</td> <td>投内・牽制 (サブ)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>個別</td> <td>P (クイック/牽制)</td> <td>ノック</td> <td>ランニング 強化 (陸上競技場)</td> </tr> <tr> <td>TEE</td> <td>個別</td> <td>TEE</td> <td></td> </tr> </table>					40・63	43・51	20・31・41 46・56・60 67・121	27	P (牽制)	TEE	投内・牽制 (サブ)		個別	P (クイック/牽制)	ノック	ランニング 強化 (陸上競技場)	TEE	個別	TEE	
40・63	43・51	20・31・41 46・56・60 67・121	27																							
P (牽制)	TEE	投内・牽制 (サブ)																								
個別	P (クイック/牽制)	ノック	ランニング 強化 (陸上競技場)																							
TEE	個別	TEE																								
ランチ (特打6・9)					11:50																					
チーム打撃					12:35																					
BT廻り					13:05	ランチ																				
A 38・62・59	打	走	守	TEE (バント)	<table border="1"> <tr> <td>ノック</td> <td>ランニング 強化 (陸上競技場)</td> <td>CB</td> </tr> <tr> <td>ランニング 強化 (陸上競技場)</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>個別</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>個別強化 20・51・121</td> <td></td> <td>個別</td> </tr> <tr> <td>個別(コーチ指示) 20・31・40・41・46・51・56・63・121</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>					ノック	ランニング 強化 (陸上競技場)	CB	ランニング 強化 (陸上競技場)			個別			個別強化 20・51・121		個別	個別(コーチ指示) 20・31・40・41・46・51・56・63・121				
ノック	ランニング 強化 (陸上競技場)	CB																								
ランニング 強化 (陸上競技場)																										
個別																										
個別強化 20・51・121		個別																								
個別(コーチ指示) 20・31・40・41・46・51・56・63・121																										
B 2・57・70	TEE (バント)	打	走	守																						
C 0・1・68	守	TEE (バント)	打	走																						
D 35・25・99	走	守	TEE (バント)	打																						
個別練習					14:05																					
打撃	0・38・68																									
	捕	35																								
守備	内	59																								
	外	1・62																								
WT (個別終了後)	57・62・68				W, T																					
夜間練習各自					夜間練習各自																					