

野手		投手														
捕 25金澤・35寺嶋・99柿沼 内 6井口・9福浦・57香月・68大木・70猪本 外 0荻野・2根元 3角中・38伊志嶺・61三家・62脇本・66岡田・69肘井・122管原		27古谷・31田中・40島・41成田・43黒沢・岩下 51信楽・55スタンリッジ・56原・60阿部・63種市・67金森・121安江 ※一軍参加 15関谷・21内														
W-UP・強化トレーニング (ベースランニング無し) 着替え		10:00 W-UP・強化トレーニング ・ 着替え														
BT(コーチ指示)		11:10 キャッチボール (サブG)														
25・35・99 69・61 68・38 3・66 0・2 6・9 62・57		<table border="1"> <tr> <td>41・43・51 56・60・67 121</td> <td>46</td> <td>40・63</td> <td>15 21 55</td> <td>27・31</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">サーキット 個別</td> <td>個別</td> <td colspan="2">投内 (サブ)</td> <td rowspan="2">CB/P</td> </tr> <tr> <td>BP (10分)</td> <td colspan="2">ランニング サーキット (陸上競技場)</td> </tr> </table>		41・43・51 56・60・67 121	46	40・63	15 21 55	27・31	サーキット 個別	個別	投内 (サブ)		CB/P	BP (10分)	ランニング サーキット (陸上競技場)	
41・43・51 56・60・67 121	46	40・63	15 21 55	27・31												
サーキット 個別	個別	投内 (サブ)		CB/P												
	BP (10分)	ランニング サーキット (陸上競技場)														
ランチ		12:30 ランチ														
シート打撃(R有り) ※全員		13:10 <table border="1"> <tr> <td>シート (4打者×2set)</td> <td rowspan="4">ランニング サーキット (陸上競技場)</td> <td rowspan="4">ノック T打</td> <td rowspan="4">個別</td> <td>ランニング サーキット (陸上競技場)</td> </tr> <tr> <td>① 60 43</td> </tr> <tr> <td>② 51 121</td> </tr> <tr> <td>③ 41 56</td> </tr> <tr> <td>④ 67</td> <td>個別</td> </tr> </table>		シート (4打者×2set)	ランニング サーキット (陸上競技場)	ノック T打	個別	ランニング サーキット (陸上競技場)	① 60 43	② 51 121	③ 41 56	④ 67	個別			
シート (4打者×2set)	ランニング サーキット (陸上競技場)	ノック T打	個別	ランニング サーキット (陸上競技場)												
① 60 43																
② 51 121																
③ 41 56																
④ 67	個別															
個別練習		ランニング (陸上競技場) 個別														
打撃 68・69	個別強化															
捕 35・99	個別(コーチ指示) 31・40・41・46・51・56・63・121															
守備 内 コーチ指示	W, T															
外 0・62																
WT (個別終了後) コーチ指示																
夜間練習各自 35・57・62・68・69・99		夜間練習各自														