

2026年宜野湾春季キャンプ

2月3日 (火)

ホームユニフォーム/試合用キャップ



野手			投手	
A	B	C	A	B
10・2・25 51・7・99	00・9・26・44・56 4・28・55・58・61	5・50・60・95	13・19・27・54	11・12・20・22・24 30・35・39・42・49 53・62・64・98・115
M=メイングラウンド IN=室内練習場 B=ブルペン SB=サブグラウンド TM=多目的 WT=ウエイトルーム				
9:20	早出練習 (8:35-9:05) ※W-upはセルフ 打(IN) 5・44・4・55 守 内 (IN) 00・56 (SB) 9 外 (M) 61・95			
	All Staff MTG (9:20)			
	集合 (M : 9:55)			
10:00	ウォーミングアップ (M : 10:00-10:25)		ウォーミングアップ (TM : 10:00-10:20)	
	キャッチボール・ペッパー (M : 10:25-10:35)		キャッチボール (M : 10:20-10:35)	キャッチボール (TM : 10:20-10:35)
	PFP (M : 10:35-10:45)		PFP (M : 10:35-10:45)	PFP (SB : 10:35-10:45)
11:00	シートノック (M : 10:45-11:10)	To bullpen	移動・準備	
11:10	打撃回り (試合前形式) (M : 11:10-12:40)		コンディショニング : 15EURO (TM : 11:00-11:30)	
ピッチング (B : 11:00) 35・49 53・64				
ランチ				
コンディショニング 15EURO (TM)				
12:00			ランチ	
			投手プレーモデル説明 (IN) (12:30-13:00) (対象選手 : 12,13,19,22,24,27,30,35,39,45,115)	
13:00	コンディショニング : 15EURO (M : 12:50-13:10)		個別練習 or スクリーニング ※スクリーニング対象選手 (24・42・62・115) スクリーニングについてはAT指示	
13:30	ランチ			
14:00				
15:00	個別練習 (14:15-) 打 (M) 5・44・28・58 守 捕 (M) 50・95 内 (SB) 00・56 外 (M) 4・58			
16:00				
17:00				
捕手	5 松尾 汐恩 10 戸柱 恭孝 50 山本 祐大 60 古市 尊 95 九鬼 陵平		投手	0 J.デュブランティエ 11 東 克樹 12 竹田 祐 13 伊勢 大夢 19 山崎 康晃
内野手	0 林 琢真 2 牧 秀悟 9 京田 陽太 25 筒香 嘉智 26 三森 大貴			20 坂本 裕哉 22 入江 大生 24 吉野 光樹 27 藤浪 晋太郎 30 篠木 健太郎
	44 石上 泰輝 51 宮崎 敏郎 56 田内 真翔			35 橋本 達弥 39 若松 尚輝 42 A.コックス 45 森原 康平 49 J.ルイーズ 53 中川 颯
外野手	4 度会 隆輝 7 佐野 恵太 28 勝又 温史 55 井上 絢登			54 石田 裕太郎 62 S.レイノルズ 64 中川 虎大 98 H.マルセリーノ 115 馬場 卓輔
	58 梶原 昂希 61 蝦名 達夫 99 C.ヒュンメル			

