

2026年宜野湾春季キャンプ

2月14日 (土)

ホームユニフォーム



野手		投手	
A	ゲーム組	A	ゲーム組
10・25 51・7	5・50・60・95 00・9・26・44・56 4・28・58・61・67・99 32・34 (ゲーム参加)	0・11・12・13・19・20 22・42・49・53・54・62 64・115	24・27・30 35・39・98
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			
早出練習 なし			
8:15 All Staff MTG (8:10)			
集合 (M: 8:35)			
Self W-up	ウォーミングアップ (M: 8:40-9:00)		
	守備・走塁練習 打撃回り (最終組)	集合 (TM: 9:25)	
試合前打撃回り (M: 9:10-10:20)		Prep・EX (TM: 9:30-9:50)	
		CB (TM: 9:50-10:00)	
		コンディショニング (TM: 10:00-10:30)	
フリー	ランチ/ 試合準備	ランチ	集合 (TM: 10:25)
			Prep (TM: 10:30-10:50)
			CB (TM: 10:50)
	セカンドアップ (11:40) シートノック (11:50-12:00)		試合準備 27 GAME合わせ
	準備		
	12:30 D-M 宜野湾	個別練習 (IN・WT・B)	12:30 DB-M 宜野湾
	9.蝦名 6.石上 8.梶原 D.ヒュンメル 2.山本 4.京田 7.度会 5.田内 3.三森 P.藤浪		藤浪 ↓ 篠木 ↓ 若松 ↓ マルセリーノ (吉野・橋本)
個別練習 打 (M) 95・44・56・4 守捕 (M) 60 内 (SB) 00 外 (M) 28・58			
捕手	5 松尾 汐恩 10 戸柱 恭孝 50 山本 祐大 60 古市 尊 95 九鬼 隆平	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 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 49 J.ルイーズ 53 中川 遼
外野手	4 度会 隆輝 7 佐野 恵太 28 勝又 温史 58 梶原 昂希		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
	61 蝦名 達夫 67 濱 将乃介 99 C.ヒュンメル		

