

Tokyo Yakult Swallows

2/1~2/27 (休目 5,10,15,21) 2/22 (水) スケジュール

<参加メンバー>

【投手】	
12	石山泰稚
13	中尾輝
16	原樹理
19	石川雅規
24	星知弥
25	館山昌平
28	ブキャナン
29	小川泰弘
32	風張蓮
34	オーレンドルフ
35	菊沢竜佑
43	村中恭兵
44	岩橋慶侍
53	ルーキ
61	ギルメット
67	平井諒
68	山中浩史
70	近藤一樹
【捕手】	
30	西田明央
52	中村悠平
63	井野卓
【内野手】	
2	大引啓次
3	西浦直亨
10	荒木貴裕
33	畠山和洋
36	廣岡大志
40	グリーン
46	谷内亮太
【外野手】	
0	比屋根渉
4	バレンティン
31	山崎晃大朗
41	雄平
42	坂口智隆
50	上田剛史
91	鶴久森淳志

		【野手】							
		31	36	50	10	2	42	52	30
					0				
		3	41	91	46	33	40	63	4
		W-UP							
		CB (メイン)							
		シートノック							
BP		R1・3攻防							
113		ランチ							
		バッティング							
	BC	打	走	室 (橋内)		コー チ 指 示			
	52	守	打	走					
	36	室 (橋内)	守	打					
	67	走	室 (橋内)	守	打				
	35	特打 52 3 (104・112・114・丸山)							
	110	コンディショニング							
	115	個別練習							
		W.T A B							

		【投手】						
		13	24	16	70	19	12	35
		61	25	34	43	32	29	67
		53	28	44	68			
10:00		W-UP						
		CB (陸上)						
		R1・3攻防 (メイン)			各塁・牽制 (サブ)			
		P						BP準備
								35
								67
								35
		12 13 16 19 24 25						BP 6分
		32 43 44 53 61						
		バント ティー						
		ランチ						
		コンディショニング						
		個別練習						
		W.T A B						

目を覚ませ!

SNAP OUT OF IT 2017

Tokyo Yakult Swallows