



2022 春季キャンプ練習メニュー・スケジュール

<キャンプ期間> 2月1日～2月25日

- 【二軍監督】
88 池山隆寛
- 【チーフ兼守備走塁コーチ】
79 城石憲之
- 【投手チーフコーチ】
77 尾花高夫
- 【投手コーチ】
72 小野寺力
- 【打撃コーチ】
76 宮出隆自
85 畠山和洋
- 【外野守備走塁コーチ】
80 緒方耕一
- 【バッテリーコーチ】
87 福川将和
- 【育成コーチ】
95 土橋勝征(チーフ)
92 山本哲哉
- 【投手】
15 山下輝
18 寺島成輝
21 山野太一
26 坂本光士郎
28 吉田大喜
40 市川悠太
41 柴田大地
47 高橋奎二
52 近藤弘樹
53 長谷川宙輝
56 鈴木裕太
61 久保拓真
62 竹山日向
67 嘉手苅浩太
019 下慎之介
- 【捕手】
30 西田明央
32 松本直樹
022 松井聖
025 内山太嗣
- 【内野手】
00 奥村展征
5 川端慎吾
6 元山飛優
7 内川聖一
46 太田賢吾
55 村上宗隆
59 小森航太郎
- 【外野手】
8 中山翔太
42 坂口智隆
49 渡邊大樹
51 濱田太貴
024 岩田幸宏
- 【打撃投手兼スクリュー】
108 鮫島秀旗
- 【ブルペン捕手兼リポーターMG】
112 小山田貴雄
- 【ブルペン捕手兼育成担当補佐】
101 大村孟
- 【ファームディレクター】
宮本賢治
- 【育成担当】
武内晋一
- 【2軍マネージャー】
中澤雅人
- 【用具担当】
麻生知史
- 【アスレチックトレーナー】
阿部勝彦
小林宏平
馬場智志
篠塚信行
石田将之
鈴木秀紀
伊東優多
原田尚寛

2月15日(火)

ユニホーム

<ビジター>

早出練習 8:30～
32 022 8

投 手							
18	21	26	15	28	40	62	56
47	53		67	019			
W-UP							ト レ ー ナ ー 指 示
キャッチボール(サブ)							
投内(メイン)			サイドノック				
ランダウン(メイン)			ランナー				
サインプレー(室内)			サインプレー見学				
<ピッチング>							
P.18.67/コンディショニング							
昼食 (12 : 00～14 : 00)							
BT.バント.Tee							
個別練習							

9:30
10:10
10:35
11:00

トレ
ー
ナ
ー
指
示

野 手							
30	32	022	025	00	5	6	7
46	55	59	8	42	49	51	024
W-UP							
スパイクチェック(メイン)							
キャッチボール・ペッパ―(メイン)							
投内・ランダウン(メイン)							
サインプレー(室内)							
コンディショニング							
昼食 (12 : 00～14 : 00)							
<バッティング>							
BT 7.42) 76 5.55) 76 00.46) 85 8.49) 85 51.32) 87 022.025) 87							
個別練習							

9:30
10:10
10:20
10:35
11:00
11:45
12:15
13:10

Memo

特打	特守
32 8 49	46

