2026年11月17日　阪神タイガース秋季キャンプ　第4クール4日目

野手 15名

【捕手】　39榮枝・43町田・59藤田・85嶋村

【内野手】　00元山・9立石・25谷端・38小幡・45佐野・56百﨑・67高寺

【外野手】　32濱田・34岡城・92福島・120西

WT：39,00　　**早出特打**：59,9,25,38,67,32,120

早出特守：内：45,56 ・外：92,34 ・捕：43,85

W-UP　(MG)

ペッパー

CB

投内・サインプレー

シートノック

走塁練習

ランチ（特打：9・34）

BT回り

A	B
32・34・92・67・56・25・45・120	39・43・59・85・38・9・00

個別練習

打撃(MG)				守備								
				内		外			捕			
高寺	小幡	元山	嶋村	立石	谷端	岡城	福島	濱田	榮枝	町田	藤田	

ウェイト・ストレッチ

10:00

投手 14 名

【投手】

18伊原・19下村・30門別・44早瀬・47桐敷・48茨木・49工藤

50富田・51早川・54木下・63石黒・66津田・95神宮・122小川

W-UP　(MG)

メイン：B班	サブ
CB 投内・サインプレー	CB ドリル 投内

P回り

【強化コンディショニング】

体幹/ドリル/肩トレーニング

ランチ

強化ティー

個別組：A班・B班

ウェイト・ストレッチ