

2026年2月15日 阪神タイガース具志川キャンプ 第3クール5日目

野手 1 6 名		
【捕手】 39榮枝・43町田・57長坂・59藤田		
【内野手】 33糸原・45佐野・52山田・62植田・121戸井・130川崎		
【外野手】 34岡城・53島田・120西純・126福島・129山崎・134コンスエグラ		
W-UP		(MG)
スパイク走		
CB		
投内連係		
フライ捕		
シートノック		
部門別守備練習		
ランチ	【ライブBP：榮枝・福島・コン】	(BT:糸原・長坂)
BT回り		
山田・佐野・島田・西純	岡城・戸井・川崎・山崎	福島・コン・榮枝・町田・藤田
打撃	走塁	守備
守備	打撃	走塁
走塁	守備	打撃
(準備)		
野球教室		
ウエイトトレーニング 肩トレーニング		

10:00

投手 1 7 名	
【投手】 13岩崎・14岩貞・16西勇・19下村・26椎葉・28今朝丸・30門別 44早瀬・48茨木・55能登・64岡留・66津田・122小川・123松原 125伊藤稜・127神宮・132マルティネス	
W-UP (MG)	
(MG)	(SG移動)
岩崎・岩貞・今朝丸・能登・津田・小川	CB (SG)
CB 投内連係	投内連係/牽制
	P回り
【強化コンディショニング】 ランニング 体幹/ドリル/肩トレーニング	
ライブBP：西勇	
ランチ	
打撃練習 [ティー3種：20球 x 3 / バント・バスター・BT]	
強化練習/技術練習 A：下村・椎葉・今朝丸・門別・早瀬・茨木・能登・神宮・岡留・津田 小川・松原・伊藤稜・マル B：岩崎・岩貞・西勇	
野球教室	
ウエイトトレーニング	