2016 ファーム石垣春季キャンプ
2月17日

野手	投手
捕　25金澤・35寺嶋・122柿沼	18藤岡・19唐川・20東條・30伊藤・31田中
内　9福浦・10大松・63青松・57香月・121大木	34木村・40吉原・41成田・46岩下・48宮崎
外　3サブロー・4荻野・62脇本・69肘井	51信楽・56原・58高野・67金森

9:25	集合	集合
9:30	W－UP 別メニュー　3・9・25・63	W－UP
10:10	着替え	キャッチボール
10:20	BT回り（各20分） A4・10・121 B62・57 C35・69・122 打（103）／守・走／TEEバント TEEバント／打（110）／守・走 守・走／TEEバント／打	18・19・34・40 48・51・67 ／ 31・41 56・58 ／ 20・30 46 ゴロ捕球（サブ） ／ P 強化ランニング 強化 （陸上競技場） ランチ PT指示
11:10	ランチ （本球場）	
12:05	セカンドUP （本球場）	
12:15	シートノック （一、二軍合同）	
13:00	紅白戦（12イニング） 打順 1 00 2 37 3 69 4 10 5 50 6 57 7 53 8 62 9 4 62 4 57 37 50 69 53 00 （35・122） DH10	紅白戦 ① 19（2） ② 18（1） ③ 51（2） ④ 34（2） ⑤ 40（2） ⑥ 48（2） ⑦ 67（1） コーチ指示
		個別練習
	個別練習 （自主練習）	W，T
20:00	選手会ミーティング	選手会ミーティング