				開始前			キャッチ前			投入前			投げフォム前			ボアチェック前			初速測定			投げ〜ハス間			ハス〜ハス間			ハス〜ハーベー間			第子測定前			ハアー測定			投げ〜ハーベー間			ハーベー〜ハーベー間			投げ〜ハーベー〜ハーベー間			投げ〜ハーベー〜ハーベー〜ハーベー間			投げ〜ハーベー〜ハーベー〜ハーベー〜ハーベー間			投球前			投球後			投球前			投球後		
回	場所	対象予定	実施の有無	活動内容	合計時間	備考	活動内容	合計時間	備考	活動内容	合計時間	備考	活動内容	合計時間	備考	活動内容	合計時間	備考	活動内容	合計時間	備考	活動内容	合計時間	備考	活動内容	合計時間	備考	活動内容	合計時間	備考	活動内容	合計時間	備考	活動内容	合計時間	備考	活動内容	合計時間	備考	活動内容	合計時間	備考	活動内容	合計時間	備考	活動内容	合計時間	備考	活動内容	合計時間	備考	活動内容	合計時間	備考	活動内容	合計時間	備考	活動内容	合計時間	備考
1	外		×	ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
2	外	内野守備	×	ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
3	外	基礎走塁	○	ホル	0:00	8:30開始	ホル	0:00		ホル	7:00	7:30終了	ホル	0:00		ホル	0:00		捕球	3:00		捕球	3:00		ホル	0:00		捕球	3:00		ホル	0:00		捕球	3:00		捕球	3:00		捕球	3:00		捕球	3:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
4	外	内野基礎	○	ホル	0:00	8:30開始	ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	7:00	8:30開始	ホル	0:00		ホル	0:00		捕球	3:00		捕球	3:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
5	外	一塁守備	○	ホル	0:00		捕球前	5:00	8:30開始	捕球	2:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		捕球	3:00		ホル	0:00		捕球	3:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
6	外	捕球練習	○	ホル	0:00		捕球前	5:00		ホル	0:00		投球	4:00		捕球	3:00	8:30開始	ホル	0:00		ホル	0:00		捕球	3:00		捕球	3:00		捕球	3:00		捕球	3:00		捕球	3:00		捕球	3:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
7	外		○	捕球	1:00		捕球	1:00		ホル	0:00		ホル	0:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00	
8	外		×	ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
9	外	捕球Fo/Ho	○	捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		投球	1:00		捕球	1:00		捕球	0:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00	
10	外		○	ホル	0:00		捕球	1:00		捕球	2:00		投球	4:00		捕球	2:00	8:30スタート	捕球	3:00		ホル	0:00		ホル	0:00		捕球	3:00		捕球	3:00		捕球	3:00		捕球	3:00		ホル	0:00	8:30ホル	ホル	0:00	8:30ホル	ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
11	外		○	捕球	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		捕球前	5:00		捕球	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
12	外		×	ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	5:00	8:30ホル	ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
13	外		○	捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		投球	1:00		捕球	1:00		捕球	0:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00	
14	外		○	捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		投球	1:00		捕球	1:00		捕球	0:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00	
15	外	守備	×	ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	8:30開始	ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
16	外	外野守備Fo	○	捕球前Fo	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		投球	1:00		捕球	1:00		捕球	0:00		捕球前Fo	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00	
17	外		○	捕球前Ho	1:00		ホル	0:00	8:30開始	ホル	0:00	8:30スタート	投球	5:00		捕球	3:00		捕球	3:00		捕球	3:00		捕球	3:00		ホル	0:00		捕球前Ho	7:00	8:30ホル	捕球前Ho	7:00	8:30ホル	ホル	0:00		ホル	0:00		捕球	3:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
18	外		○	ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		捕球	5:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		捕球	7:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
19	外		×	ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
20	外		×	ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
21	外	ホルーハンドルでRo/Ho	×	ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
22	外	ホルーハンドルでFo/Ho/Ho	×	ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
23	外		○	捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		投球	1:00		捕球	1:00		捕球	0:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00	
24	外		○	ホル	0:00		捕球前	5:00	8:30開始	捕球	2:00		投球	5:00		捕球	3:00		捕球	3:00		ホル	0:00		捕球	3:00		捕球	3:00		ホル	0:00		捕球	3:00		捕球	3:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
25	外		○	ホル	0:00		捕球前	7:00	8:30開始	ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		捕球前	5:00	8:30ホル	ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
26	外		×	ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
27	外		○	捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		投球	1:00		捕球	1:00		捕球	0:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00	
28	外	実戦あり	○	捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		投球	1:00		捕球	1:00		捕球	0:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00	
29	外	実戦あり	×	ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	
30	外	外野基礎	○	捕球	1:00		ホル	0:00		捕球	1:00		投球	1:00		捕球	1:00		捕球	0:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00		捕球	1:00	
31	外		○	捕球	2:00		捕球前	5:00	8:30開始	捕球	2:00		投球	4:00		捕球	3:00	8:30スタート	捕球	3:00		捕球	3:00		捕球	3:00		捕球	3:00		捕球	3:00		捕球	3:00		捕球	3:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00		投球	5:00		ホル	0:00		ホル	0:00		ホル	0:00	