

葛南少年野球 野球教室 タイムスケジュール

コーチ	長崎、GG、吉永、小野、大橋、荒関、野々村、嶋田、勝
-----	----------------------------

日付/時間	2025年2月8日（土）8：00～14：00
開催場所	トラバース球場

時間	メニュー	担当	場所	備考
8:00	開会挨拶			
8:30	全体ウォーミングアップ		メインG	
-	4班に分け練習（ローテーション）30分回し			
9:00～9：30	①走塁練習	大橋、野々村	内野	
9：30～10：00	②投げ方について	長崎、小野	ライト側外野	
10：00～10：30	③室内バッティング	GG、嶋田、勝	室内練習場	
10：30～11：00	④守備練習	吉永、荒関	三塁側内野	
11：00～12：00	①②紅白戦/③④は昼食		メインG	1時間ゲーム
12：00～13：00	③④紅白戦/①②は昼食		メインG	1時間ゲーム
13:15	ベースランニングリレー		メインG	4班分け
～14：00	閉会挨拶			