



MAYO 2017

ACADEMÍA MIAMI MARLINS

DÍA 29 (31-05-2017)

7:30 Open cage:

Hoy ha habido un grupo de jugadores que han comenzado antes que los demás y han trabajado en el cage.

- Drill con gomas de bateo para no irse para adelante en la secuencia del swing
- Drill con máquina de elección sólo picheos buenos

7:40 Staff meeting los demás

-Hay tres bajas hoy en la academia, han votado a tres jugadores en los instantes antes del staff meeting.

- Plan de trabajo del día de hoy con 6 inning entre equipos de la academia.
- Se habla también del comienzo de la liga, preparativos, roster, posiciones, etc
- Plan de lesionados del día de hoy

8:10 Streching general

8:30 Programa de tiro corto infielders

8:35 Trabajo combinado:

Una parte de los infielders, los catchers y otra parte de los outfielders al cage:

- Drill con tee de estos día
- Drill slow motion con variantes
- Identificación de strike con slow motion

Los infielders restantes:

- Drill 3ª base, trabajo de orientación para tirar, tanto a 1ª como para doble play
 - *Buena recepción de la bola
 - *Realizar bien el fono
 - *Buen reemplazo de los pies
 - *La posición de los brazos

*La buena orientación hacia dónde se va a tirar

-Drill con short stop y segunda bases, lo mismo que con el tercera

-Son drill de orientación

Los catchers trabajo por separado después de batear

-Drill de bloqueos de pick off

-Meeting sobre circunstancias del juego

*Señas

*Trabajo con el manager y pitching coach

*Diferentes situaciones del juego

*Liderazgo

Los Outfielders restantes:

-Drill de posicionamiento de los pies en la arrancada para fildeo de fly

-Drill de fildeo de fly haciendo hincapié en lo anterior

9:15 Trabajo de orientación y swing B

-Drill Peper game de todos los jugadores de posición

9:30 Programa de tiro general

9:40 Juego a 6 inning entre dos equipos de la academia

9:45 suspendido el juego por lluvia intensa que ya no ha parado hasta las 14:00

10:00 Trabajo plan B

Los lanzadores preparados para lanzar en los innings al cage a realizar BPL

10:30 Meeting con todos los jugadores de posición sobre el comienzo de la liga el próximo sábado y la función de cada uno en cuanto a la ofensiva.

-Aplicación de lo aprendido en los entrenos

-Estar relajados y llegar a tiempo

-No pensar en el average, pensar en hacer el trabajo

-La función de cada bateador del Line Up, esté en la posición que esté.

13:50 Visita del responsable de la MLB a la academia de los Marlins

Entrevista sobre cómo me había ido, cómo me habían tratado, cómo me había sentido, qué había aprendido diferente, que más me había llamado la atención, la aplicación que le iba a dar a lo aprendido aquí, etc

Le he transmitido mi agradecimiento por todo, por el trato recibido y no tengo queja de nada, al revés.

Ha sido una grata experiencia y muy satisfactoria.