

2020年12月 マギーズ東京 スケジュール

- グループプログラムには無料で参加できます。ご自身に合ったプログラムを見つけるお手伝いをいたしますので、お問い合わせください。
- 現在、グループプログラムはすべてオンラインで開催しています（☆印がついています・要予約）

日	月	火	水	木	金	土
		センターオープン 10:00 - 16:00 1	センターオープン 10:00 - 16:00 2	センターオープン 10:00 - 16:00 3	センターオープン 10:00 - 16:00 4 ★リラクゼーション 10:30 - 11:30 ナイトマギーズ（江東区 18:00 - 20:00 委託事業）	5
6	センターオープン 10:00 - 16:00 7 ★ストレスマネジメント 10:30 - 11:30	センターオープン 10:00 - 16:00 8 ★ノルディック ウォーキング 10:30 - 11:30	センターオープン 10:00 - 16:00 9 ★食事や栄養のお話 14:30 - 15:30	センターオープン 10:00 - 16:00 10	センターオープン 10:00 - 16:00 11 ★リラクゼーション 10:30 - 11:30	12
13	センターオープン 10:00 - 16:00 14 ★ストレスマネジメント 10:30 - 11:30	センターオープン 10:00 - 16:00 15 ★脱毛・頭皮ケア 10:30 - 11:30	センターオープン 10:00 - 16:00 16	センターオープン 10:00 - 16:00 17 ★グリーンケアの集い 10:30 - 12:00	センターオープン 10:00 - 16:00 18 ★リラクゼーション 10:30 - 11:30 ナイトマギーズ（品川区 18:00 - 20:00 委託事業）	19
20	センターオープン 10:00 - 16:00 21 ★ストレスマネジメント 10:30 - 11:30	センターオープン 10:00 - 16:00 22	センターオープン 10:00 - 16:00 23 ★食事や栄養のお話 14:30 - 15:30	センターオープン 10:00 - 16:00 24 ★チャールズクラブ 10:30 - 11:30	センターオープン 10:00 - 16:00 25 ★リラクゼーション 10:30 - 11:30	26 オンライン オープン マギーズ 13:30-15:00
27	センターオープン 10:00 - 13:00 28 ★ストレスマネジメント 10:30 - 11:30	29	30	31		プログラムの 詳細はこちら

<https://maggiestokyo.org/calendar>

ご予約と お問い合わせ ■電話：03-3520-9913（平日：10時～16時）
■メール：soudan@maggiestokyo.org

※センターへのご来訪も、当面のあいだ事前連絡をお願いしています。