

2021年7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

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

ご予約と ■電話：03-3520-9913 (平日：10時～16時)

お問い合わせ ■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。