

2021年8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み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
1	2	3	4	5	6	7
センターオープン 10:00 - 16:00 ★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 ★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	センターオープン 10:00 - 16:00	センターオープン 10:00 - 16:00	センターオープン 10:00 - 16:00 ★リラクゼーション 10:30 - 11:30	
8	9	10	11	12	13	14
		センターオープン 10:00 - 16:00	センターオープン 10:00 - 16:00 ★スキンケア・メイク 10:30 - 12:00 ★食事や栄養のお話 14:30 - 15:30	センターオープン 10:00 - 16:00 ★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 ★リラクゼーション 10:30 - 11:30 ナイトマギーズ (江東区 委託事業) 18:00 - 20:00	
15	16	17	18	19	20	21
センターオープン 10:00 - 16:00 ★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	センターオープン 10:00 - 16:00	センターオープン 10:00 - 16:00 ★これからのわたしの ために①10:00 - 12:00	センターオープン 10:00 - 16:00 ★脱毛・頭皮ケア 10:30 - 11:30	センターオープン 10:00 - 16:00 ★リラクゼーション 10:30 - 11:30 ナイトマギーズ (品川区 委託事業) 18:00 - 20:00	
22	23	24	25	26	27	28
センターオープン 10:00 - 16:00 ★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	センターオープン 10:00 - 16:00	センターオープン 10:00 - 16:00 ★これからのわたしの ために②10:00 - 12:00 ★食事や栄養のお話 14:30 - 15:30	センターオープン 10:00 - 16:00 ★チャールズクラブ 10:30 - 11:30	センターオープン 10:00 - 16:00 ★リラクゼーション 10:30 - 11:30	オープン マギーズ 13:30 - 15:00
29	30	31	MAGGIE'S Tokyo		プログラムの 詳細はこちら https://maggiestokyo.org/calender/	
センターオープン 10:00 - 16:00 ★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	センターオープン 10:00 - 16:00				

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。