

2022年2月

マギーズ東京 グループプログラム

- 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予約が必要です (★印はオンライン、☆印は現地開催)

日	月	火	水	木	金	土
		1 ★10:00 - 12:00 これからのわたしのために ★14:00 - 15:30 ケアラーのための時間	2 ★10:30 - 11:30 脱毛・頭皮ケア	3	4 ★10:30 - 11:30 からだのリラクゼーション 夜間オープン18:00-20:00	5
6	7 ★10:30 - 11:30 ストレスマネジメント	8 ★10:00 - 12:00 これからのわたしのために ☆10:30 - 12:00 ノルディックウォーキング	9 ★14:30 - 15:30 食事や栄養のお話	10 ★10:30 - 12:00 グリーフケアの集い	11	12
13	14 ★10:30 - 11:30 ストレスマネジメント	15 ★10:00 - 12:00 これからのわたしのために ☆13:00 - 14:00 こころのリラクゼーション	16 ★10:30 - 12:00 スキンケア・メイク ★14:30 - 15:30 食事や栄養のお話	17 ★10:30 - 11:30 ノルディックウォーキング ★13:00 - 14:30 マギーズサークル	18 ★10:30 - 11:30 からだのリラクゼーション 夜間オープン18:00-20:00	19
20	21 ★10:30 - 11:30 ストレスマネジメント	22 ★10:00 - 12:00 これからのわたしのために	23	24 ★10:30 - 11:30 チャールズクラブ	25 ★10:30 - 11:30 からだのリラクゼーション ☆13:00 - 14:00 こころのリラクゼーション	26
27	28 ★10:30 - 11:30 ストレスマネジメント			プログラムの 詳細はこちら 		
				https://maggies-tokyo.org/calender/		

ご予約と お問い合わせ ■電話：03-3520-9913 (センターオープンは平日10時～16時)
 ■メール：soudan@maggies-tokyo.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。