

2020年9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
	 MAGGIE'S Tokyo	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 委託事業) 18:00 - 20:00	5
6	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 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 ★リンパ浮腫の教室 10:30 - 11:30 ★食事や栄養のお話し 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 ★Keep Smiling ～脱毛・頭皮ケア～ 10:30 - 11:30	センターオープン 10:00 - 16:00 15 ★Keep Smiling ～メイク・スキンケア～ 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	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	19
20	21	22	センターオープン 10:00 - 16:00 23 ★食事や栄養のお話し 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 - 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 29	センターオープン 10:00 - 16:00 30	プログラムの 詳細はこちら  		

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

<https://maggiestokyo.org/calender/>

※センターへのご来訪も、当面のあいだご予約をお願いしています。