

2021年3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 ★ストレスマネジメント 10:30 - 11:30	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 ★これからの わたしのために③ 10:00 - 12:00	3	センターオープン 10:00 - 16:00	4	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	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	7	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	8	センターオープン 10:00 - 16:00 ★これからのわたしの ために④ 10:00 - 12:00 ★食事や栄養のお話 14:30 - 15:30	9	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	センターオープン 10:00 - 16:00 ★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 ★ストレスマネジメント 10:30 - 11:30	14	センターオープン 10:00 - 16:00 ★スキンケア ・メイクアップ 10:30 - 12:00	15	センターオープン 10:00 - 16:00 ★これからの わたしのために⑤ 10:00 - 12:00	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 ★グリーンケアの集い 10:30 - 12:00	18	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	19	20
センターオープン 10:00 - 16:00	21	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 ★これからのわたしの ために⑥ 10:00 - 12:00 ★食事や栄養のお話 14:30 - 15:30	23	センターオープン 10:00 - 16:00	24	センターオープン 10:00 - 16:00 ★チャールズクラブ 10:30 - 11:30	25	センターオープン 10:00 - 16:00 ★リラクゼーション 10:30 - 11:30	26	27 オンライン オープン マギーズ 13:30 - 15:00
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	28	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 ★これからの わたしのために⑦ 10:00 - 12:00	30	センターオープン 10:00 - 16:00	31	  <p>プログラムの 詳細はこちら</p> <p>https://maggiestokyo.org/calender/</p>		 <p>MAGGIE'S Tokyo</p>		

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。