

2021年5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

2	3	4	5	6 センターオープン 10:00 - 16:00	7 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 18:00 - 20:00 委託事業)	8
9	10 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	11 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	12 センターオープン 10:00 - 16:00 ★食事や栄養のお話 14:30 - 15:30	13 センターオープン 10:00 - 16:00	14 センターオープン 10:00 - 16:00 ★リラクゼーション 10:30 - 11:30	15
16	17 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	18 センターオープン 10:00 - 16:00 ★これからの わたしのために① 10:00 - 12:00	19 センターオープン 10:00 - 16:00	20 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	21 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 18:00 - 20:00 委託事業)	22 オープン マギーズ 13:30 - 15:00
23	24 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	25 センターオープン 10:00 - 16:00 ★これからの わたしのために② 10:00 - 12:00	26 センターオープン 10:00 - 16:00 ★食事や栄養のお話 14:30 - 15:30	27 センターオープン 10:00 - 16:00 ★チャールズクラブ 10:30 - 11:30	28 センターオープン 10:00 - 16:00 ★リラクゼーション 10:30 - 11:30	29
30	31 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				← プログラムの 詳細はこちら https://maggiestokyo.org/calender/	

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。