

# Salle de sport

La salle de sport est à disposition de tous et peut être réservée de la même façon qu'une salle de réunion :



Titre

Heure de début mer. 12/05/2021 10:30  Journée entière  Fuseaux horaires

Heure de fin mer. 12/05/2021 11:00 [Rendre périodique](#)

Emplacement

Suggestions

-  Salle de réunion (grande) 🕒 Disponible 👤 1
-  Salle de réunion (petite) 🕒 Disponible 👤 1
-  Salle de sport 🕒 Disponible

 Parcourir avec la recherche de salles

Si vous avez besoin d'un peu d'inspiration pour votre séance de sport, vous pouvez consultez notre playlist "workout" sur le compte Youtube MCC :

<https://www.youtube.com/playlist?list=PL5lucAS589aaOD9y4uboufe4oSTE0YvKv>

N'hésitez pas à prendre qq minutes chaque jour dans la journée pour faire des étirements du dos, ce qui est toujours bénéfique pour des personnes comme nous qui travaillons assis derrière un bureau toute la journée, voilà ici une séance de 7 min :

<https://www.youtube.com/watch?v=MShkPyIfTU&list=PL5lucAS589aaOD9y4uboufe4oSTE0YvKv&ir>

Créé 12 May 2021 08:29:40

Mis à jour 28 September 2022 08:34:59