


# 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 :

Enregistrer & Fermer

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 consulter notre playlist "workout" sur le compte Youtube MCC :

<https://www.youtube.com/playlist?list=PL5IucAS589aaOD9y4uboufe4oSTE0YvKv>

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 travaillent assis derrière un bureau toute la journée, voilà ici une séance de 7 min :

<https://www.youtube.com/watch?v=MMShkPyIfTU&list=PL5IucAS589aaOD9y4uboufe4oSTE0YvKv&ir>

Cr   12 May 2021 08:29:40

Mis    jour 28 September 2022 08:34:59