

La pratique des activités physiques et sportives en France



*Résultats de l'enquête
menée en 2010
par le ministère en charge
des Sports et l'Institut National
du Sport, de l'Expertise
et de la Performance*



MINISTÈRE
DE LA VILLE,
DE LA JEUNESSE
ET DES SPORTS





Directeur de la publication : Jean-Benoît Dujol

Rédacteur en chef : Brahim Laouisset

Maîtrise d'œuvre de l'enquête : Brice Lefevre et Patrick Thiery

Rédaction des chapitres : Fabrice Burlot, Sondes Elfeki Mhiri,
Brice Lefevre, Emmanuel Lore, Damien Megherbi, Patrick Mignon,
Muriel Paupardin, Patrick Thiéry

Couverture : composition Nord Graphique

*Remerciements à l'ensemble des bureaux de la direction des sports
pour leur relecture attentive et leur coopération
dans les différents comités de pilotage et de suivi de l'enquête.*

Avant-propos

Le sport répond à de multiples enjeux de société, par sa fonction éducative, socialisatrice et intégratrice, sa capacité à créer des dynamiques collectives ou son impact en matière de santé publique.

La pratique sportive est, au plan individuel, un vecteur d'émancipation, d'insertion et d'amélioration de la santé et, au plan collectif, un facteur de cohésion nationale et d'amélioration de la santé publique. C'est pourquoi, il est important que l'ensemble des acteurs publics prennent en compte les activités physiques et sportives dans leurs politiques publiques. Le ministère de la Ville, de la Jeunesse et des Sports veille, pour sa part, à conduire sa politique de développement du sport pour tous.

Cette politique passe par une meilleure connaissance des publics qui pratiquent une activité sportive ou n'en pratiquent pas, et des différentes conditions dans lesquelles ces personnes exercent leurs activités, afin d'adapter les politiques publiques aux évolutions, tant en termes de disciplines que de modalités de pratique.

C'est dans cette optique que le ministère en charge des sports a diligenté en 2010 une enquête nationale sur la pratique sportive en France. Ses résultats permettront à l'ensemble des acteurs impliqués dans le développement du sport de mieux appréhender les besoins de nos concitoyens. Plusieurs études ont déjà été publiées, notamment les « premiers résultats de l'enquête » et « les disciplines les plus pratiquées ». Les résultats détaillés de l'enquête sont présentés dans l'ouvrage qui suit, avec le profil sociodémographique des pratiquants, les modalités de pratique et un panorama de l'ensemble des disciplines les plus pratiquées.

Cet ouvrage, le quatrième sur le thème de la pratique sportive, sera, j'en suis persuadé, mis à profit par tous les acteurs pour faire gagner en efficacité les politiques de développement du sport.

Patrick KANNER

*Ministre de la Ville,
de la Jeunesse et des Sports*

Sommaire

Chapitre 1 :	
Panorama général des pratiques physiques et sportives en France	p 6
Chapitre 2 :	
Profils socio-économiques des pratiquants d'activités physiques et sportives	p 21
Chapitre 3 :	
Les pratiques de marche : de la randonnée à la marche utilitaire	p 33
Chapitre 4 :	
Les pratiques de montagne estivales et hivernales	p 50
Chapitre 5 :	
Le cyclisme	p 63
Chapitre 6 :	
Les pratiques aquatiques	p 73
Chapitre 7 :	
Gymnastique, fitness et wellness	p 81
Chapitre 8 :	
Les activités de course à pied hors stade	p 90
Chapitre 9 :	
Le football et les sports collectifs	p 100
Chapitre 10 :	
Roller et skate, les sports urbains dominants	p 111
Chapitre 11 :	
Les accidents liés à la pratique des activités physiques et sportives	p 120
Chapitre 12 :	
Éléments de méthodologie de l'enquête	p 129

Chapitre 1

Les pratiques physiques et sportives en France : panorama général

Patrick THIERY

L'engouement pour les activités physiques et sportives en France ne se dément pas. Ainsi, début 2010, près de 65 % des personnes âgées de 15 ans et plus et résidant en France, soit au total 34 millions d'individus, ont pratiqué de manière soutenue une activité physique ou sportive (hors éducation physique et scolaire) lors des douze derniers mois précédant l'enquête, c'est-à-dire au moins une fois par semaine (tableau 1).

Parmi elles, celles qui ont une pratique intensive (plus d'une fois par semaine) représentent 43 % de la population de référence. Ces pratiquants n'exercent pas systématiquement leur activité dans une structure et ne font pas nécessairement des compétitions sportives. Ceux qui participent à des compétitions ne constituent qu'une part minoritaire : 8 % de la population des 15 ans et plus.

Les pratiquants réguliers, qui exercent une activité physique ou sportive (APS) une fois par semaine, représentent un peu plus d'un cinquième (22 %) de la population de référence et le font de manière autonome dans deux cas sur trois.

Une part importante des personnes interrogées déclare ne pratiquer qu'occasionnellement une activité physique ou sportive : ainsi, pour un individu sur cinq âgé de 15 ans et plus, la fréquence de la pratique est inférieure à une fois par semaine, voire une fois par mois.

Au total, 89 % des personnes âgées de 15 ans et plus ont déclaré au moins une APS, même occasionnelle, dans les douze mois ayant précédé l'enquête. Ce taux global comptabilise également les personnes ayant pratiqué uniquement pendant leurs vacances une activité physique ou sportive (5 %).

Il est à noter que la marche (balade de loisir, de détente ou utilitaire), à l'opposé des marches sportives, des randonnées pédestres ou en montagne, est pratiquée par un nombre important de personnes qui n'exercent aucune autre APS (12 % des 15 ans et plus).

Tableau 1 : Les différents niveaux de la pratique physique et sportive

	En % de la population des 15 ans et plus	En millions de personnes
Pratiquants intensifs d'une ou plusieurs activités physiques ou sportives (APS) ⁽¹⁾	43 %	22,4
<i>Dont pratiquants compétiteurs en clubs ou associations</i>	8 %	4,4
<i>Dont pratiquants compétiteurs hors clubs ou associations</i>	3 %	1,5
<i>Dont pratiquants non compétiteurs en clubs ou associations</i>	8 %	4,1
<i>Dont pratiquants non compétiteurs hors clubs ou associations</i>	24 %	12,4
Pratiquants réguliers d'une ou plusieurs APS ⁽²⁾	22 %	11,6
<i>Dont pratiquants en clubs ou associations</i>	8 %	4,0
<i>Dont pratiquants hors clubs ou associations</i>	15 %	7,6
Pratiquants d'une ou plusieurs APS non intensifs ⁽³⁾	20 %	10,4
<i>Dont pratiquants en clubs ou associations</i>	3 %	1,5
<i>Dont pratiquants hors clubs ou associations</i>	17 %	8,9
Personnes ayant pratiqué une APS exclusivement durant leurs vacances	5 %	2,4
Pratiquants dont la fréquence de pratique est indéterminée	< 1 %	0,3
Personnes ayant pratiqué une activité physique ou sportive au moins une fois dans l'année	89 %	47,1
<i>Dont personnes ne pratiquant que la marche ou balade loisir ou la marche utilitaire</i>	12 %	6,4
<i>Dont personnes ne pratiquant une activité physique ou sportive qu'à des fins utilitaires</i>	3 %	1,5

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

(1) plus d'une fois par semaine ; (2) une fois par semaine ; (3) moins d'une fois par semaine.

Note de lecture : on entend par compétiteurs des personnes qui participent à des compétitions officielles ou à des rassemblements sportifs.

Par ailleurs, près de 1,5 million de personnes de 15 ans et plus ne pratiquent une activité physique (marche, vélo ou vtt, moto) qu'à des fins strictement utilitaires (« utilitaires » exclusifs). C'est le plus souvent un choix, mais parfois une obligation, dans le cadre de déplacements domicile-travail ou domicile-école ou pour des raisons de santé. Les résultats présentés ci-après, relatifs aux modalités de pratique, ne concernent pas les personnes qui ne pratiquent que pendant leurs périodes de vacances. Elles font l'objet d'une étude séparée.

Une part majoritaire de pratiquants hors structures, et le plus souvent en dehors de tout encadrement

Plus des deux tiers des pratiquants ne sont pas adhérents d'une structure (association ou club privé marchand). Il est intéressant de noter que cette proportion est presque aussi élevée pour les pratiquants réguliers ou intensifs (respectivement 66 % et 62 %).

De plus, les pratiquants d'une APS n'ont recours à un moniteur, professeur, éducateur ou animateur pour l'exercice d'une ou plusieurs APS que dans 33 % des cas. En revanche, les individus adhérents à une structure ont une pratique encadrée dans près de 80 % des cas.

Près de 9 millions de titulaires d'une licence

La pratique institutionnelle se traduit généralement, pour les personnes inscrites au sein d'un club affilié à une fédération sportive agréée, par la possession d'une ou plusieurs licences (y compris les autres titres de participation qui sont des adhésions ponctuelles et temporaires). L'enquête menée en 2010 évalue à un peu moins de 11 millions le nombre de licences détenues par environ 9 millions de licenciés âgés de 15 ans et plus, soit un taux de licences de 20,2 % sur la population des 15 ans et plus. Rappelons que l'ensemble des titres (licences et autres titres de participation) délivrés en 2009, tous âges confondus, s'élève à 17,3 millions (source : recensement auprès des fédérations sportives agréées par le ministère en charge des sports).

La compétition, signe d'un engagement fort

La participation à des compétitions officielles ou à des rassemblements sportifs est le fait d'un peu plus de 9 millions de personnes, soit 20 % de l'ensemble des pratiquants. Ces personnes sont majoritairement (67 %) affiliées à une structure, et leur pratique est le plus souvent encadrée (6 pratiquants sur 10).

La nature, lieu privilégié des expériences sportives

En lien direct avec les disciplines les plus pratiquées, que sont la marche, le vélo, la course et la natation, les lieux de pratiques cités par l'ensemble des personnes enquêtées sont majoritairement des lieux de nature : forêt, bois, mer, lac, montagne et campagne. Ce constat est encore plus marqué si l'on s'intéresse aux « pratiquants vacanciers ».

Marcheurs et vacanciers : des pratiquants bien spécifiques

Les marcheurs et les « utilitaires » exclusifs, qui ne pratiquent aucune autre activité, ainsi que les personnes qui ne font du sport qu'en vacances, constituent des sous-populations particulières. Ils pèsent de manière conséquente sur le taux de pratique globale (tableau 1).

Les marcheurs et les « utilitaires » exclusifs pratiquent le plus souvent de manière intensive (respectivement 64 % et 81 % d'entre eux), et ne font quasiment jamais partie d'une structure sportive publique ou privée. Les personnes qui ne pratiquent une APS que pendant leurs vacances le font très occasionnellement et s'adonnent à des disciplines le plus souvent qualifiées de loisir ou de détente (marche, vélo, natation ou baignade).

Des différences sociales marquées

Le rapprochement entre les caractéristiques sociales des personnes et les différentes formes d'investissement et d'institutionnalisation de la pratique (tableau 2) confirme l'existence d'un lien entre le profil social des personnes et leurs pratiques. Ainsi, l'âge, le sexe, le revenu, le plus haut diplôme possédé et la catégorie socioprofessionnelle sont des facteurs discriminants dans la relation qu'entretiennent les individus avec l'activité physique ou sportive.

Les hommes se déclarent un peu plus souvent pratiquants (91 %) que les femmes (87 %). Cet écart serait même beaucoup plus important si l'on excluait certaines pratiques périphériques (pratique exclusive de marche ou d'activités utilitaires). En moyenne, les hommes pratiquent de manière plus intensive : 46 % d'entre eux font une APS plus d'une fois par semaine, tandis que cette proportion est de 40 % chez les femmes. La différence la plus marquée concerne le niveau de participation à des compétitions ou manifestations sportives : un peu plus d'un homme sur quatre participe à de tels événements, alors que l'on compte seulement une femme sur dix.

En revanche, les femmes ont plus souvent recours à un encadrement, à l'instar d'autres pratiques culturelles.

Tableau 2 : Niveau d'engagement selon le profil social (en %)

PROFIL SOCIAL	déclaration de pratique	pratique intensive (plus d'une fois par semaine)	association ou structure privée	pratique encadrée	compétition ou manifestation
SEXE					
femme	87	40	26	32	10
homme	91	46	28	24	26
AGE					
de 30 à 49 ans	92	39	28	29	19
50 ans et plus	84	44	18	17	9
DIPLÔME					
sous le bac	86	42	21	23	14
bac ou équivalent	92	45	35	37	23
plus du bac	96	44	36	38	22
REVENU MENSUEL					
1 500 euros et moins	83	40	17	20	11
de 1 501 à 3 000 euros	92	42	28	29	18
plus de 3 000 euros	97	48	39	40	27

PROFIL SOCIAL	déclaration de pratique	pratique intensive (plus d'une fois par semaine)	association ou structure privée	pratique encadrée	compétition ou manifestation
CATÉGORIE SOCIOPROFESSIONNELLE					
agriculteur exploitant (*)	87	31	14	14	10
artisan, commerçant, chef d'entreprise (*)	90	34	26	24	19
cadre et profession intellectuelle supérieure	97	44	38	37	27
employé	90	38	24	28	13
ouvrier	92	40	24	21	23
retraité	84	47	17	16	8
autres inactifs	87	44	32	40	22
TAILLE D'UNITÉ URBAINE					
moins de 2 000 habitants	89	39	24	24	17
de 2 000 à 100 000 habitants	88	44	26	27	19
plus de 100 000 habitants	90	44	29	31	16
ENSEMBLE	89	43	27	28	17

Source : enquête pratique et physique 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans ou plus.
 Guide de lecture : 87 % des femmes déclarent pratiquer une activité physique ou sportive, et 40 % des femmes le font de manière intensive.
 (*) effectifs faibles dans l'échantillon.

L'âge est également très déterminant. Si les seniors (50 ans et plus) continuent à avoir une pratique intensive (44 %) comparable à celle de l'ensemble de la population, ils pratiquent beaucoup moins souvent au sein d'une structure (18 %) ou de manière encadrée (17 %). Ils participent également peu à des compétitions ou manifestations sportives (9 %). A l'opposé, presque la moitié des 15-29 ans est inscrite dans une structure privée ou associative, a une pratique encadrée et près d'un tiers de cette tranche d'âge s'engage dans des compétitions ou des rassemblements.

Les cadres ou professions intellectuelles supérieures, ainsi que les professions intermédiaires, ont des taux de pratique d'activités physiques ou sportives globalement plus élevés que ceux des autres catégories socioprofessionnelles. Les niveaux de diplôme et de revenu, notamment, sont des caractéristiques sociales qui impactent la fréquence de la pratique physique et sportive. Chez les diplômés de l'enseignement supérieur et les personnes aux

revenus les plus hauts, on observe les taux de pratique les plus forts (au moins 96 %), et l'écart avec les autres catégories de la population serait encore plus important si on excluait les activités périphériques. Ces personnes sont deux fois plus souvent inscrites dans une structure ou encadrées pour leur activité (près de 40 %) que les pratiquants ayant les plus faibles revenus ou les plus bas niveaux de diplôme (à peine 20 %). Leur taux de participation à des compétitions ou à des manifestations sportives est aussi bien plus élevé (environ 25 %).

Santé et bien être, sociabilité et contact avec la nature, principales motivations des pratiquants

Les raisons qui poussent les individus à pratiquer une APS peuvent être globalement réparties en quatre grandes catégories (tableau 3). Arrivent largement en tête les motifs liés à la santé, à la sociabilité (rencontre avec les autres, plaisir d'être avec ses proches, la détente) et le contact avec la nature.

Les motivations ayant trait à des caractéristiques plus physiques de la pratique sont moins souvent citées, le risque, la compétition et la performance arrivant en queue de peloton.

Ce diagnostic global est à relativiser en fonction des disciplines pratiquées, comme on le verra dans les chapitres consacrés aux principales familles d'activités. Ainsi, les coureurs (jogging et footing) privilégient plus souvent les sensations, l'engagement et la dépense physique et l'amélioration de leurs performances. Ils se retrouvent aussi et encore plus que l'ensemble des pratiquants sur les aspects de convivialité et de santé. Le footballeur, quant à lui, est plus souvent motivé par les aspects physiques, ainsi que par la compétition et la performance qui globalement sont assez peu citées (20 % tous pratiquants confondus contre 55 % des footballeurs).

Tableau 3 :

Motivations des pratiquants	en % des pratiquants
Santé, bien être	
Etre bien dans votre peau	94
La santé	90
L'exercice, l'entretien	84
Convivialité et...	
La détente	93
Le plaisir	91
Le plaisir d'être avec vos proches	85
La rencontre avec les autres	65

Motivations des pratiquants	en % des pratiquants
Le contact avec...	
la nature	81
Motivations physiques	
la dépense physique	77
L'engagement physique	58
Les sensations	54
L'amélioration des performances	44
La gagne, la compétition, la performance	21
Le risque	16
Autres motifs	6

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

L'influence des parents et des conjoints sur la pratique sportive

L'influence des parents et des conjoints en matière de pratique sportive, ce que l'on va appeler la « sportivité » des parents ou des conjoints est intéressante à étudier. Y-a-t-il un lien entre le fait de pratiquer une APS et le fait que ses parents aient été ou soient encore sportifs ou que le conjoint soit sportif ?

Il n'est pas aisé de répondre à cette question. Des paramètres strictement personnels au pratiquant peuvent influencer son choix de faire du sport. Néanmoins, au vu des réponses aux questions posées sur ce thème (tableau 4), une tendance se dégage.

Globalement, pour l'ensemble des pratiquants d'une APS, un peu moins de 20 % des mères des pratiquants sont ou étaient sportives ou très sportives. Par contre, les pères des pratiquants sont ou étaient sportifs ou très sportifs pour un peu plus de 42 % d'entre eux. Ce serait donc plutôt le comportement du père en matière sportive, plus que celui de la mère, qui pourrait pousser une personne vers la pratique d'une APS. On peut aussi s'interroger sur l'influence du conjoint : un peu moins de la moitié des conjoints des pratiquants d'une APS (47 %) sont eux aussi sportifs.

Si l'on compare ces informations à la sportivité des parents et des conjoints des non-pratiquants d'une APS, on constate que pour ces derniers, les parents et les conjoints sont nettement moins sportifs que pour les pratiquants. On peut raisonnablement émettre l'hypothèse d'un lien positif entre le fait de pratiquer une APS et le fait que ses parents ou son conjoint soient ou aient été sportifs.

Tableau 6 :
Sportivité des parents et des conjoints des pratiquants et des non-pratiquants d'une APS

	Pratiquants	Non-pratiquants
Mère pas sportive	81 %	91 %
Mère sportive	16 %	8 %
Mère très sportive	3 %	1 %
Père non sportif	59 %	77 %
Père sportif	32 %	18 %
Père très sportif	9 %	5 %
Conjoint pas sportif	53 %	72 %
Conjoint sportif	39 %	24 %
Conjoint très sportif	8 %	4 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) âgées de 15 ans et plus.

Lecture : 16 % des pratiquants d'une ou plusieurs APS ont ou avaient une mère sportive et 72 % des non pratiquants ont un conjoint non sportif (dans le cas où ils en ont un).

Les non-pratiquants et les pratiquants très occasionnels ont un profil spécifique. Plus âgés en moyenne que les pratiquants (43 % d'entre eux ont 65 ans et plus), avec des revenus plus modestes, les non-pratiquants sont aussi majoritairement des femmes (tableau 5). Ils invoquent en premier lieu leur âge et des problèmes de santé comme cause de leur non-pratique.

Pour les plus jeunes, les contraintes familiales et professionnelles arrivent en tête des raisons citées. Viennent ensuite le coût des activités, des matériels sportifs et l'éloignement des équipements. Le manque d'intérêt pour le sport est aussi souvent évoqué (tableau 6).

Tableau 5 : Signalétique des non pratiquants d'une APS en % des non pratiquants

PROFIL SOCIAL	Profil des non pratiquants
SEXE	
femme	61
homme	39
AGE	
de 15 à 29 ans	12
de 30 à 49 ans	23
50 ans et plus	65
DIPLÔME	
sous le bac	80
bac ou équivalent	12
plus du bac	8

PROFIL SOCIAL	Profil des non pratiquants
REVENU	
1 500 euros et moins	59
de 1501 à 3 000 euros	34
plus de 3 000 euros	7
CATÉGORIE SOCIOPROFESSIONNELLE	
agriculteur exploitant (*)	1
artisan, commerçant, chef d'entreprise (*)	2
cadre et profession intellectuelle supérieure	2
profession intermédiaire	6
employé	15
ouvrier	10
retraité	39
autres inactifs	25
TAILLE D'UNITÉ URBAINE	
rural	26
de 2 000 à 100 000 habitants	34
plus de 100 000 habitants	40

Source : enquête pratique et physique 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans ou plus.

Guide de lecture : 39 % des non pratiquants sont des retraités.

(*) effectifs faibles dans l'échantillon.

RAISONS DE LA NON-PRATIQUE	en % des non pratiquants
Vous avez des problèmes de santé	51
Vous avez d'autres centres d'intérêt	42
Vous n'avez plus l'âge de pratiquer de sports	36
Je n'aime pas ou je n'ai jamais aimé ça	31
Vous êtes arrivés à saturation	26
Vous avez des contraintes familiales	25
Le coût des équipements est trop élevé	24
Le coût de l'inscription est trop élevé	23
Les activités proposées sont inadaptées pour votre niveau sportif	22
Les équipements sont trop éloignés	22
Le coût de la licence est trop élevé	19

RAISONS DE LA NON-PRATIQUE	en % des non pratiquants
Vous avez abandonné à cause d'une blessure	17
Vous ne connaissez personne avec qui pratiquer le ou les sports	16
Vous êtes insatisfait de l'ambiance qui règne dans les clubs	12
Personne n'est là pour vous apprendre ou vous guider	11
Le fonctionnement des clubs, des associations, est trop rigide	10
On pousse trop à la compétition	9
Vous avez atteint votre niveau maximum et vous vous ennuyez	8
Vous attendez ou venez d'avoir un enfant	6
Il n'y a pas assez de compétitions	4

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Plus de la moitié des non-pratiquants a cependant exercé une APS dans le passé en dehors du sport obligatoire à l'école.

Les pratiquants très occasionnels (5 % de l'ensemble des pratiquants), c'est-à-dire les personnes qui pratiquent moins d'une fois par mois, pourraient être considérés de prime abord comme proches des non pratiquants quant à leur profil socio-économique.

En fait, en dehors d'une surreprésentation des femmes que l'on constate dans ces deux catégories, les pratiquants très occasionnels présentent un profil particulier éloigné de celui du non-pratiquant et quelque peu différent du profil moyen du pratiquant d'une APS.

Ces personnes sont plutôt jeunes : 70 % d'entre elles ont moins de 50 ans. Elles sont relativement plus nombreuses dans la tranche d'âge 30-50 ans (45 %) que l'ensemble des pratiquants d'une APS (36 %).

Les pratiquants très occasionnels sont globalement plutôt diplômés. La part des diplômés de l'enseignement supérieur est un plus élevée chez eux que chez l'ensemble des pratiquants (26 % contre 22 %). De même, ils sont plus présents dans les catégories socioprofessionnelles intermédiaires (20 % contre 14 %).

Ils déclarent les mêmes activités physiques et sportives que les autres pratiquants (marche, natation, vélo, pétanque, gymnastique, ski, jogging et footing) et leur pratique occasionnelle ne se concentre pas sur une seule activité mais sur plusieurs, avec une fréquence d'une ou deux fois au plus dans l'année.

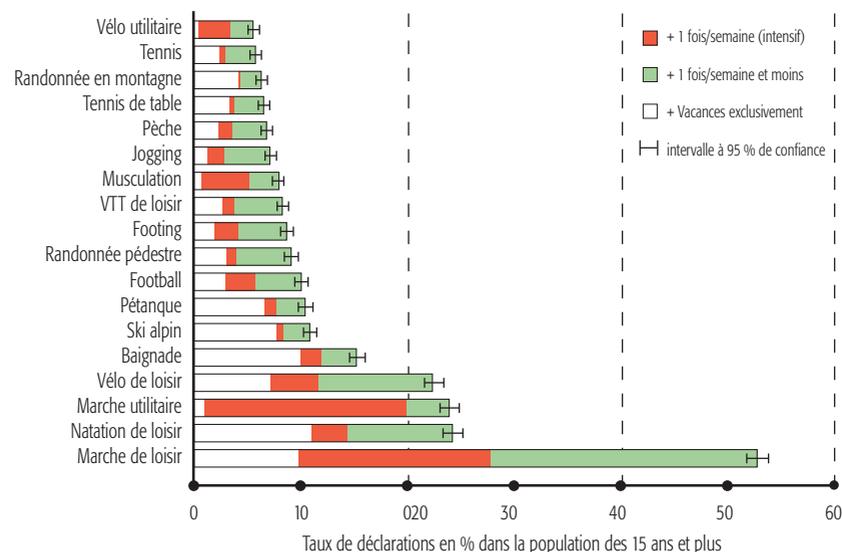
Forte prépondérance de la marche, de la natation, du vélo, du jogging et du footing

En 2010, le palmarès des activités physiques et sportives les plus pratiquées en France est très voisin de ceux observés dans les précédentes enquêtes nationales menées en 2000 et 2003. En tête des activités physiques ou sportives pratiquées par plus de 5 % des personnes âgées de 15 ans et plus, arrivent la marche, la natation, le vélo et le jogging-footing qui se détachent nettement (*graphique 1*).

L'activité « marche » dans toutes ses déclinaisons (marche loisir, marche utilitaire, randonnée pédestre ou en montagne...) occupe une place majeure. Son poids dans la pratique des APS est conséquent.

Le football arrive en tête des sports collectifs de ballon, avec un taux de pratique de 10 %, confirmant l'engouement pour ce sport médiatique.

Graphique 1 : Les activités physiques et sportives les plus déclarées



Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

Note de lecture : les APS ont été reprises telles qu'elles ont été déclarées. Sur l'ensemble des activités recensées, ont été retenues les 18 activités citées par plus de 5 % des répondants. Sont aussi graphiquement représentées la pratique exclusive en vacances et la pratique intensive (plus d'une fois par semaine). L'intervalle de confiance, représenté pour chaque taux de pratique par un trait noir, indique l'intervalle de pourcentages dans lequel se situe le pourcentage réel, avec 95 % de certitude.

En marge des APS traditionnelles, il faut souligner que plus de 10 % des personnes âgées de 15 ans et plus déclarent pratiquer une activité physique à l'aide d'un simulateur en association avec leurs autres disciplines pratiquées. Il est légitime de se poser la question de la pertinence de la prise en compte de ces pratiques censées simuler telle ou telle discipline sportive dans une enquête sur la pratique physique et sportive.

Au-delà de l'aspect purement physique qui semble ne pas être absent des simulateurs, des études anglo-saxonnes se sont intéressées au fait que ces « jeux » pourraient être propices à stimuler l'intérêt pour le sport, en particulier des jeunes adeptes, et à les entraîner vers une pratique effective.

Par ailleurs, ce serait aussi une manière de maintenir une certaine activité physique chez les seniors. Il est important de souligner qu'aucun des pratiquants recensés dans l'enquête ne l'est qu'au seul titre de la pratique d'un simulateur d'activité physique ou sportive.

Une grande diversité de pratiques

Le mode de questionnement retenu en 2010, proche de celui de l'enquête 2000, est basé sur la libre déclaration des personnes interrogées qui ont pu citer l'ensemble des activités qu'elles considéraient comme physiques et sportives avec leur propre vocabulaire. On aboutit ainsi à une grande diversité d'activités physiques ou sportives citées.

Des plus pratiquées comme la marche, le vélo, le ski alpin, la natation ou encore le tennis aux moins répandues, comme le ski-joering ou le trek, c'est près de 280 disciplines physiques ou sportives qui sont recensées en 2010.

La marche, la nage et le vélo en tête du palmarès des familles d'activités

Nombre de ces disciplines au niveau le plus fin, avec des libellés différents, sont proches les unes des autres de part leur nature et leur mode de pratique. Il est donc utile de les regrouper en familles d'activités. Par ailleurs, certaines activités sont trop peu citées pour permettre une étude statistique fine pertinente. Les regrouper avec d'autres APS ressemblantes facilite l'analyse. Les regroupements ont été effectués de manière à permettre la comparaison avec ceux de l'enquête 2000. 38 familles d'activités ont pu être identifiées en 2010. Un répondant a été classé dans une famille à partir du moment où il a cité au moins une activité appartenant à cette famille.

Seules les 14 familles concernant au moins 5 % de la population sont présentées ici (tableau 7). La hiérarchie des familles d'activités, en termes de taux de pratique, est logiquement cohérente avec les taux de déclaration des activités observées au niveau le plus fin, traduisant en particulier l'engouement de la population pour les sports de nature et les activités d'entretien physique.

Tableau 7 : Les familles d'activités et activités les plus déclarées en 2010

Familles d'activités et activités	Taux 2010 (en %)	En millions de personnes
Marche/balade, randonnée, trekking)	68	35,6
Nage (baignade, natation, plongée, water-polo)	40	21
Vélo (vélo/cyclisme, VTT, BMX)	33	17,4
Gymnastique (du wellness/fitness sportive hors à la gymnastique musculation)	19	9,8
Course hors stade (footing/jogging, marathon jusqu'au trail)	18	9,7
Ski (ski alpin, ski de fond, ski de randonnée ou snowboard)	13	6,9
Sports de boules (pétanque/jeu de boules, billard ou encore bowling)	13	6,8

Familles d'activités et activités	Taux 2010 (en %)	En millions de personnes
Football	10	5,4
Musculation	8	4,3
Tennis de table	7	3,9
Danse	7	3,7
Pêche	7	3,7
Sports mécaniques (auto et moto)	6	3,4
Tennis	6	3,1

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

Note de lecture : 68 % des répondants déclarent au moins une activité de la famille de la « marche » au cours des 12 derniers mois, même occasionnellement y compris pendant les vacances, soit 35,6 millions de personnes.

Trois grandes familles d'activités se distinguent. La marche, regroupant un large spectre d'activités, de la marche utilitaire au trekking, concerne deux personnes sur trois. Avec deux individus sur cinq, la famille de la nage – de la baignade ou plongée à la natation sportive – arrive en deuxième position. Le vélo, sous toutes ses formes, n'est pas en reste avec une personne sur trois concernée.

Avec presque un individu sur cinq, apparaissent la gymnastique (du « wellness » jusqu'à la gymnastique sportive en passant par le fitness hors musculation) ainsi que la course hors stade (du jogging, footing, marathon au trail). Avec un peu plus d'une personne sur dix, viennent ensuite des familles d'activités plus souvent pratiquées en vacances, comme le ski (ski alpin, ski de fond ou surf) et les sports de boules (de la pétanque au bowling). Le football, quant à lui, concerne une personne sur dix. Enfin, avec moins de 10 % de pratiquants dans la population, deux sports de raquettes sont à signaler, le tennis et le tennis de table.

A un niveau de déclaration similaire, se démarquent également la musculation, la pêche, la danse et les sports mécaniques (auto et moto).

Des progressions significatives de certaines pratiques de 2000 à 2010

Afin de pouvoir confronter les résultats des deux enquêtes réalisées en 2000 et 2010, une comparaison a été effectuée à champ identique (population âgée de 15 à 75 ans), à structure sociale constante et à mode de questionnement similaire. Notamment, n'ont pas été pris en compte dans les deux enquêtes les pratiques utilitaires.

Globalement, et sous les réserves méthodologiques précisées ci-dessus, la pratique physique et sportive des personnes âgées de 15 à 75 ans, même occasionnelle, a légèrement progressé entre 2000 et 2010, passant de 83 % à 88 %. L'affiliation à une association sportive ou à une structure privée a légèrement augmenté en 10 ans et s'est établie à 27 % de la population des 15 à 75 ans. La part des personnes de 15 à 75 ans qui ne pratiquent que la

marche de détente et de loisir reste constante entre 2000 et 2010, de l'ordre de 11 %. Sur les 35 familles d'activités identifiées comme comparables en 2000 et 2010, seules les 14 familles et activités qui touchent au moins 5 % de la population en 2000 ou en 2010 sont étudiées (tableau 8).

Tableau 8 : L'évolution des familles d'activités et activités les plus déclarées de 2000 à 2010

Familles d'activités et activités	Taux 2000	Taux 2010	Evolutions
Marche	45	57	+ 12 points
Nage	31	41	+ 10 points
Course hors stade	14	20	+ 6 points
Gymnastique	12	17	+ 5 points
Sports mécaniques	1	6	+ 5 points
Vélo	27	32	+ 5 points
Danse	2	7	+ 5 points
Tennis de table	5	8	+ 3 points
Musculation	6	8	+ 2 points
Ski	11	13	+ 2 points
Football	10	12	+ 2 points
Pêche	7	9	+ 2 points
Sports de boules	14	13	non significatif
Tennis	8	6	- 2 points

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS et enquête MJS/INSEP 2000.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans à 75 ans.

Note de lecture : dans les regroupements effectués pour cette comparaison, les pratiques utilitaires de toute nature sont exclues.

En 2000, 45 % des personnes interrogées ont déclaré au moins une activité de la famille de la marche au cours des 12 derniers mois, même occasionnellement y compris durant les vacances. C'est le cas pour 57 % des répondants de l'enquête 2010.

L'augmentation de la pratique concerne la quasi-totalité des 14 familles d'activités étudiées, soulignant un investissement globalement supérieur dans les APS. Douze d'entre elles progressent, une est stable et une est en léger retrait. Les deux plus fortes progressions, d'approximativement 10 points entre 2000 et 2010, sont le fait des deux familles les plus importantes que sont la marche (hors marche utilitaire) et la nage. Les autres hausses notables se situent à environ + 5 points. Il faut tout d'abord noter l'essor des sports mécaniques (auto et moto, hors utilitaire) et de la danse, famille d'activités peu présentes en 2000. Parmi les familles déjà bien classées en 2000 en termes de taux de pratique, on relève la progression du vélo (hors utilitaire), de la course ainsi que de la gymnastique. Avec une légère augmentation, se dégagent des familles d'activités aussi diversifiées que le ski, le football, la pêche, le tennis de table et la musculation. Les seules qui ne progressent pas sont les sports de boules, qui stagnent, et le tennis dont la pratique est en léger retrait.

Parmi l'ensemble des regroupements d'activités effectués, les plus importants en termes de nombre de pratiquants tels la marche, la natation, le vélo, le football, la gymnastique fitness / wellness et les courses hors stade font l'objet de chapitres spécifiques.

Les pratiques émergentes

Pour conclure cette présentation générale de l'enquête pratique physique et sportive 2010, il est légitime de s'interroger sur l'apparition de pratiques nouvelles dans les 10 ou 15 dernières années. L'exercice est difficile. La taille de l'échantillon de l'enquête 2010, bien qu'ayant été étoffé par rapport à celui de l'enquête 2000, ne permet pas d'identifier des disciplines très peu répandues et inversement, la taille de l'échantillon 2000 était trop petite pour balayer l'ensemble des pratiques existantes.

Néanmoins, il est possible d'identifier quelques pratiques d'implantation récente en France. Ainsi, l'accrobranche (parcours sécurisé dans les arbres) qui apparaît dans le début des années 90, prend son essor en France dans les années 2000. La marche nordique, discipline venue des pays scandinaves et qui combine la marche et l'utilisation de bâtons propulseurs, devient visible dans le milieu des années 2000. Des pratiques hybrides mixant des disciplines existantes apparaissent, telles le trail et l'ultra-trail (combinaison de course à pied et de randonnée), le jorkybal (mélange de football et de squash) ou le speedminton (variante du badminton).

La patinette constitue un cas spécifique. A l'origine une distraction enfantine, la patinette devient à la mode à la fin des années 90 chez les adultes pour constituer une activité physique avec une orientation utilitaire. Ces pratiques que l'on peut qualifier d'émergentes présentent des taux de pratique ne dépassant pas 0,3 % de la population des 15 ans et plus.

Chapitre 2

Profils socio-économiques des pratiquants d'activités physiques et sportives

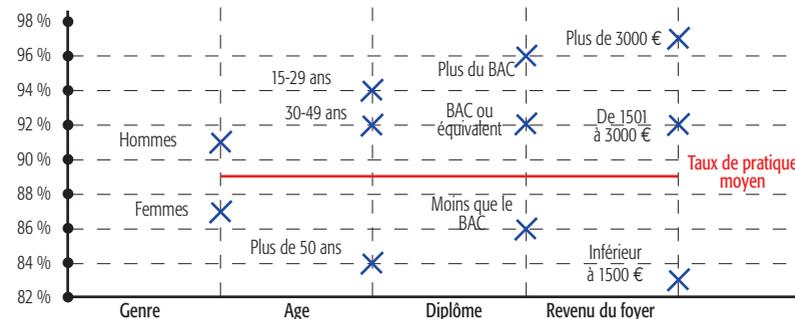
Damien MEGHERBI

Les femmes de plus en plus sportives

En 2010, 87 % des femmes et 91 % des hommes âgés de 15 ans et plus déclarent avoir pratiqué au moins une activité physique ou sportive (APS) au cours des 12 derniers mois, même de façon occasionnelle, y compris pendant les vacances. Ces taux de pratique incluent des activités qui se situent à la périphérie du champ des activités physiques et sportives telles que la marche utilitaire, la balade, la marche de loisir ou la baignade. Si on ne tient pas compte des individus pratiquant exclusivement ces activités physiques, les taux de pratique des femmes et des hommes s'élèvent respectivement à 72 % et 83 %.

Si on se restreint à la tranche des individus âgés de moins de 75 ans, on compte 93 % de pratiquants d'une APS parmi les hommes et 90 % parmi les femmes. Sans tenir compte de la marche utilitaire, de la marche de loisir et de la ballade, les taux de pratique des femmes et des hommes âgés de 15 à 75 ans atteignent respectivement 76 % et 87 %.

Graphique 1 : Taux de pratique d'une activité physique et sportive en 2010 selon les caractéristiques socio-démographiques



Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

La comparaison des résultats de l'enquête sur la pratique physique et sportive en France en 2010 avec ceux de l'enquête comparable, réalisée en 2000, montre que l'écart de taux de pratique sportive entre les femmes et les hommes a tendance à se resserrer. En effet, en 2000, 79 % des femmes âgées de 15 à 75 ans contre 88 % des hommes de la même

tranche d'âge déclaraient pratiquer une APS. La part des femmes déclarant une APS s'est donc accrue de 11 points en dix ans, tandis que celle des hommes n'a augmenté que de 5 points (à champ constant, individus de moins de 75 ans).

Avant relance des enquêtés avec une liste prédéfinie d'APS, seulement 68 % des femmes âgées de 15 à 74 ans et 75 % des hommes de la même tranche d'âge déclarent pratiquer une APS en 2010. A titre de comparaison, parmi les 15-75 ans, 54 % des femmes et 69 % des hommes déclaraient spontanément une APS en 2000. Les écarts entre la déclaration spontanée et le taux de pratique après relance sont donc comparables en 2000 et en 2010 et cet écart est plus important pour les femmes que pour les hommes en 2000 comme en 2010. Spontanément, les femmes se considèrent donc moins sportives que leurs homologues masculins.

Tableau 1 : Déclaration de pratique d'une APS selon le genre – Comparaison 2000-2010

Déclaration d'au moins une pratique APS										
	Enquête 2000				Enquête 2010					
	Déclaration spontanée		Après relance avec une liste d'activités		Déclaration spontanée		Après relance avec une liste d'activités		Hors marche utilitaire, de loisir et balade	
	Fem.	Hom.	Fem.	Hom.	Fem.	Hom.	Fem.	Hom.	Fem.	Hom.
15-74 ans	54 %	69 %	79 %	88 %	68 %	75 %	90 %	93 %	76 %	87 %
75 ans et plus					38 %	25 %	67 %	73 %	34 %	46 %
Ensemble					65 %	72 %	87 %	91 %	72 %	83 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

Les seniors moins sportifs que les autres mais plus sportifs qu'en 2000

Comme en 2000, l'âge reste un facteur déterminant de la pratique sportive. Les 15-29 ans demeurent les plus sportifs, avec un taux de pratique de 94 %. Toutefois, l'écart avec le taux de pratique des 30-49 ans (93 %) n'est plus que d'un point, alors qu'en 2000 il était de 5 points : 90 % pour les 15-29 ans et 85 % pour les 30-49 ans. En revanche, si on exclut la marche utilitaire, la marche de loisir et la balade, 91 % des 15-29 ans déclarent au moins une activité physique ou sportive en 2010 contre seulement 85 % des 30-49 ans.

Parmi les 55-74 ans, on constate en 2010 un taux de pratique comparable à celui de l'ensemble de la population (89 %). Ce taux ne s'élève plus qu'à 71 % si on exclut les

marches non sportives. En 2000, 73 % des 55-75 ans avaient déclaré au moins une activité au cours des 12 derniers mois (y compris la marche).

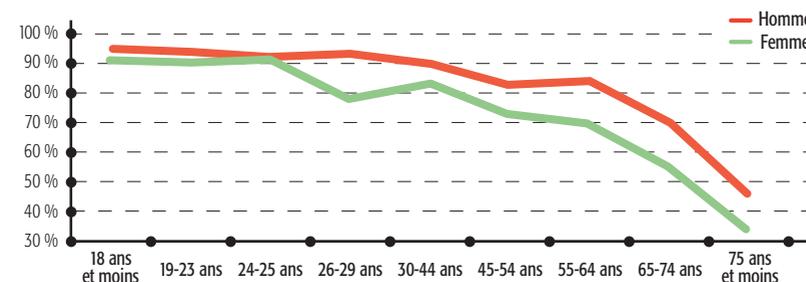
Le taux de pratique diminue fortement après 75 ans. Ainsi, 71 % des individus les plus âgés (75 ans et plus) ont déclaré une activité physique ou sportive en 2010, mais en excluant la marche utilitaire, de loisir ou la balade, leur taux de pratique chute à 39 %.

L'âge de 80 ans semble constituer une frontière. En effet, si le taux de pratique des seniors de 75 à 79 ans s'élève à 91 %, on ne compte plus que 77 % de pratiquants parmi les 80-84 ans et seulement 67 % parmi les 85-89 ans. Ce taux chute ensuite à 52 % pour les personnes âgées de 90 ans avant de repartir très légèrement à la hausse après 90 ans (59 % de pratique). On peut supposer que les individus âgés de 90 ans et plus, qui sont plutôt des femmes, sont ceux qui sont restés dans une bonne forme physique en vieillissant et que beaucoup ont pratiqué des activités physiques ou sportives tout au long de leur vie.

Avec l'âge, l'écart se creuse entre hommes et femmes

Hors marche utilitaire, de loisir et balade, on constate que les jeunes hommes âgés de 18 ans et moins sont légèrement plus sportifs que les femmes de la même tranche d'âge (95 % pour les hommes contre 91 % pour les femmes). Entre 19 et 23 ans, l'écart entre filles et garçons reste le même (94 % contre 90 %), mais entre 24 et 25 ans, le taux de pratique des jeunes femmes augmente légèrement (91 %), tandis que celui des jeunes hommes a tendance à diminuer (92 %). Les taux de pratique des jeunes hommes et des jeunes femmes se rejoignent donc quasiment dans cette tranche d'âge (graphique 2). De 26 à 29 ans, le taux de pratique des hommes repart à la hausse (93 %), tandis que celui des femmes est en forte baisse (78 %). Les contraintes engendrées par une maternité et l'arrivée d'un enfant pèsent sur la vie familiale et professionnelle et peuvent expliquer qu'une partie des femmes délaisse pour ces raisons la pratique physique et sportive à ces âges. Entre 30 et 44 ans, les femmes semblent se remettre au sport (83 %), tandis que les hommes en font un peu moins (90 %).

Graphique 2 : Pourcentage de pratiquants d'une activité physique ou sportive* selon le genre et l'âge en 2010.



* hors marche utilitaire, marche de loisir et balade.

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

A partir de 44 ans, les taux de pratique des hommes et des femmes commencent à diminuer sensiblement, et plus fortement pour les femmes (83 %) que pour les hommes (90 %). Cet écart se creuse considérablement après 55 ans, avec des taux de pratique sportive inférieurs de 15 points pour les femmes dans les tranches 55-64 ans et 65-74 ans. Au-delà de 75 ans, il se contracte légèrement à hauteur de 12 points. Parmi les 65-74 ans, sept hommes sur dix et un peu plus d'une femme sur deux déclarent pratiquer une activité physique ou sportive. Après 75 ans, moins d'un homme sur deux et environ une femme sur trois se déclarent pratiquants.

Le niveau social constitue un fort déterminant de la pratique sportive

Si l'on ne tient pas compte des activités à la périphérie (marche utilitaire, marche de loisir et balade), les personnes pas ou peu diplômées (diplôme inférieur au niveau bac) se distinguent nettement du reste de la population, avec un taux de pratique qui s'élève à seulement 71 % contre 85 % pour ceux qui ont le niveau bac ou équivalent et 89 % pour ceux qui sont diplômés du supérieur. En tenant compte des marches non sportives, l'écart se resserre, mais reste en défaveur des personnes peu ou pas diplômées dont le taux de pratique plafonne à 86 %, tandis que celui des plus diplômés dépasse 90 % (tableau 2).

Tableau 2 : Déclaration de pratique d'une APS selon le niveau de diplôme en 2010.

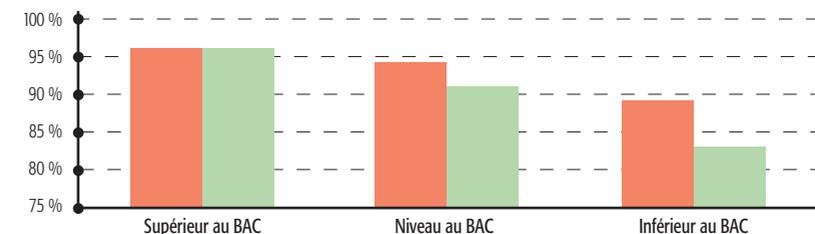
Diplôme	Déclaration de pratique	Déclaration de pratique hors marche utilitaire, de loisir et balade
Plus que le bac	96 %	89 %
Bac ou équivalent	92 %	85 %
Moins que le bac	86 %	71 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

Parmi les individus peu ou pas diplômés, on constate un écart de 6 points en défaveur des femmes dans la déclaration de pratique, alors que parmi les plus diplômés, il n'y a plus aucune différence selon le genre (graphique 3).

Graphique 3 : Taux de pratique d'une APS selon le genre et le niveau de diplôme en 2010.



Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

En 2010, 93 % des individus âgés de 15 ans ou plus et vivant dans un foyer au revenu supérieur à 3000 euros pratiquent une activité physique ou sportive, marches non sportives exclues (tableau 3). Parmi les individus dont le revenu du foyer est inférieur à 1500 euros, ce taux de pratique chute à 65 % (contre 82 % pour les revenus intermédiaires).

Tableau 3 : Déclaration de pratique d'une APS selon le revenu en 2010.

Revenu du foyer d'appartenance	Déclaration de pratique	Déclaration de pratique hors marche utilitaire, de loisir et balade
3 000 euros et plus	97 %	93 %
De 1 501 à 3 000 euros	92 %	82 %
1 500 euros et moins	83 %	65 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

Le revenu et le diplôme apparaissent donc comme des forts déterminants de la pratique d'une activité physique ou sportive. Lorsqu'on appartient à une catégorie sociale « défavorisée » (moins de 1500 euros de revenu mensuel pour le foyer d'appartenance et un diplôme de niveau inférieur au bac), on pratique moins que l'ensemble de la population surtout si l'on ne tient pas compte de la marche utilitaire et des marches dites de loisir.

A contrario, ceux qui sont le plus favorisés socialement (hauts revenus du foyer et diplômes du supérieur) sont ceux qui pratiquent le plus d'activités physiques et sportives. Cette analyse est confirmée par l'observation du taux de pratique physique et sportive selon la catégorie socioprofessionnelle. On observe en effet que les taux les plus élevés de pratique se retrouvent parmi les cadres, professions intellectuelles supérieures (97 %) et les professions intermédiaires (95 %).

Une personne sur cinq pratique une APS une fois par semaine

En ne tenant pas compte de la marche utilitaire, de la marche loisir et de la balade, 19 % des femmes et 21 % des hommes pratiquent une activité physique ou sportive une fois par semaine tout au long de l'année (tableau 4).

Hors marches non sportives, le pourcentage des plus de 50 ans pratiquant une APS une fois par semaine atteint 17 %, tandis qu'il s'élève à 21 % lorsqu'on tient compte des marcheurs non sportifs. Après 75 ans, la part d'individus pratiquant une activité une fois par semaine chute à 10 %.

Enfin, notons qu'en milieu « rural » (communes de moins de 2000 habitants), les taux de pratique régulière (une fois par semaine ou plus) sont un peu plus faibles que dans les zones urbaines (tableau 4).

Tableau 4 : Taux et régularité de pratique d'une APS selon la taille d'unité urbaine.

Unité Urbaine	Taux de pratique plus d'une fois par semaine selon la taille de l'unité urbaine	Taux de pratique une fois par semaine, en % de la population considérée	Taux de pratique moins d'une fois par semaine, en % de la population considérée
Moins de 2 000 habitants	38,5 %	16,9 %	20,8 %
De 2 000 à 20 000 habitants	43,3 %	20,0 %	21,1 %
De 20 000 à 100 000 habitants	43,8 %	19,2 %	19,2 %
Plus de 100 000 habitants	44,0 %	23,3 %	18,7 %
Agglomération parisienne	44,0 %	21,4 %	17,9 %
ENSEMBLE	42,5 %	20,3 %	19,5 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

La pratique intensive concerne plutôt les revenus élevés et les jeunes, mais peu les femmes

Moins de 10 % des femmes pratiquent une APS plus de 3 fois par semaine alors que ce taux s'élève à 14 % pour les hommes. On observe le même écart pour la pratique 2 ou 3 fois par semaine avec 21 % pour les femmes et 27 % pour les hommes (tableau 4).

Parmi les 15-29 ans et les 30-49 ans, 23 % déclarent pratiquer une APS deux à trois fois par semaine, contre seulement 17 % parmi les plus de 50 ans. Après 75 ans, la part de personnes âgées pratiquant une activité hebdomadaire atteint 13 % (tableau 4).

En ce qui concerne la pratique très intensive (plus de trois fois par semaine), ce sont les 15-29 ans qui se distinguent des autres pratiquants avec un taux de pratique de 15 % contre 12 % pour les 30-49 ans et 11 % pour les 50-75ans. Après 75 ans, la part d'individus pratiquant une activité plus de trois fois par semaine s'élève à seulement 9 % (tableau 5).

Tableau 5 : Fréquence de la pratique physique ou sportive* selon les caractéristiques socio-démographiques en 2010.

Fréquence de pratique par semaine (hors vacances)	Genre		Âge			Diplôme			Revenu (en euros)		
	Femmes	Hommes	<30	30-49	50-75	Moins que le BAC	Niveau BAC	Plus du BAC	1 500 et moins	1 501 à 3 000	Plus de 3 000
1 fois	19 %	21 %	23 %	23 %	19 %	17 %	21 %	24 %	17 %	21 %	24 %
2 ou 3 fois	21 %	27 %	30 %	24 %	23 %	22 %	27 %	28 %	19 %	25 %	32 %
Plus de 3 fois	9 %	14 %	15 %	12 %	11 %	11 %	14 %	13 %	11 %	12 %	15 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
Champ : personnes résidant en France (métropole et département d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
Guide de lecture : 19 % des femmes ont déclaré avoir pratiqué une activité physique ou sportive une fois par semaine.
* hors marche utilitaire, marche de loisir, ballade et hors pratique en vacances exclusives.

Un peu plus de 20 % des personnes ayant un diplôme inférieur au baccalauréat déclarent pratiquer une activité deux ou trois fois par semaine, alors que ce taux s'élève à 30 % parmi les autres diplômés.

Presque un tiers des personnes dont le foyer dispose d'un revenu mensuel supérieur à 3000 euros déclare pratiquer une APS deux ou trois fois par semaine contre seulement une personne sur cinq parmi les revenus inférieurs à 1500 euros et une personne sur quatre parmi les revenus intermédiaires (tableau 5).

Les jeunes et les pratiquants aux revenus les plus élevés fréquemment inscrits à une structure sportive

L'écart le plus important se situe entre les plus jeunes et les plus âgés. En effet, 41 % des 15-29 ans ont recours à une structure pour la pratique d'une APS contre seulement 17 % des plus de 50 ans. Toutefois, jeunes et seniors adhèrent à une structure ou une association sportive plus fréquemment aujourd'hui qu'en 2000 (35 % des 15-24 ans et 19 % des 55-75 ans).

La pratique au sein d'une association ou d'une structure privée est légèrement plus fréquente chez les hommes (28 %) que chez les femmes (26 %). Les femmes ont donc tendance à pratiquer légèrement plus souvent que les hommes leur activité physique en dehors d'une structure ou d'une association sportive, mais l'écart s'est fortement réduit par rapport à l'année 2000 : les hommes déclaraient alors plus souvent appartenir à un club (32 %) et les femmes moins fréquemment (22 %).

Parmi les personnes ayant un diplôme inférieur au baccalauréat, on ne compte qu'une personne sur cinq pratiquant une APS au sein d'une association ou d'une structure privée. Par ailleurs, ce sont surtout les personnes dont les revenus du foyer sont les plus faibles (1500 euros mensuels ou moins) qui s'inscrivent le moins souvent (17 %) au sein d'une structure sportive (contre 39% pour les foyers aux plus hauts revenus).

Ce contraste s'explique non seulement par le fait que les ménages les moins aisés ont des difficultés à financer l'inscription à un club ou à une association, mais aussi par des facteurs sociologiques.

Les jeunes, les femmes et les hauts revenus adeptes de la pratique encadrée

Presqu'une femme sur trois choisit d'être accompagnée dans sa pratique sportive (32 %) contre moins d'un homme sur quatre (24 %).

Presque un jeune sur deux est encadré par un entraîneur, moniteur, professeur, animateur ou un éducateur sportif dans la pratique d'une APS alors que seulement 17 % des individus les plus âgés le sont. On peut toutefois nuancer cette disparité en rappelant que les plus de 50 ans ont tendance à pratiquer des activités qui nécessitent peu d'encadrement (marche, vélo, boules).

23 % des individus peu ou pas diplômés bénéficient d'un encadrement sportif, ils se distinguent ainsi des autres diplômés qui sont près de 40 % à pouvoir en profiter.

De même, le revenu est très discriminant puisque parmi les plus hauts revenus, deux

personnes sur cinq sont encadrées, alors qu'on ne compte qu'une personne encadrée sur cinq parmi les plus pratiquants issus des foyers aux plus faibles revenus, qui privilégient des activités peu coûteuses qui ne nécessitent pas la présence d'un enseignant.

Les compétiteurs sont avant tout des hommes, des jeunes et des hauts revenus

Le niveau de participation à des compétitions ou des manifestations sportives varie sensiblement selon le genre puisque plus d'un homme sur quatre y participe contre seulement une femme sur dix.

En 2000, 29 % des hommes et 8 % des femmes déclaraient participer à des compétitions officielles, des manifestations officielles avec classement ou des rassemblements sportifs. Il semble donc que les hommes soient légèrement moins compétiteurs qu'au début de la décennie, tandis que le niveau de participation des femmes aux manifestations sportives a tendance à augmenter.

L'écart est également très important entre les moins de 30 ans (30 %) et les plus de 50 ans (9 %).

Cet écart peut s'expliquer par différents facteurs. On peut penser que les plus de 50 ans se détournent de la compétition pour des raisons de forme et de santé physique, qu'ils disposent de moins de temps à consacrer à la compétition ou ont d'autres engagements (familiaux, professionnels ou associatifs) ou encore que l'offre de compétition se restreint avec l'âge, en particulier dans certaines disciplines sportives.

Si l'on ne s'intéresse qu'à la compétition officielle, en excluant les rassemblements et les manifestations sportives, on observe que 36 % des 15-18 ans sont compétiteurs.

Le taux de participation à une compétition chute ensuite à 21 % parmi les 19-23 ans, se maintient à 20 % à 24-25 ans et tombe à 15 % pour les 26-29 ans.

Avec l'âge, d'autres priorités apparaissent, telles que les études supérieures ou l'entrée dans la vie professionnelle.

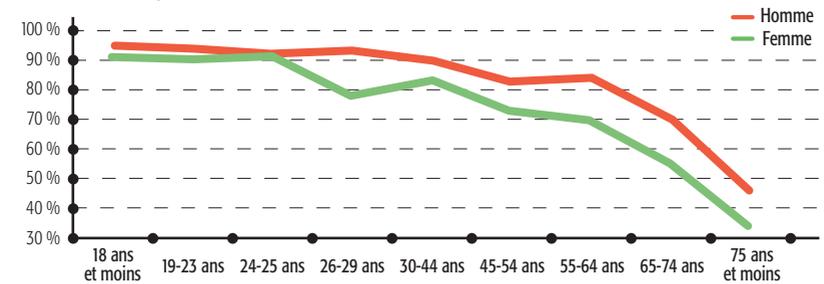
La vie en couple et l'arrivée d'un enfant sont également des facteurs qui réduisent la pratique compétitive, notamment pour les jeunes femmes. La baisse du taux de licences sportives entre 20 et 24 ans accredit ce constat.

La part de compétiteurs continue de diminuer progressivement à mesure que l'âge avance, et ne s'élève plus qu'à 9 % parmi les 45-54 ans et passe même en-dessous des 5 % à partir de 65 ans (*graphique 4*).

Parmi les plus de 30 ans, la part de compétiteurs est inférieure au pourcentage d'individus participant aux autres types de rencontres sportives (*graphique 4*).

La part de participants à un rassemblement ou une manifestation sportive reste stable (entre 12 et 13 %) de 24 à 54 ans, elle chute à 9 % parmi les 55-64 ans et ne dépasse pas les 5 % après 65 ans (*graphique 4*).

Graphique 4 : Participation à une compétition, un rassemblement ou une manifestation sportive selon l'âge en 2010.



Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

Seulement 14 % des personnes peu ou pas diplômées (moins que le niveau bac) participent à des rencontres sportives, alors que les taux de compétiteurs dépassent 20 % chez les autres diplômés.

A peine plus de 10 % des pratiquants issus des foyers aux revenus les plus faibles pratiquent la compétition, tandis que le taux de compétiteurs parmi les revenus les plus élevés atteint 27 %. Cette différence s'explique en grande partie par le fait que la compétition engendre des coûts (licence sportive, préparation, équipement, déplacement, inscription à la compétition...) qui peuvent être dissuasifs pour les foyers aux revenus plus faibles. Elle peut s'expliquer également par des facteurs d'ordre sociologique et culturel.

Des choix d'APS très différents selon les caractéristiques sociodémographiques

Les plus jeunes choisissent fréquemment de pratiquer un sport collectif ou un sport de combat (plus de 60 % de jeunes âgés de 15 à 29 ans parmi les pratiquants de ces sports). Par ailleurs, 57 % des adeptes de sports de glisse sur l'eau et 55 % des pratiquants de l'équitation ont entre 15 et 29 ans.

Les seniors sont plutôt attirés par des activités qui nécessitent un engagement physique modéré telles que la pêche, le tir, les boules ou la gymnastique douce. Notons également que 30 % des cyclistes et des golfeurs ont entre 50 et 74 ans (tableau 6).

Tableau 6 : Les familles d'activités où les jeunes et les seniors sont les plus représentés en 2010

Activités des 15-29 ans	Nombre de pratiquants parmi les 15-29 ans (en millions)	Part des 15-29 ans (%)	Activités des 50-74 ans	Nombre de pratiquants parmi les 50-74 ans	Part des 50-74 ans (%)
handball	0,6	76	chasse	0,7	50
basketball	1,2	76	tir	0,2	45
rugby	0,7	72	marche	14,1	40
autres sports collectifs	0,1	71	pêche	1,4	39

Activités des 15-29 ans	Nombre de pratiquants parmi les 15-29 ans (en millions)	Part des 15-29 ans (%)	Activités des 50-74 ans	Nombre de pratiquants parmi les 50-74 ans	Part des 50-74 ans (%)
sports de combat	0,5	70	boules	2,7	39
volley-ball	0,6	65	gymnastique, fitness, wellness	3,8	39
football	3,4	63	golf	0,3	31
glisse sur l'eau	0,4	57	danse	1,1	30
équitation	0,6	55	vélo	5,3	30

Source : enquête pratique physique et sportive 210, CNDS / direction des ports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et département d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

Les individus qui possèdent un diplôme inférieur au baccalauréat sont surreprésentés parmi les chasseurs et pêcheurs (plus de 70 %), dans les sports de combat et les sports collectifs (notamment le football et le handball), dans les sports mécaniques « auto-moto » et parmi les joueurs de boules (plus de 60 %). Toutefois, on peut nuancer ce constat en rappelant qu'une part importante des footballeurs ou handballeurs n'est pas encore en âge d'avoir le baccalauréat (ou un diplôme équivalent) tandis que parmi les chasseurs, les pêcheurs ou les joueurs de boules on trouve beaucoup de personnes âgées pour lesquelles le baccalauréat constituait par le passé un diplôme plus difficilement accessible qu'aujourd'hui.

A l'opposé, environ un pratiquant sur deux du golf ou de la voile et neuf escrimeurs sur dix ont un diplôme supérieur au baccalauréat (tableau 8).

Tableau 8 : Les familles d'activités où les moins diplômés et les plus diplômés sont les plus représentés

Activités des moins diplômés*	Nombre de pratiquants parmi les moins diplômés* (en millions)	Part des moins diplômés* parmi les pratiquants (%)	Activités des plus diplômés* (en millions)	Nombre de pratiquants des plus diplômés* parmi les pratiquants (en millions)	Part des plus diplômés* parmi les pratiquants (%)
chasse	1,1	77	escrime	0	90
pêche	2,6	71	voile	0,6	51
sports de combat	0,5	69	golf	0,5	50
autres sports collectifs	0,1	69	autres APS	0,1	43
handball	0,5	64	athlétisme	0,4	41
boules	4,3	63	ski	2,6	38

Activités des moins diplômés*	Nombre de pratiquants parmi les moins diplômés* (en millions)	Part des moins diplômés* parmi les pratiquants (%)	Activités des plus diplômés* (en millions)	Nombre de pratiquants des plus diplômés* parmi les pratiquants (en millions)	Part des plus diplômés* parmi les pratiquants (%)
football	3,4	63	escalade	0,4	37
sports mécaniques auto-moto	2,1	61	tennis	1,1	37
marche	21,2	60	aviron-canoë	0,2	36

Source : enquête pratique physique et sportive 210, CNDS / direction des ports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et département d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

*Parmi les moins diplômés, on compte les individus sans diplôme ou de niveau inférieur au baccalauréat. Parmi les plus diplômés, on compte les individus diplômés du supérieur.

La danse, la gymnastique et l'équitation sont des pratiques nettement féminines (plus de 70 % de femmes parmi les pratiquants). Le rugby, le football, la pêche et la chasse sont des pratiques masculines (plus de 80 % d'homme parmi les pratiquants) ainsi que le tir, les sports mécaniques (« auto-moto »), l'escrime, le golf et la musculation (plus de 70 % d'hommes parmi les pratiquants). Plus généralement, les hommes sont très représentés parmi les pratiquants des principaux sports collectifs à l'exception du volley-ball où l'on compte 40 % de femmes. Plus de 70 % des pratiquants de sports de combats sont des hommes, mais presque 40 % des pratiquants d'arts martiaux sont des femmes. Quatre femmes sur dix déclarent pratiquer le footing, le jogging ou la course à pied hors stade, tandis que 78 % des hommes déclarent pratiquer l'athlétisme. Les hommes représentent 70 % des joueurs de « ping-pong » et les femmes 46 % des pratiquants de badminton ou de Squash. Un pratiquant sur deux de skate ou de roller est une femme et presque huit pratiquants sur dix de glisse sur l'eau sont des hommes. Enfin, notons que 56 % des utilisateurs de simulateurs d'activités physiques sont des femmes (tableau 9).

Tableau 9 : Les familles d'activités où les femmes et les hommes sont les plus représentés

Activités féminines	Nombre de pratiquantes (en millions)	Part des femmes parmi les pratiquants (%)	Activités masculines	Nombre de pratiquants (en millions)	Part des hommes parmi les pratiquants (%)
danse	2,8	77	chasse	1,3	94
gymnastique, fitness, wellness	7,6	77	rugby	0,8	91
équitation	0,8	74	football	4,9	91
marche	20,2	57	pêche	3,1	84

Chapitre 3

Patrick THIERY

Activités féminines	Nombre de pratiquantes (en millions)	Part des femmes parmi les pratiquants (%)	Activités masculines	Nombre de pratiquants (en millions)	Part des hommes parmi les pratiquants (%)
simulateurs d'activités physiques	3,7	56	échecs	1,1	80
natation	11,3	54	glisse sur l'eau	0,6	79
autres sports d'hiver	1,1	54	athlétisme	0,8	78
skate, roller	0,9	51	sports mécaniques auto-moto	2,6	78
badminton, squash	1	46	escrime	0	77
aviron-canoë	0,3	44	basketball	1,2	77
vélo	7,5	43	tir	0,3	76
ski	2,8	41	sports aériens	0,1	76
footing, jogging, courses hors stade	3,9	40	sports de combat	0,5	72
volley-ball	0,4	40	musculature	3,1	71
escalade	0,4	38	golf	0,7	71
arts martiaux	0,4	37	ping pong	2,7	70
voile	0,4	37	handball	0,5	70
boules	2,4	36	autres sports collectifs	0,1	67
tennis	1,1	36	autres APS	0,1	67
autres sports collectifs	0	33	boules	4,4	64

Source : enquête pratique physique et sportive 210, CNDS / direction des ports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et département d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

Les pratiques de marche : de la randonnée à la marche utilitaire

« *La marche est le meilleur remède pour l'homme.* » Cette phrase, prononcée par Hippocrate il y a deux mille ans, prend tout son sens de nos jours.

Les nouvelles technologies, les transformations progressives de la société en matière de mode de travail influencent les habitudes de vie en réduisant l'effort physique nécessaire pour accomplir la plupart des activités quotidiennes et peuvent se traduire par une augmentation des problèmes de santé tels les risques cardio-vasculaires, l'obésité, le diabète.

Face à ces questions de santé publique, les autorités sanitaires internationales et françaises se mobilisent et préconisent entre autres le recours à l'activité physique. La marche prend toute sa place dans ces actions de prévention.

Le plan national nutrition santé (PNNS) indique que « L'activité physique minimum conseillée chez l'adulte correspond donc à la pratique de la marche à un pas soutenu 30 minutes par jour, et si possible tous les jours de la semaine ».

Ces incitations et recommandations rencontrent un indéniable écho en France. Les résultats de l'enquête 2010 confortent les constats des précédentes enquêtes (2000 et 2003).

La marche est la première activité physique et sportive pratiquée en France

Ainsi, en 2010, près de 68 % de la population âgée de 15 ans ou plus et résidant en France (soit près de 36 millions de personnes) ont pratiqué au moins une des 15 activités constituant le regroupement d'activités physiques et sportives (APS) sous le vocable « marche ». De la ballade à la marche utilitaire en passant par la marche nordique, la randonnée à raquette et la randonnée pédestre, la marche apparaît comme l'activité physique la plus pratiquée en France, loin devant la nage et le vélo. C'est près de 75 % de l'ensemble des pratiquants d'une APS qui se sont déclarés marcheurs.

La méthode de collecte choisie pour la réalisation de l'enquête fait apparaître une grande diversité d'activités déclarées qui s'apparentent à la marche. On a regroupé sous le terme « marche » 15 activités d'importance très inégale (tableau 1), de la randonnée sans autre forme de précision à la marche sportive qui concernent chacune moins de 0,1 % de la population, à la marche loisir pratiquée par une majorité de personnes en passant par la randonnée pédestre, la randonnée en montagne, et la marche utilitaire qui arrive en seconde position des activités de marche.

Le poids de la marche est donc prépondérant et impacte de manière conséquente le taux

de pratique global (89 % des personnes âgées de 15 ans ou plus). Les personnes qui ne déclarent que des activités de marche loisir ou marche utilitaire et qui ne pratiquent aucune autre APS par ailleurs pèsent pour 12 points dans le taux de pratique global. C'est dire l'importance de cette activité.

Tableau 1 : Les taux de pratique des activités constituant le regroupement marche

Disciplines du regroupement marche	Taux de pratique
Randonnée	< 0,1
Balade sportive	< 0,1
Balade	< 0,1
Trekking / Treck	< 0,1
Marche de compétition	< 0,1
Marche sportive	< 0,1
Balade de détente	0,2
Marche	0,3
Marche nordique	0,4
Raquette à neige	0,4
Randonnée à raquette	1,9
Randonnée en montagne	6,4
Randonnée pédestre	9,3
Marche utilitaire	23,9
Marche loisir	52,7
Regroupement marche	67,5

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Note de lecture : 23,9 % des personnes âgées de 15 ans et plus ont pratiqué la marche utilitaire en 2010. 67,5 % de personnes âgées de 15 ans et plus ont pratiqué au moins une des disciplines du regroupement marche.

La randonnée pédestre, suivie de près par la randonnée en montagne, arrive en bonne position dans la hiérarchie des activités de marche, traduisant en particulier l'engouement de la population pour les sports pratiqués en milieu naturel.

Le poids de la marche utilitaire est particulièrement élevé. Ainsi, par choix ou par obligation, une partie importante de la population (23,9 % des personnes âgées de 15 ans et plus) a recours à la marche à des fins essentiellement liées à ses déplacements.

On notera l'apparition de la marche nordique, activité venant des pays nordiques et combinant une marche rapide avec l'utilisation de bâtons propulseurs. Cette discipline, qui n'avait pas été observée lors de l'enquête 2000, peut être considérée comme une activité nouvelle ou émergente. Elle prend réellement son essor en France depuis le milieu des années 2000.

La multi-pratique est très répandue chez les marcheurs

Les marcheurs sont très majoritairement des multi-pratiquants. En effet, 80 % d'entre eux pratiquent une ou plusieurs activités autres que la marche, le terme activité étant considéré

ici au sens du regroupement, c'est-à-dire de la famille d'activités. La moitié d'entre eux a un nombre de pratiques physiques et sportives autres que la marche limité à deux. 37 % des marcheurs sont concernés par l'exercice de 3 à 5 familles d'activités autres que la marche.

Parmi les principales autres activités déclarées par ces multi-pratiquants, figurent celles qui sont en tête du palmarès des activités (cf. chapitre 1 panorama général). Ainsi, le vélo (48 % des marcheurs multi-pratiquants), la natation (57 %), les courses hors stade (22 %), la gymnastique (28 %), les sports de boules (19 %), le football et le tennis de table (respectivement 10 % de marcheurs) sont les activités les plus souvent pratiquées par nos marcheurs pluri disciplinaires.

Il est intéressant de noter que près de 20 % d'entre eux s'adonnent également à la pratique des simulateurs d'activités physiques.

Les marcheurs pratiquent-ils une seule discipline de marche ou au contraire, aiment-ils combiner plusieurs activités de ce type ?

A chacun, sa meilleure façon de marcher...

La pratique d'une seule activité de marche est très majoritaire, concernant ainsi 67 % d'entre eux. 27 % des marcheurs pratiquent 2 activités de marche et seulement 6 % plus de deux activités, avec un maximum de 5.

On conçoit aisément que le nombre de combinaisons possibles d'activités de marche rend impossible leur description exhaustive. Toutefois, si l'on considère quatre activités particulières, la randonnée pédestre, la randonnée en montagne, la marche utilitaire et la marche de loisir, on constate que certaines sont fréquemment associées.

Tableau 2 : Quelques combinaisons d'activités.

En % des pratiquants	Pratiquants			
	Randonneurs pédestres	Randonneurs en montagne	Marcheurs de loisir	Marcheurs utilitaires
Disciplines associées				
Randonnée pédestre		32	11	11
Randonnée en montagne	22		7	7
Randonnée à raquette à neige	13	17	3	2
Marche de loisir	63	57		60
Marche utilitaire	28	28	27	

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Note de lecture : 22 % des randonneurs pédestres ont aussi pratiqué la randonnée en montagne.

Ainsi, les randonneurs pédestres pratiquent dans plus de 20 % des cas la randonnée en montagne et ils sont également adeptes de la marche utilitaire (près de 30 % d'entre eux). Leur pratique de la randonnée à raquette avoisine les 13 %. Enfin, la marche de loisir est très largement privilégiée, traduisant le goût du randonneur pédestre pour la marche sous toutes ses formes.

On s'attachera à décrire plus précisément dans la suite de ce chapitre les trois activités les plus importantes en termes de nombre de pratiquants : la marche loisir, la marche utilitaire et la randonnée pédestre. Pour certaines autres activités (randonnée à raquette à neige, randonnée en montagne), on trouvera en annexe de ce chapitre trois tableaux présentant les modalités de pratique, la description socio-économique des pratiquants et leurs motivations.

Des modalités de pratique variables selon les disciplines

Les trois disciplines que l'on a choisi de présenter sont assez représentatives de l'hétérogénéité de la famille « marche ». La randonnée pédestre, comme la randonnée en montagne, activité décrite dans le chapitre consacré aux sports de montagne, est une marche sportive, qui suppose un fort engagement physique. La marche de loisir et la marche utilitaire sont plutôt synonymes d'entretien physique, se situant ainsi à la lisière de ce qu'on a l'habitude de désigner sous le terme « sport ».

Tableau 3 : Modalités de pratique des trois plus importantes activités de marche (en % des pratiquants).

	Marche loisir	Marche utilitaire	randonnée pédestre
Fréquence de pratique			
exclusivement en vacances	19	4	33
plus d'une fois par semaine (pratique intensive)	34	79	11
une fois par semaine	22	10	17
moins d'une fois par semaine	25	7	39
Total	100	100	100
Institutionnalisation			
pratique en association ou club privé marchand	2	sans objet	8
pratique encadrée	1	sans objet	7
détention d'une licence	< 1	sans objet	5
participation à des compétitions ou des rassemblements sportifs	2	sans objet	7
Lieux de pratique (*)			
dans une installation sportive	2	2	< 1
en milieu naturel	87	36	98
en ville, dans un parc, un jardin public, une rue	35	78	11
au domicile ou au domicile d'une personne de connaissance	sans objet	sans objet	sans objet
autres lieux	< 1	2	ns

Sociabilité des pratiques (*)			
entre amis	39	24	53
en famille ou en couple	64	40	63
seul(e)	31	65	15
avec des relations de travail ou d'études	3	13	3
avec d'autres personnes	7	7	11

Source : enquête pratique et physique 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans ou plus.

Guide de lecture : 39 % des randonneurs pédestres pratiquent moins d'une fois par semaine et 8 % pratiquent en association ou club privé marchand.

ns : non significatif.

(*) la somme des modalités peut être supérieure à 100, une personne pouvant choisir plusieurs réponses.

La période et la fréquence de pratique sont très liées à la nature de l'activité. La randonnée pédestre est souvent pratiquée (1 fois sur 3) exclusivement à l'occasion des vacances. Faire une randonnée suppose qu'on y consacre du temps, et dans la pratique au moins une journée. Ainsi, les randonneurs itinérants, qui vont marcher plusieurs jours d'affilée, ne peuvent le faire qu'à l'occasion de leurs périodes de congé. La marche de loisir, est aussi, dans une moindre mesure, assez fréquemment une activité de vacances (19 % de ces marcheurs).

La pratique occasionnelle (moins d'une fois par semaine) est très répandue pour les randonneurs (39 % d'entre eux), mais un peu moins pour les marcheurs de loisir (25 % des pratiquants). On marche pour se promener ou pour faire une randonnée lorsque l'occasion va se présenter, ou lors d'un week-end prolongé.

Ce premier constat peut être affiné. En effet, l'âge des pratiquants influe fortement sur la période et la fréquence de pratique, en lien avec le temps libre dont on peut disposer. Les randonneurs pédestres de moins de 60 ans, plus souvent contraints dans l'année par leur activité professionnelle, privilégient la marche pendant les congés, pour un peu moins de 40 % d'entre eux contre 20 % pour les plus âgés. De la même façon, les randonneurs plus jeunes sont plus souvent des occasionnels que leurs aînés.

Les randonneurs pédestres réguliers, c'est-à-dire ceux qui marchent au moins une fois par semaine, ne sont que 28 %. Ce sont plus souvent des personnes âgées de plus de 60 ans, en retraite, et qui disposent de plus de temps pour marcher. La moitié des randonneurs seniors pratique leur sport préféré au moins une fois par semaine contre 33 % pour les plus jeunes.

Pour la marche de loisir, le constat est le même mais de manière moins marquée.

À l'opposé, la marche utilitaire, qui est essentiellement une marche liée aux déplacements professionnels ou scolaires, est pratiquée toute l'année, le plus souvent avec une fréquence soutenue. On marche tous les jours ou presque de la semaine (79 % des marcheurs

utilitaires), par choix ou par obligation. La marche utilitaire peut aussi englober certains déplacements non professionnels mais obligatoires (faire ses courses, se rendre chez le médecin, ...) lorsque qu'on ne dispose pas de véhicule ou de moyens de transport, voire pour des recommandations médicales. Ce type de marche utilitaire concerne plutôt les personnes d'un certain âge. Si l'on ajoute à la pratique soutenue les marcheurs utilitaires réguliers, c'est-à-dire ceux qui pratiquent une fois par semaine, on a alors ciblé le plus grand nombre de ces marcheurs, près de 90 % d'entre eux. La marche utilitaire, c'est la marche de tous les jours, obligatoire le plus souvent et qui pour les plus âgés permet de conserver une activité physique.

Les lieux de pratique sont très liés à la nature de la discipline. En tant que « sport de nature », la randonnée pédestre est pratiquée presque essentiellement (dans 98 % des cas) en milieu naturel (à la campagne, en forêt, ...). Les randonneurs sont tout de même 11 % à pratiquer également en ville. En effet, nombre d'entre eux sont des citadins, 15 % des randonneurs vivant en Ile-de-France et 40 % résidant dans l'agglomération parisienne ou dans des agglomérations de plus de 100 000 habitants. Leurs trajets de randonnée peuvent donc se faire partiellement ou totalement en ville. Par ailleurs, les grandes villes recèlent de nombreux sentiers pédestres et les randonnées ou visites pédestres en ville alliant l'aspect sportif, la marche, et l'aspect culturel, visite et découverte du patrimoine urbain, se développent.

La marche de loisir est elle aussi très souvent pratiquée en milieu naturel, par près de 90 % des marcheurs, mais plus fréquemment en ville que la randonnée pédestre : 35 % de marcheurs loisir le font en ville.

La marche utilitaire se pratique principalement en ville pour trois quart des pratiquants. Elle est moins présente en milieu naturel, mais compte tout de même 36 % d'adeptes qui y déclarent cette pratique utilitaire. En effet, pour les personnes résidant en milieu non urbain, à la campagne ou en zones de montagne, les trajets domicile – travail ou domicile – école sont, en moyenne, plus longs qu'en ville. De ce fait, la marche utilitaire y est moins fréquente et le recours à l'usage d'un véhicule ou de moyens de transport en commun est souvent une nécessité.

L'institutionnalisation de la pratique, c'est-à-dire la pratique en clubs ou associations sportives, le recours à une forme d'encadrement (moniteur, éducateur, professeur, ...), la détention d'une licence sportive ou la participation à des compétitions ou à des rassemblements sportifs est sans objet pour la marche utilitaire. Elle est même très peu répandue chez les marcheurs de loisir, dont seulement 2 % déclarent exercer la marche dite de loisir au sein d'une structure. Là aussi, l'âge influe sur le mode de pratique. Ainsi, les moins de 60 ans sont tout juste 1 % d'adhérents inscrits à un club ou une association, tandis que pour les plus âgés, la pratique au sein d'une structure est un peu plus répandue : les marcheurs de loisir se situant dans la tranche d'âge 60 – 69 ans sont 5 % à pratiquer au sein d'un club. Pour les plus âgés, 70 ans et plus, la proportion diminue mais reste au-dessus de 3 %.

La randonnée pédestre reste majoritairement une pratique autonome. Pour autant, et sans atteindre les niveaux d'institutionnalisation de certaines APS, comme le rugby à 15, la gymnastique d'entretien ou le football, la pratique au sein d'un club et encadrée est plus répandue que dans le cas de la marche loisir : 8 % des randonneurs font partie d'un club et 7 % sont encadrés sous une forme ou sous une autre (entraîneur, professeur, moniteur, éducateur ou animateur). La pratique institutionnelle chez les randonneurs pédestres est très liée à l'âge. Si les moins de 60 ans sont à peine 5 % à se déclarer membres d'un club ou d'une association ou à bénéficier d'un encadrement, les randonneurs de 60 à 69 ans sont au contraire beaucoup plus enclins à s'engager dans une pratique non autonome, avec 25 % d'adhérents à un club et 12 % de personnes encadrées. Chez les plus âgés, la pratique institutionnelle est un peu moins importante mais reste présente.

La participation à des compétitions ou des rassemblements sportifs n'est pas négligeable chez les randonneurs pédestres qui sont 7 % à y être engagés. Ces manifestations, moins axées sur l'aspect purement compétitif que l'on retrouvera plutôt dans des activités comme le trail ou l'ultra-trail, sont axées sur la convivialité et la dimension festive. Elles peuvent être également liées à des actions caritatives ou d'éducation.

Une sociabilité manifeste

La randonnée pédestre et la marche de loisir sont des activités pour lesquelles la sociabilité est très marquée, indépendamment du faible niveau d'institutionnalisation de la pratique. En effet, plus de 60 % des marcheurs de loisirs ou des randonneurs marchent en famille ou avec leur conjoint et plus de 53 % des randonneurs et près de 40 % des marcheurs de loisir partagent leur passion avec des amis.

Seulement 30 % des marcheurs de loisir marchent seuls et les randonneurs qui privilégient la solitude ne sont que 15 %.

A l'opposé, la marche utilitaire, de part sa nature, se pratique le plus souvent seul (65 % des pratiquants), mais on peut néanmoins exercer cette activité avec son conjoint ou sa famille (40 % des marcheurs) ou avec des amis (24 % des cas). Cette forme de marche peut aussi se pratiquer avec des relations de travail ou d'études, dans 13 % des cas.

Qui sont les marcheurs ?

Comme on l'a déjà évoqué dans le chapitre 1 (panorama général), la pratique physique et sportive est liée au profil social des personnes. En fonction de son âge, de son sexe, de ses diplômes, de sa catégorie socioprofessionnelle, le rapport à l'activité physique et sportive sera différent. De même, le choix des disciplines pratiquées n'est pas neutre et traduit aussi l'influence du milieu social.

Globalement (*tableaux 4 et 4bis*), le marcheur (la personne qui pratique au moins l'une des 15 activités du regroupement marche) est plus souvent une femme (57 % de pratiquantes) et il est très représenté chez les seniors : près de la moitié des adeptes de la marche ont 50 ans et plus et 29% sont à la retraite.

Sexe et âge sont ainsi les deux critères qui différencient le plus les marcheurs de l'ensemble

des pratiquants d'une APS et, de manière plus générale, de l'ensemble de la population des 15 ans et plus.

Le profil du marcheur est moins éloigné vis-à-vis des autres variables socio-économiques et proche du profil moyen du pratiquant des autres APS ou plus globalement des personnes de 15 ans et plus vivant en France.

Les marcheurs sont majoritairement peu diplômés, 60 % d'entre eux n'ayant pas le baccalauréat. Ils se situent plutôt dans des foyers à revenus que l'on peut qualifier de modestes à moyens (moins de 3000 euros mensuels par foyer) pour 74 % d'entre eux.

Les cadres et professions intellectuelles supérieures ainsi que les artisans, commerçants et chefs d'entreprises sont assez peu représentés (9 % des marcheurs). Les professions intermédiaires, les employés et les ouvriers et les retraités forment le plus gros du bataillon des marcheurs.

Les marcheurs demeurent souvent dans les agglomérations de plus de 100 000 habitants.

Tableau 4 : Signalétique des marcheurs (en % des pratiquants)

PROFIL SOCIAL	Profil du marcheur	Profil des pratiquants de la marche loisir	Profil des pratiquants de la randonnée pédestre	Profil des pratiquants de la marche utilitaire
SEXE				
femme	57	57	55	63
homme	43	43	45	37
ÂGE				
de 15 à 29 ans	18	16	13	29
de 30 à 49 ans	33	33	37	38
50 ans et plus	49	51	50	33
DIPLÔME				
sous le bac	60	60	45	54
bac ou équivalent	16	17	19	19
plus du bac	24	23	36	27
REVENU				
1 500 euros et moins	32	31	19	31
de 1501 à 3 000 euros	42	43	43	42
plus de 3 000 euros	26	26	38	27
SITUATION PAR RAPPORT À L'EMPLOI				
étudiant ou élève	8	7	4	16
femme ou homme au foyer	6	6	4	6
retraité	29	31	29	16
en emploi	48	47	56	52

PROFIL SOCIAL	Profil du marcheur	Profil des pratiquants de la marche loisir	Profil des pratiquants de la randonnée pédestre	Profil des pratiquants de la marche utilitaire
en recherche d'un premier emploi	-	1	<1	1
au chômage, en recherche d'emploi	5	5	4	6
malade de longue durée ou invalide	2	2	2	2
autre situation	2	1	1	1
CATÉGORIE SOCIO-PROFESSIONNELLE				
agriculteur exploitant (*)	1	1	1	1
artisan, commerçant, chef d'entreprise (*)	2	3	2	2
cadre et profession intellectuelle supérieure	7	7	10	8
profession intermédiaire	14	14	20	16
employé	18	17	18	21
ouvrier	11	11	9	10
retraité	29	31	29	16
autres inactifs	18	16	11	26

Source : enquête pratique et physique 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans ou plus.

Guide de lecture : 55 % des pratiquants de la randonnée pédestre sont des femmes.

(*) effectifs faibles dans l'échantillon.

Tableau 4 bis : Signalétique des marcheurs (en % des pratiquants)

PROFIL SOCIAL	Profil du marcheur	Profil des pratiquants de la marche loisir	Profil des pratiquants de la randonnée pédestre	Profil des pratiquants de la marche utilitaire
TAILLE D'UNITÉ URBAINE				
rural	25	27	29	18
de 2 000 à 100 000 habitants	31	32	29	27
plus de 100 000 habitants	44	41	42	55
REGION UDA				
bassin parisien est	7	7	5	7
bassin parisien ouest	9	10	10	10
départements d'outre mer	2	3	1	2
est	9	9	7	8
méditerranée	12	12	15	11
nord	6	6	5	7

PROFIL SOCIAL	Profil du marcheur	Profil des pratiquants de la marche loisir	Profil des pratiquants de la randonnée pédestre	Profil des pratiquants de la marche utilitaire
ouest	14	14	16	11
région parisienne	17	14	15	24
sud est	13	13	16	11
sud ouest	11	12	10	9
SITUATION MARITALE				
célibataire	33	29	29	44
marié	53	56	59	44
titulaire d'un pacs	2	2	2	1
veuf ou veuve	7	7	4	6
divorcé	5	6	6	5
SPORTIVITÉ DES PARENTS ET DU CONJOINT				
mère pas sportive	82	83	81	77
mère sportive	16	15	17	20
mère très sportive	2	2	2	2
père pas sportif	60	62	60	55
père sportif	32	32	33	35
père très sportif	8	6	7	10
conjoint pas sportif	52	53	40	49
conjoint sportif	40	40	50	40
conjoint très sportif	8	7	10	11

Source : enquête pratique et physique 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans ou plus.
 Guide de lecture : 29 % des pratiquants de la marche loisir sont célibataires.

On peut aussi s'interroger sur l'influence du profil sportif d'une personne sur la sportivité de son conjoint : un peu moins de la moitié des conjoints des pratiquants de la marche sont eux aussi sportifs.

Si l'on compare ces informations à la sportivité des parents et des conjoints des non-pratiquants d'une APS, on constate que pour ces derniers, les parents et les conjoints sont nettement moins sportifs que pour les pratiquants.

On peut raisonnablement émettre l'hypothèse d'un lien positif entre le fait de pratiquer une APS et en particulier la marche et le fait que ses parents ou son conjoint soient ou aient été sportifs.

Parmi les trois disciplines retenues pour un examen plus attentif, la marche loisir présente des caractéristiques socio-économiques de ses pratiquants tout à fait comparables à celles du marcheur toutes activités confondues et n'appelle pas de commentaires particuliers, sauf à dire que les marcheurs de loisir sont encore plus souvent des seniors et des retraités.

Les pratiquants de **la marche utilitaire**, par contre, présentent un profil bien spécifique. Ce sont plus souvent des femmes (63 % d'entre eux), et surtout ils sont plus jeunes. La part des 15 à 29 ans parmi eux avoisine 30 %. La part des étudiants est le double de celle observée chez l'ensemble des marcheurs, tandis que la part des retraités est sensiblement moins importante.

La marche utilitaire est très liée (mais pas seulement) aux trajets domicile – travail ou domicile – école. Les marcheurs utilitaires sont majoritairement localisés dans les grandes agglomérations de plus de 100 000 habitants. Ils sont plus souvent célibataires, ce qui s'explique en partie par la forte proportion de jeunes âgés de moins de 29 ans.

Les randonneurs pédestres présentent eux aussi un profil quelque peu atypique. La part des hommes y est très légèrement supérieure. Les jeunes de moins de 30 ans sont nettement moins attirés par la randonnée pédestre (13 % contre 29 % chez les marcheurs utilitaires et 18 % chez les marcheurs toutes disciplines confondues).

Les randonneurs pédestres sont plus diplômés que les autres marcheurs et les revenus de leurs foyers sont plus élevés. Les cadres et professions intellectuelles supérieures, ainsi que les professions intermédiaires sont plus nombreux parmi eux. On compte moins d'ouvriers que chez l'ensemble des marcheurs. Ils vivent plus souvent en milieu rural.

Les raisons du choix de la pratique de la marche.

Qu'est ce qui motive une personne à pratiquer une activité physique et sportive ? L'enquête menée en 2010 confirme les constats des précédentes enquêtes (Stat-Info 1102 de novembre 2011).

Les personnes interrogées avaient la possibilité de choisir, parmi une liste d'une quinzaine d'items, la ou les raisons qui les incitent à faire du sport. La convivialité, le contact avec la nature, la santé et l'entretien physique sont les principales motivations citées par l'ensemble des pratiquants d'une APS.

Les marcheurs ont-ils des raisons différentes de pratiquer une APS ?

Il est possible de répondre partiellement à cette question. En effet, les pratiquants ont cité les raisons du choix de leur engagement dans la pratique physique et sportive de manière globale et non activité par activité.

On identifie donc aisément les motifs de pratique des marcheurs mais ces motivations s'appliquent à toutes leurs pratiques et pas seulement aux activités de marche.

Comme l'ensemble des pratiquants (**tableau 5**), et dans les mêmes proportions, les marcheurs privilégient les aspects liés à la santé ainsi que les valeurs de convivialité dans la pratique de leurs APS.

Le marcheur se différencie par le fait qu'il est plus encore attiré par le contact avec la nature dans le cadre de sa pratique. Par contre, il cite moins souvent les motivations « plus physiques » (risque, engagement physique, amélioration des performances, ...)

Tableau 5 : Motivations des pratiquants de la marche (en % des pratiquants)

PROFIL SOCIAL	Ensemble des marcheurs	Pratiquants de la marche loisir	Pratiquants de la randonnée pédestre	Pratiquants de la marche utilitaire	Ensemble des pratiquants
SANTÉ, BIEN ÊTRE					
La santé	91	92	93	90	90
Etre bien dans votre peau	95	95	97	93	94
L'exercice, l'entretien physique	84	84	91	84	84
CONVIVALITÉ ET SOCIABILITÉ					
La rencontre avec les autres	65	65	72	63	65
Le plaisir d'être avec vos proches	85	87	91	83	85
La détente	94	95	97	91	93
Le plaisir, l'amusement	91	92	97	89	91
Le contact avec la nature	86	89	96	79	81
MOTIVATIONS PHYSIQUES					
Le risque	13	12	16	15	16
La gagne, la compétition, la performance	16	15	14	18	21
Les sensations	51	50	62	51	54
L'engagement physique	55	54	61	57	58
la dépense physique	76	75	82	77	77
L'amélioration de vos performances	38	37	40	43	44
Autre motif	7	6	7	8	6

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Guide de lecture : 91 % des marcheurs citent la santé comme motivation de leur pratique et 76 % la dépense physique.

Avec les mêmes réserves méthodologiques citées précédemment, on constate que les marcheurs de loisir ont des raisons sensiblement identiques à celles de l'ensemble des marcheurs de pratiquer cette discipline. Les motivations du marcheur utilitaire ne sont guère éloignées de celle du marcheur de loisir, à ceci près que les notions de convivialité et de sociabilité sont un peu moins souvent citées.

Les personnes qui pratiquent la randonnée pédestre ont un profil relativement atypique en ce qui concerne leurs motifs de pratique.

Plus encore que l'ensemble des marcheurs, ils mettent l'accent sur la santé et le bien-être liés à la pratique physique et sportive. Ainsi, l'item « exercice et entretien physique » est cité par 91 % des randonneurs, contre 84 % des marcheurs.

La convivialité et la sociabilité ne sont pas en reste. 72 % des randonneurs pédestres privilégient la rencontre avec les autres et 97 % d'entre eux mettent en avant le plaisir et l'amusement.

Sport de nature par excellence, la randonnée pédestre attire bien évidemment les amoureux de la nature. 96 % des pratiquants de la randonnée pédestre mettent en avant le « contact avec la nature » comme une des raisons de leur pratique.

Les motivations physiques sont plus souvent soulignées par les randonneurs. Les sensations, l'engagement physique et la dépense physique sont des motivations qui les touchent plus que l'ensemble des marcheurs ou des pratiquants.

Annexe : Modalités de pratique de deux activités de marche (en % des pratiquants)

	Randonnée en montagne	Randonnée à raquette et raquette à neige
Fréquence de pratique		
exclusivement en vacances	67	49
plus d'une fois par semaine (pratique intensive)	2	4
une fois par semaine	5	13
moins d'une fois par semaine	24	36
Total	100	100
Institutionnalisation		
pratique en association ou club privé marchand	4	6
pratique encadrée	8	11
détention d'une licence	1	2
participation à des compétitions ou des rassemblements sportifs	3	ns
Lieux de pratique (*)		
dans une installation sportive	sans objet	3
en milieu naturel	98	95
en ville, dans un parc, un jardin public, une rue	3	1
au domicile ou au domicile d'une personne de connaissance	sans objet	sans objet
Autres lieux	sans objet	sans objet

	Randonnée en montagne	Randonnée à raquette et raquette à neige
Sociabilité des pratiques (*)		
entre amis	52	53
en famille ou en couple	66	60
seul(e)	10	8
avec des relations de travail ou d'études	2	3
avec d'autres personnes	8	10

Source : enquête pratique et physique 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans ou plus.
 Guide de lecture : 67 % des randonneurs en montagne pratiquent exclusivement pendant leurs vacances.
 (*) la somme des modalités peut être supérieure à 100, une personne pouvant choisir plusieurs réponses.

Annexe : Signalétique de deux activités de marche (en % des pratiquants)

PROFIL SOCIAL	Profil des pratiquants de la randonnée en montagne	Profil des pratiquants de la randonnée en raquette et de la raquette à neige
SEXE		
femme	48	64
homme	52	36
ÂGE		
de 15 à 29 ans	23	12
de 30 à 49 ans	43	36
50 ans et plus	34	52
DIPLÔME		
sous le bac	44	38
bac ou équivalent	19	22
plus du bac	37	40
REVENU		
1 500 euros et moins	16	14
de 1 501 à 3 000 euros	42	43
plus de 3 000 euros	42	43
SITUATION PAR RAPPORT À L'EMPLOI		
étudiant ou élève	10	2
femme ou homme au foyer	4	5
retraité	15	28
en emploi	64	61
en recherche d'un premier emploi	2	-

PROFIL SOCIAL	Profil des pratiquants de la randonnée en montagne	Profil des pratiquants de la randonnée en raquette et de la raquette à neige
au chômage, en recherche d'emploi	3	3
malade de longue durée ou invalide	1	-
autre situation	1	1
CATÉGORIE SOCIO-PROFESSIONNELLE		
agriculteur exploitant (*)	2	1
artisan, commerçant, chef d'entreprise (*)	4	2
cadre et profession intellectuelle supérieure	14	16
profession intermédiaire	21	21
employé	17	17
ouvrier	10	8
retraité	15	28
autres inactifs	17	7

Source : enquête pratique et physique 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans ou plus.
 Guide de lecture : 15 % des pratiquants de la randonnée en montagne sont des retraités.
 (*) effectifs faibles dans l'échantillon.

Annexe : Signalétique de deux activités de marche (en % des pratiquants)

PROFIL SOCIAL	Profil des pratiquants de la randonnée en montagne	Profil des pratiquants de la randonnée en raquette et de la raquette à neige
TAILLE D'UNITÉ URBAINE		
rural	23	26
de 2 000 à 100 000 habitants	29	32
plus de 100 000 habitants	48	42
REGION UDA		
bassin parisien est	3	3
bassin parisien ouest	6	5
départements d'outre mer	3	1
est	9	11
méditerranée	16	17
nord	4	3
ouest	10	6
région parisienne	16	10

PROFIL SOCIAL	Profil des pratiquants de la randonnée en montagne	Profil des pratiquants de la randonnée en raquette et de la raquette à neige
sud est	19	31
sud ouest	14	13
SITUATION MARITALE		
célibataire	40	26
marié	50	61
titulaire d'un pacs	3	3
veuf ou veuve	3	3
divorcé	4	6
SPORTIVITÉ DES PARENTS ET DU CONJOINT		
mère pas sportive	76	78
mère sportive	21	20
mère très sportive	3	2
père pas sportif	52	53
père sportif	38	39
père très sportif	10	8
conjoint pas sportif	37	30
conjoint sportif	49	55
conjoint très sportif	14	15

Source : enquête pratique et physique 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans ou plus.

Guide de lecture : 38 % des pratiquants de la randonnée en montagne ont ou avaient un père sportif.

Annexe : Motivations des pratiquants de deux activités de marche (en % des pratiquants)

PROFIL SOCIAL	Pratiquants de la randonnée en montagne	Pratiquants de la raquette à neige et de la randonnée à raquette
SANTÉ, BIEN ÊTRE		
La santé	94	97
Être bien dans votre peau	97	98
L'exercice, l'entretien physique	94	94
CONVIVIALITÉ ET SOCIABILITÉ		
La rencontre avec les autres	71	81
Le plaisir d'être avec vos proches	89	94

PROFIL SOCIAL	Pratiquants de la randonnée en montagne	Pratiquants de la raquette à neige et de la randonnée à raquette
La détente	98	100
Le plaisir, l'amusement	96	100
Le contact avec la nature	95	98
MOTIVATIONS PHYSIQUES		
Le risque	22	16
La gagne, la compétition, la performance	20	14
Les sensations	72	70
L'engagement physique	69	69
la dépense physique	87	89
L'amélioration de vos performances	50	45
Autre motif	9	5

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Guide de lecture : 91 % des marcheurs citent la santé comme motivation de leur pratique et 76 % la dépense physique.

Chapitre 4

Les pratiques de montagne estivales et hivernales

Brice LEFEVRE

Dans ce chapitre consacré aux pratiques de montagne, sont étudiées les quatre familles « Ski », « Autres sports d'hiver », « Escalade (au sens large d'activités à cordes) » et « Randonnée ». A des fins de comparaison, lorsque cela est possible, les regroupements de disciplines effectués correspondent aux mêmes regroupements utilisés dans l'enquête réalisée en 2000 (tableau 1). Chacun de ces regroupements est abordé et les principales disciplines les composant sont détaillées. Ces dernières, prépondérantes dans la composition des regroupements, influencent grandement leurs résultats. Ainsi, seuls les profils de ses principales activités et de leurs pratiquants sont présentés afin d'éviter les répétitions.

Tableau 1 : La composition des quatre familles d'activités de montagne considérées

SKI	AUTRES SPORTS D'HIVER	ESCALADE	RANDONNEE
ski alpin, ski de fond, snowboard, randonnée à ski, surf des neiges, ski free style ou free ride, ski joëring	luge, patinage, hockey sur glace, patinage artistique, glisse sur neige, motoneige	escalade, alpinisme, accrobranche, canyoning, via ferrata, spéléologie	randonnée en montagne, randonnée à raquettes

Sur le plan des enjeux de la démographie sportive, les activités de montagne sont loin d'être négligeables et apparaissent en bonne place dans la hiérarchie des pratiques physiques et sportives citées chez les personnes de 15 et plus qui résident en France. Depuis dix ans, elles constituent toujours une facette importante du phénomène d'engouement pour les pratiques de nature (Truchot, 2002). Rappelons que l'une des particularités de la France est sa richesse sur le plan des ressources naturelles et particulièrement de ses espaces montagnards, qui ont d'ailleurs compté dans l'histoire des pratiques de montagne, qu'elles soient estivales ou hivernales (à Chamonix premiers jeux olympiques d'hiver, premières ascensions en alpinisme...). Ce sont deux personnes sur dix de la population considérée – soit 10,6 millions de personnes - qui déclarent avoir pratiqué (hors éducation physique et sportive obligatoire) au moins une fois une activité de montagne au cours des douze derniers mois précédant l'enquête. Dans le détail (tableau 2) et par ordre décroissant d'importance, le groupe des skieurs est le plus nombreux avec quasiment 7 millions de personnes, les randonneurs sont presque 4 millions d'individus, les pratiquants d'autres sports d'hiver environ 2 millions et les grimpeurs au « sens large » un peu plus de un million.

Tableau 2 : Le poids des pratiques de montagne (en %)

	Taux dans la population	Extrapolation en millions
SKI	13,1	6,9
ski alpin	11,1	5,8
ski de fond	1,7	0,9
AUTRES SPORT D'HIVER	3,9	2,1
luge	2,2	1,1
patinage	1,8	1,0
ESCALADE	2,2	1,2
escalade	1,5	0,8
RANDONNEE	7,4	3,9
randonnée en montagne	6,4	3,4
randonnée à raquettes	1,9	1,0

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
Lecture : 13,1 % des personnes interrogées ont déclaré au moins une activité de la famille Ski, soit environ 6,9 millions d'individus.

Des activités de vacances plébiscitées par les jeunes et les actifs des classes moyennes et supérieures

Les sports d'hiver et leurs adeptes possèdent, en général, certaines caractéristiques communes que cela soit du point de vue des modalités de pratique, du profil sportif global, des raisons de pratiquer des APS, et enfin du profil social.

Ce sont avant tout des activités de vacances (tableau 3), avec une nuance pour l'escalade, ce que rappellent les transhumances hivernales (Thiéry, 2006), qui confinent parfois à la tradition familiale avec « les vacances au ski en famille » d'une génération à l'autre. Ce constat induit pour ces activités des coûts économiques et temporels conséquents. Ce sont des pratiques le plus souvent autonomes, peu institutionnalisées (hormis l'escalade) et de sociabilité amicale et familiale.

Elles s'exercent certes le plus souvent en milieu naturel mais également dans des équipements plus urbains comme les structures artificielles d'escalade (pendant artificiel de la falaise) ou les patinoires, tendance engendrée par le mouvement d'artificialisation des activités de nature.

Tableau 3 : Les modalités de pratique des grandes activités de montagne (en % des pratiquants)

	Ski alpin	Ski de fond	Luge	Patinage	Escalade	Randonnée en montagne	Randonnée à raquette
FREQUENCE							
plus d'une fois par semaine	5	9	6	3	6	4	1
une fois par semaine	6	8	14	2	16	5	8
moins d'une fois par semaine	18	25	22	37	39	25	40
exclusivement en vacances	72	58	59	58	39	67	50
INSTITUTIONNALISATION							
association ou club privé marchand	2	4	0	1	19	4	6
encadré	6	8	0	4	20	8	12
licence	1	2	0	2	13	1	2
compétition ou rassemblement	1	2	0	1	3	3	1
SOCIABILITE							
entre amis	52	41	42	61	51	52	51
en famille ou en couple	76	61	81	53	29	66	62
seul	6	21	5	7	17	10	9
avec des relations de travail ou d'études	4	5	0	6	13	2	4
avec d'autres personnes	3	5	0	6	13	8	9
LIEU DE PRATIQUE							
dans une installation sportive stade, gymnase, piscine, fitness...	18	12	6	85	48	1	3
en milieu naturel dans une forêt, un bois, à la mer, sur un lac, à la montagne, à la campagne...	87	91	82	6	71	98	96

	Ski alpin	Ski de fond	Luge	Patinage	Escalade	Randonnée en montagne	Randonnée à raquette
en ville dans un parc, un jardin public, une rue...	0	2	9	10	3	3	1
à votre domicile, ou au domicile d'une personne de votre connaissance	1	1	15	1	2	2	2
autre	0	0	1	1	0	0	0

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Lecture : 72 % des skieurs alpins déclarent ne pratiquer le ski alpin qu'en vacances.

Les pratiquants d'une activité de montagne sont généralement des personnes appartenant au « noyau dur » des sportifs (tableau 4). Une part de leur pratique physique et sportive est fortement institutionnalisée, ce sont des multi pratiquants affirmés qui pratiquent tout au long de l'année. Leurs modalités de pratique sont variées, du loisir à la compétition officielle, l'aspect compétitif étant moins affirmé chez les lugeurs. Concernant la pratique des APS, ces pratiquants ont des fréquences de pratique moyennes, avec trois exceptions notables : les adeptes de la luge et de la randonnée en montagne ont une pratique moins intensive, et les grimpeurs, au contraire, déclarent une fréquence de pratique plus forte.

Tableau 4 : Les profils sportifs généraux

	Ski alpin	Ski de fond	Luge	Patinage	Escalade	Randonnée en montagne	Randonnée à raquette	TOTAL ensemble des APS
FREQUENCE								
plus d'une fois par semaine	47	54	38	51	59	44	55	48
une fois par semaine	26	23	28	27	18	31	28	25
moins d'une fois par semaine	25	20	29	19	22	23	17	22
exclusivement en vacances	1	3	4	3	1	2	0	5
NSP	0	0	0	0	0	0	0	1
INSTITUTIONNALISATION								
association ou club privé marchand	50	46	40	48	55	41	47	27
encadré	52	44	48	67	61	47	49	28

	Ski alpin	Ski de fond	Luge	Patinage	Escalade	Randonnée en montagne	Randonnée à raquette	TOTAL ensemble des APS
licence	39	31	27	32	44	25	31	17
compétition ou rassemblement	37	33	24	34	38	30	28	17
MULTIPRATIQUE								
1 à 2 pratiques	5	7	3	0	3	5	4	33
3 à 5 pratiques	29	21	22	28	17	32	26	34
6 pratiques et plus	66	72	75	72	80	64	70	22

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Lecture : 26 % des skieurs alpins déclarent avoir une activité physique ou sportive une fois par semaine.

Pratiquer une activité de montagne est un facteur qui favorise la pratique d'autres activités de montagne (tableau 5). Cependant, si l'on raisonne uniquement sur les pratiquants d'au moins une activité de montagne, on remarque que les skieurs alpins sont les plus exclusifs, et qu'à l'opposé les randonneurs à raquettes le sont moins, et sont également attirés par le ski de fond ou la randonnée en montagne.

Tableau 5 : Les combinaisons des grandes activités de montagne

En % des pratiquants	Ski alpin	Ski de fond	Luge	Patinage	Escalade	Randonnée en montagne	Randonnée à raquettes
ski alpin		7 %	9 %	7 %	6 %	19 %	7 %
ski de fond	46 %		11 %	4 %	8 %	36 %	20 %
luge	44 %	9 %		10 %	4 %	19 %	9 %
patinage	42 %	4 %	12 %		9 %	16 %	2 %
escalade	41 %	9 %	6 %	11 %		38 %	13 %
randonnée en montagne	34 %	10 %	7 %	5 %	9 %		14 %
randonnée à raquettes	39 %	18 %	10 %	2 %	10 %	47 %	
pratiquants d'au moins une activité de montagne	55 %	8 %	11 %	9 %	8 %	32 %	10 %
population totale	11 %	2 %	2 %	2 %	2 %	6 %	2 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Lecture : 7 % des skieurs alpins déclarent pratiquer le ski de fond.

Les raisons de pratique des activités physiques ou sportives sont en général contrastées. Toutefois, on constate que les motivations les plus discriminantes (tableau 6) sont globalement plus souvent citées que pour l'ensemble des pratiquants, ce qui est en cohérence avec la diversification de leurs investissements sportifs. La recherche de sensations est systématiquement évoquée et d'autres motivations sont souvent présentes comme l'engagement et la dépense physique, la tendance étant plus nuancée pour le lugeur.

On relève encore le risque - raison moins citée par les randonneurs à raquettes ou les lugeurs - ainsi que la recherche de performances, souvent dans un but de maîtrise (orienté sur la tâche à réaliser), mais de façon moins nette pour le fondeur et le randonneur à raquettes.

Tableau 6 : Les raisons discriminantes de pratique du sport en général pour les pratiquants étudiés

	Skieur alpin	Fondeur	Lugeur	Patineur	Grimpeur	Randonneur en montagne	Randonneur à raquettes	Ensemble des pratiquants
le risque	25	22	17	30	45	22	16	16
la gagne, la compétition, la performance	30	22	24	37	37	20	15	21
l'engagement physique	69	74	61	72	80	69	70	58
la dépense physique	86	91	81	86	93	87	88	77
l'amélioration de vos performances,	55	51	56	66	59	50	45	44

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Lecture : 25 % des skieurs alpins déclarent le risque comme raison de pratique des APS en général.

Même si des équipements artificiels, hors zone de montagne, ont été développés, la pratique de ces disciplines demeure fortement liée à la proximité géographique d'un massif montagneux. A l'exception du patinage, pour la totalité des activités de montagne prises en compte, toutes choses égales par ailleurs, le fait d'habiter dans un département de montagne favorise la pratique d'une activité de montagne. Les critères économiques et culturels sont en effet réduits.

Sur un plan sociodémographique plus classique (tableau 7), les pratiquants ont tendance à être âgés de moins de 50 ans, sauf dans le cas des fondeurs et des randonneurs à raquettes. Ce sont plutôt des personnes actives, ainsi que des élèves ou des étudiants. Le recrutement social s'effectue préférentiellement dans les classes moyennes et supérieures, avec l'effet positif d'un revenu élevé, de la possession du bac et même plus de l'obtention

d'un diplôme de l'enseignement supérieur. Il existe également un marquage sexué des pratiques, avec la randonnée à raquettes privilégiée par les femmes, et des activités à risque (subjectif ou objectif) comme les pratiques à cordes (surtout l'escalade) et le ski qui sont un peu plus pratiqués par les hommes. De plus, le sport fait partie de la culture familiale, l'un des deux parents étant souvent considéré comme sportif.

Tableau 7 : Les profils sociaux des pratiquants des activités étudiées

	Ski alpin	Ski de fond	Luge	Patinage	Escalade	Randonnée en montagne	Randonnée à raquette
SEXE							
femme	42	47	54	56	41	48	61
homme	58	53	46	44	59	52	39
AGE							
de 15 à 29 ans	38	22	34	55	49	23	14
de 30 à 49 ans	44	40	56	38	37	43	39
50 ans et plus	19	39	10	6	14	34	47
DIPLÔME							
sous le bac	40	37	51	58	38	44	34
bac ou équivalent	22	19	23	21	26	19	23
plus du bac	39	44	26	21	36	37	43
REVENU							
1500 et moins	13	12	21	38	22	16	14
1501 à 3000 euros	40	42	49	37	44	42	45
plus de 3000 euros	47	46	30	25	35	42	42
CATEGORIE SOCIOPROFESSIONNELLE							
agriculteur exploitant	1	0	0	0	0	2	0
artisan, commerçant, chef d'entreprise	4	2	2	2	4	4	2
cadre supérieur et prof. Intellectuelle supérieure	15	18	5	6	13	14	18
profession intermédiaire, contremaître	23	20	24	14	25	21	21
employé, personnel de service	14	13	24	17	14	18	18

	Ski alpin	Ski de fond	Luge	Patinage	Escalade	Randonnée en montagne	Randonnée à raquette
ouvrier, ouvrier agricole	11	10	17	10	12	10	8
retraité	8	20	3	1	3	15	25
autres inactifs	24	17	25	49	28	17	7
TAILLE AGGLOMERATION							
rural	24	30	29	23	22	23	26
de 2000 à 100 000 habitants	27	29	37	22	25	29	32
plus de 100000 habitants & agglomération parisienne	49	41	34	55	53	48	43
REGION UDA							
région parisienne	20	12	8	19	20	16	8
bassin parisien est	6	4	4	5	3	3	3
bassin parisien ouest	7	5	6	5	5	5	5
nord	3	2	3	11	1	4	2
est	9	14	26	9	4	9	13
ouest	9	3	6	16	9	10	5
sud-ouest	11	10	7	4	13	14	14
sud-est	19	32	28	12	18	18	31
méditerranée	17	17	12	20	27	16	19
DOM	0	0	0	0	0	3	1
SITUATION MARITALE							
célibataire, avec un conjoint, hors PACS	23	17	31	25	37	22	18
célibataire, sans conjoint	25	19	22	44	27	19	11
divorcé(e)	2	4	3	3	1	4	6
marié	45	49	42	24	29	50	58
titulaire d'un pacs	3	5	2	3	4	3	3
veuf ou veuve	1	6	0	1	2	3	4
ENFANT							
a un enfant	58	68	68	43	43	67	74
a un enfant au foyer	46	40	61	39	34	44	35

	Ski alpin	Ski de fond	Luge	Patinage	Escalade	Randonnée en montagne	Randonnée à raquette
SITUATION PAR RAPPORT A L'EMPLOI							
travaille	64	62	64	46	63	64	65
en recherche d'emploi	6	3	8	15	6	5	3
femme ou homme au foyer	3	3	7	7	0	4	4
étudiant ou élève	19	11	17	32	25	10	2
retraité et a travaillé auparavant	7	20	3	1	3	15	25
autre situation	1	2	1	0	2	2	1
SPORTIVITE							
mère sportive (sportive ou très sportive)	26	34	27	33	34	23	23
père sportif (sportif ou très sportif)	50	45	45	48	61	47	48

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Lecture : 42 % des skieurs alpins sont des femmes.

Une prégnance du filtre économique pour la pratique du Ski

La famille du Ski est diversifiée et regroupe huit activités déclarées. Ce sont par ordre décroissant d'importance le ski alpin (11,1 %), le ski de fond (1,7 %), le snowboard (1 %), la randonnée à ski (< 1 %), le ski (< 1 %), le surf des neiges (< 1 %), le ski free style ou free ride (< 1 %) et le ski joëring (< 1 %). 13 % des 15 ans et plus ont déclaré au moins une discipline de ce regroupement, soit une population d'environ 6,9 millions de personnes (tableau 2). On constate une très légère augmentation (d'environ 2 %) par rapport à l'estimation de l'enquête 2000, à structure sociale constante (Lefèvre et Thiéry, 2011). Cette évolution est à relativiser, ce type de disciplines étant sujet aux aléas climatiques, les niveaux d'enneigement influençant directement le nombre de pratiquants déclarés. Au sein de ce groupe, le ski alpin est la discipline qui est la plus répandue avec 11 % de pratiquants (soit 5,8 millions de personnes) suivi par le ski de fond à presque 2 % (soit 1 million de personnes).

Les modalités de pratique du ski alpin et les motivations sportives générales du skieur alpin correspondent en moyenne à celles des pratiquants du regroupement des sports de montagne. L'approche étant globale, ce constat n'est pas synonyme d'absence de modalités de pratique différentes (spécialités telles que le hors-piste, la piste, le free-style...). Ceci se comprend d'autant mieux que les motivations déclarées par les skieurs alpins sont multiples

et que des pratiques de masse (taux de pénétration élevé dans la population) sont sujettes à la spécialisation. Notons que le taux d'encadrement est peu élevé (6 % des skieurs). Le fondeur, quant à lui, déclare comme raison principale de son engagement dans les APS la recherche de l'engagement physique, ce que ne dément pas la simultanéité du travail des bras et des jambes, et la vitesse qu'imprime le développement de la modalité skating (patinage) de l'activité.

Le ski alpin étant la principale activité du groupe d'activités Ski, les résultats sociodémographiques relatifs au regroupement du Ski sont similaires à ceux du ski alpin, révélant un marquage social toujours prégnant depuis 2000 (Burlot et Paupardin, 2000). Les conditions déterminantes d'accès au ski alpin sont la jeunesse (moins de 50 ans) et le niveau de ses revenus, et particulièrement les plus hauts revenus : une personne membre d'un foyer au revenu mensuel supérieur à 3 000 euros nets est en moyenne trois fois plus souvent skieur qu'une personne au revenu inférieur à 1 500 euros. Etre un homme, diplômé, notamment du supérieur, avec l'un de ses deux parents sportifs sont des caractéristiques sociales qui favorisent aussi la pratique du ski alpin. Des activités de montagne étudiées, le ski alpin est, avec la randonnée à raquettes, l'activité dont le profil social des pratiquants est le plus complexe. En contraste, le fondeur se démarque seulement sur l'importance de ses revenus, surtout les plus hauts, et dans une moindre mesure sur son capital scolaire (diplômé de l'enseignement supérieur). Ce lien entre le skieur de fond et le niveau de revenu peut surprendre dans le cas d'une activité qui historiquement se caractérisait par un moindre coût par rapport à l'alpin. Les domaines nordiques sont devenus plus onéreux et l'on a assisté à une montée en gamme des matériels, notamment induite par la modalité skating. Avec un effet moindre, être diplômé du supérieur intervient également.

A côté du Ski, d'autres sports d'hiver, plus confidentiels, participent au paysage sportif de la montagne, correspondant à 2 % de la population considérée, soit, en extrapolant, un million de personnes. Ce sont tout d'abord la luge, puis le patinage et, avec un moindre poids, le hockey sur glace (moins de 1 %), le patinage artistique, la glisse sur neige et enfin la motoneige. Sur le plan des raisons de pratique des APS, la recherche du risque est citée ainsi que l'amélioration des performances. Les patineurs comme les grimpeurs sont axés sur la performance (gagne, compétition, performance, amélioration des performances).

Cette famille se distingue par la jeunesse de ses adeptes, notamment pour les deux activités principales qui la composent : la luge et le patinage. Pour la luge, le fait d'être originaire d'une grande agglomération et d'avoir un enfant joue également sur le choix de cette pratique souvent appréciée par les enfants.

Le grimpeur : un sportif assidu

Cette famille des activités dites à corde est le résultat de la combinaison de six activités qui sont par ordre d'importance l'escalade (environ 0,8 million de personnes, soit plus

de 1 % des 15 ans et plus), loin devant, l'alpinisme, l'accrobranche, le canyoning, la via ferrata et la spéléologie. Plus que les autres activités de montagne, l'escalade est une activité pratiquée tout au long de l'année, avec un fort niveau d'institutionnalisation : affiliation à un club, détention d'une licence et recours à un encadrement adapté à ce milieu spécifique. Remarquons que la modalité de pratique sur site naturel (environ trois pratiquants sur quatre) n'a pas été supplantée par la modalité de pratique sur site artificiel. Par ailleurs, elle est moins pratiquée en famille ou en couple.

Ces dernières années, l'institutionnalisation de l'escalade, et surtout le développement de la compétition avec et sans corde, sont principalement portés par une offre croissante de structures artificielles d'escalade (SAE, murs et pans). Ainsi, comparativement aux autres activités de montagne, le profil sportif global du grimpeur se démarque avec un niveau d'institutionnalisation élevé avec toujours le triptyque classique fréquences de pratique élevées/licence/compétition.

Cette orientation n'est d'ailleurs pas en opposition avec la possession d'un vaste portefeuille de pratiques, ce que confirment les enquêtes fédérales sur les licenciés (fédération française de la montagne et de l'escalade, fédération des clubs alpins de montagne). Ce qui distingue clairement le grimpeur est la recherche du risque comme raison principale de la pratique physique et sportive. C'est aussi un sportif motivé par la performance présente sous forme à la fois de but compétitif et de but de maîtrise (l'amélioration des performances, la gagne, la compétition, la performance) ainsi que par les dimensions physiques avec l'engagement et la dépense physique. La famille Escalade diffère peu en termes de motivations, ce qui est logique compte tenu de la forte présence de l'escalade dans la famille.

Au niveau du profil social, le pratiquant de l'escalade est plus rarement un sénior et secondairement le fait d'avoir un parent sportif intervient. Cette moindre sélectivité est due à la démocratisation de l'activité avec une offre en progression sur les SAE (structures artificielles d'escalade) et en SNE (site naturel d'escalade : falaise et blocs). En sus, interviennent les revenus moyens et surtout élevés, et la masculinité pour le regroupement des activités à « cordes ».

La randonnée : une famille contrastée

Cette famille comprend la randonnée en montagne ainsi que la randonnée à raquettes à neige. La randonnée en terrain montagneux est l'activité que partagent 6 % des 15 ans et plus, soit approximativement 3 millions d'individus. La raquette à neige touche presque 2 % des 15 ans et plus, soit un million de personnes. Les randonneurs en montagne et les randonneurs de façon générale ont une pratique moins intensive, mais tout de même hebdomadaire.

La randonnée à raquettes, comparativement aux autres activités de montagne, est souvent une forme plus « douce » de la pratique de la montagne, dimension caractéristique des

pratiques de randonnée et de marche (*voir à ce sujet le chapitre « Les pratiques de la marche : de la randonnée à la marche utilitaire »*), ce que l'on retrouve dans les éléments déterminants des motivations d'investissement des APS comme la recherche du contact avec la nature et la rencontre avec les autres.

La famille de la randonnée révèle un recrutement social spécifique, ceci étant particulièrement valable pour la raquette à neige.

La randonnée en montagne et sa déclinaison hivernale (la raquette à neige) ont des recrutements sociaux assez similaires. Pour ces deux types de randonnée, avoir un revenu moyen ou surtout élevé est un facteur influent. Pareillement, le capital scolaire joue favorablement, avec plus précisément, la possession d'un diplôme de l'enseignement supérieur pour la randonnée en montagne, et du baccalauréat ou plus pour la raquette à neige. Dans les deux cas, avoir un parent sportif a aussi un impact positif. Ce qui les différencie est principalement l'âge moyen des pratiquants et sur un second plan le taux de féminisation de la pratique, tous les deux plus élevés pour la raquette à neige (seule activité dans ce cas). En revanche, être parent est un facteur qui accroît la pratique de la randonnée, ce qui est à lier à des sorties effectuées souvent dans un cadre familial.

CONCLUSION

Malgré la diffusion importante des pratiques de montagne dans la population, le marquage social reste fort, avec une surreprésentation des diplômés du supérieur et des revenus les plus hauts, traits caractéristiques des pratiques de nature (Muller, 2005) qui recrutent plutôt dans les ménages aux revenus élevés. A titre d'exemple, il y a dans la pratique du ski alpin, un frein économique constitué par les transports en station, l'équipement et les infrastructures lourdes, des filtres culturels, techniques et physiques, et un temps d'apprentissage non négligeable. Par ailleurs, avec la sélection physique qui s'opère et leur caractère risqué, ces activités touchent les couches les plus jeunes de la population.

On comprend à travers ces quelques résultats que les profils des pratiquants des différentes activités de montagne sont proches. Ceci est en partie dû au cumul des différents types de pratiques, notamment de montagne, propres aux catégories moyennes et supérieures.

Ce raisonnement vaut également pour les autres pratiques physiques et sportives en général et plus largement pour les autres pratiques culturelles (Muller, 2005) : les catégories moyennes et supérieures pratiquent un plus grand nombre d'activités de loisir (large portefeuille de pratiques) que les autres catégories sociales. Des activités de masse comme le ski alpin ou la randonnée en montagne ne sont cependant pas monolithiques car il existe à l'intérieur de ces activités une hétérogénéité de modalités de pratiques, que l'agrégation des chiffres masque, et dont l'identification passe par des enquêtes ad hoc et de nature plus qualitative.

Bibliographie

- Burlot F., Paupardin M., *Les activités de glisse*, in Mignon & Truchot, *Les pratiques sportives en France*, INSEP, 2002.
- Lefèvre B., Thiéry P., *Les principales activités physiques et sportives pratiquées en France en 2010*, Stat-Info n°11-02, MJS, 2011.
- Muller L., *Pratique sportive et activités culturelles vont souvent de pair*, Insee Première, n°1008, 2005.
- Thiéry P., *La pratique du sport durant les vacances d'été*, Stat-Info n°07-01, MJSVA.
- Thiéry P., *Les sports d'hiver pratiques et pratiquants*, Stat-Info n°06-06, MJSVA.
- Truchot G., *Les activités sportives de nature*, in Mignon & Truchot, *Les pratiques sportives en France*, INSEP, 2002.
- Muller L., *Le goût affirmé des Français pour les sports de nature : mythe ou réalité*, in Muller L., *La pratique des activités physiques et sportives en France*, 2005.

Chapitre 5

Le cyclisme

Fabrice BURLLOT - Emmanuel LELORE

Avec 17,4 millions de personnes déclarant faire plus ou moins régulièrement du vélo, la petite reine se situe au troisième rang des activités les plus déclarées en France chez les plus de 15 ans. Bien plus, elle s'affirme comme une activité en forte expansion passant d'un taux de pratique de 27 % en 2000 à 32 % en 2010 sur l'ensemble des personnes concernées (15 à 75 ans), soit une augmentation de 5 points en dix ans.

Les activités citées par les personnes enquêtées qui déclarent faire du vélo concernent des volumes de pratiquants plus ou moins élevés. Parmi les seize disciplines distinctes recensées (*tableau n°1*), certaines comme le BMX, le cyclo-cross, le cyclotourisme ou encore la randonnée à vélo restent confidentielles et ne seront pas traitées. D'autres semblent être des pratiques proches comme le vélo et le cyclisme, mais avec des dénominations différentes. Finalement, deux types d'activités (le VTT et le vélo) se distinguant sous trois modalités de pratique différentes (loisir, utilitaire et compétition) ont retenu notre attention¹.

Plébiscité par plus de 11,8 millions de pratiquants, le vélo loisir arrive largement en tête du palmarès. Viennent ensuite le VTT loisir et le vélo utilitaire, avec respectivement 4,3 millions et 2,9 millions d'adeptes. Enfin le VTT utilitaire (500 000 pratiquants), le vélo compétition (268 000 pratiquants) et le VTT compétition (178 000 pratiquants) sont suffisamment répandus pour être traités et permettre des comparaisons entre ces trois publics, tant du point de vue du profil des pratiquants que des modalités ou des motivations de la pratique².

Force est de constater que les pratiques compétitives sont minoritaires, avec à peine 450 000 compétiteurs sur les 17,4 millions d'adeptes. Sans pouvoir dire s'il y a réellement une augmentation par rapport à 2000, les modes de questionnement étant différents, il faut tout de même constater que les pratiques utilitaires représentent presque 3,5 millions de personnes résidant en France. A la fois conséquences du développement des infrastructures (aménagement, pistes cyclables, services de vélos en libre-usage...) et d'une évolution sociale (écologisation des modes de déplacement, sensibilisation à l'environnement, exercice physique et modes de déplacement...), le vélo peut apparaître comme un mode de transport alternatif non négligeable. Au final, avec plus de 15 millions de pratiquants, les pratiques de loisir constituent la grande majorité des pratiquants.

1 : Contrairement à 2000 où aucune précision n'était demandée, en 2010, dans le cas où l'enquêté déclarait vélo, VTT, ou cyclisme, il lui était demandé de préciser la modalité d'exercice de l'activité (loisir, compétition, utilitaire). Certains peuvent avoir plusieurs déclarations liées aux deux roues.

2 : Compte tenu que le VTT de compétition concerne un petit effectif, nous ne présenterons dans les tableaux que les variables à deux ou trois modalités. Pour les autres, nous conserverons uniquement les résultats statistiques des modalités fortement sur représentées ou sous représentées d'une part et procéderons à des regroupements de modalités d'autre part.

Tableau 1 : Le poids des pratiques de cyclisme par ordre décroissant

	Taux dans la population en %	Nombre de pratiquants en millions
PRATIQUES DECLAREES		
Vélo de loisir	22	11,8
VTT loisir	8	4,3
Vélo utilitaire	6	2,9
VTT utilitaire	1	0,5
Vélo de compétition	1	0,26
VTT compétition	moins de 1	0,18
Cyclisme de loisir	moins de 1	0,10
Vélo	moins de 1	0,06
Cyclisme utilitaire	moins de 0,1	0,03
Cyclisme de compétition	moins de 0,1	0,03
Cyclisme sur route	moins de 0,1	0,03
Cyclotourisme	moins de 0,1	0,02
BMX	moins de 0,1	0,01
Randonnée à vélo	moins de 0,1	0,01
Cyclo-cross	moins de 0,1	0,005
Vélo tout terrain	moins de 0,1	0,005
REGROUPEMENTS		
Vélo ³	33	17,4
Vélo sans VTT ⁴	24	12,6
VTT	9	4,7

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Lecture : 33 % des personnes interrogées ont déclaré au moins une activité de la famille Vélo.
 Cela correspond à environ 17,4 millions d'individus.

3 : Regroupements de : vélo loisir, vélo compétition, vélo transport, VTT loisir, VTT compétition, VTT transport.

4 : Regroupement dans lequel ont été exclues les pratiques de VTT.

Concernant l'engagement dans la pratique, trois modalités se distinguent. Si les pratiques de loisir sont pour un tiers des pratiques liées aux vacances, les pratiques utilitaires et de compétition apparaissent davantage comme des pratiques inscrites dans la régularité. Moins de 10 % des personnes déclarant exercer une pratique utilitaire ou de compétition liée au vélo ou au VTT pratiquent pendant leurs vacances. S'il existe donc une opposition au sein des pratiques de cyclisme, elle ne se traduit pas au travers d'une distinction technique entre le vélo et le VTT, mais bien plus sur la manière d'exercer la pratique.

Concernant les pratiquants, d'une façon générale, le vélo reste une activité majoritairement masculine, d'âge intermédiaire (surreprésentation des 30/50 ans), dont les pratiquants sont plutôt bien insérés économiquement et socialement. Plus qu'ailleurs, ils travaillent (57 %

contre 47 % pour l'ensemble de la population considérée), ont des diplômes supérieurs au bac (27 % contre 21 %), des revenus⁵ plus élevés que la moyenne (33 % ont des revenus supérieurs à 3000 euros contre seulement 23 % pour la population générale) et occupent des positions sociales plus élevées : 9 % de cadres, 18 % de professions intermédiaires, alors que ces proportions ne sont que de 6 % et 13 % pour la population de référence (tableau n° 2).

On note également un double mouvement entre les différentes modalités de pratique. D'une part, le VTT est plus masculin que le vélo et, d'autre part, à l'intérieur de ces deux pratiques, la compétition reste une activité peu féminine : moins de 15 % de femmes, alors qu'avec 51 % de femmes, la parité est atteinte pour le vélo loisir.

Au niveau de l'âge, les compétiteurs appartiennent plus que les autres pratiquants à la tranche d'âge 30-50 ans et le VTT utilitaire se définit comme un mode de transport usité par les jeunes : un vététiste utilitaire sur deux a moins de 30 ans et les étudiants représentent environ un pratiquant sur cinq contre un sur dix dans l'ensemble de la population. Derrière ce constat, se dissimulent des raisons à la fois économiques et culturelles. En effet, le VTT est un mode de pratique apparu plus tardivement, et s'inscrit dans ce qui est appelé les « pratiques californiennes » (Pociello, 1981). Il a donc été approprié par les jeunes générations, correspondant aux actuels trentenaires et plus jeunes, mais se présente également comme un mode de déplacement alternatif renvoyant autant à des questions environnementales qu'économiques : un mode de déplacement urbain à moindre coût.

Du point de vue de l'insertion économique et sociale, le vélo confirme sa mutation. Il n'est plus la pratique populaire des années 1920-1950, considérée comme le Second Age du vélo, celui de la « vitesse populaire » (la production annuelle de cycle atteint son chiffre le plus bas en 1956⁶). Les ouvriers ont malgré ce constat une présence encore non négligeable, voire élevée dans certaines modalités : plus d'un tiers des pratiquants de vélo compétition et un quart des vététistes utilitaires sont des ouvriers alors qu'ils ne représentent que 13 % de la population. Le vélo est devenu une activité à forte insertion économique et sociale.

Si le vélo et le VTT, au travers de leur modalité loisir, s'inscrivent exactement dans cette tendance, le VTT compétition constitue une pratique qui accentue encore davantage les traits de cette mutation. Les pratiquants sont des hommes actifs d'âge mûr : 90 % travaillent, 40 % appartiennent aux catégories socio professionnelles supérieures et presque la moitié a entre 30 et 49 ans. Ils résident loin des agglomérations, sont fortement diplômés, ont des revenus élevés, et sont, pour plus de 60 % d'entre eux, mariés avec au moins un enfant à charge pour les deux tiers.

Comparativement, le vélo de compétition apparaît comme une activité beaucoup plus hétérogène du point de vue de l'origine sociale. Même si les cadres et professions intermédiaires sont largement surreprésentés, les ouvriers constituent une part importante de la population avec 34 % des pratiquants relevant de cette catégorie.

5 : Il s'agit ici du revenu du ménage d'appartenance et non le revenu de l'individu.

6 : Gaboriau Philippe, Les trois âges du vélo en France in Vingtième Siècle. Revue d'histoire n°29, janvier-mars, 1991 pp. 17-34.

Par ailleurs, on constate un déplacement de la résidence géographique des pratiquants vers les moyennes agglomérations (41 % des pratiquants).

Modalités et motivations de la pratique

Du point de vue des modalités de pratique, les différentes activités considérées s'inscrivent dans des schémas fortement différenciés. Ainsi, il existe des manières différentes de pratiquer en fonction des dimensions loisir, utilitaire et compétition qui dépassent la distinction technique vélo/VTT.

Le loisir ou la balade en famille et entre copains

Les pratiques de loisir sont des pratiques plus ponctuelles : moins d'une fois par semaine ou pendant les vacances pour près des deux tiers des pratiquants. En dehors des pratiquants de VTT qui participent parfois à des rassemblements, la pratique est également faiblement institutionnalisée. Elle apparaît plus que les autres comme une pratique familiale, pour près d'un pratiquant sur deux, et s'exerce en milieu naturel pour plus de 85 % d'entre eux, dans le cadre d'une « balade en famille » (tableau 3).

L'utilitaire : un mode de déplacement urbain

Les pratiques utilitaires constituent un mode de déplacement urbain alternatif régulier. Certes, comme les pratiques de loisir, elles s'exercent en dehors de tout cadre institutionnel, mais elles s'inscrivent néanmoins dans un schéma profondément différent. Près des trois quarts des pratiquants sont des citoyens exerçant cette pratique seuls et plus de la moitié d'entre eux utilise ce mode de transport plusieurs fois par semaine. Ainsi, l'utilitaire revêt une double fonction : transport et exercice physique⁷. On utilise le temps de transport comme un moment pour « faire du sport ». Cette question est à creuser car l'examen des motivations dévoile un public recherchant plus que les autres, dans ses pratiques, la dépense et l'engagement physique, et surtout l'amélioration de ses performances. Pour certains, le temps de transport est sans aucun doute un moment d'entraînement ou de réalisation d'une réelle pratique physique.

Une pratique inscrite dans la géographie des sports traditionnels

La distribution spatiale de la pratique cycliste en France correspond largement à la typologie des espaces sportifs. En dehors de la surreprésentation de la pratique urbaine, le territoire le plus représenté est en effet l'Ouest de la France, notamment la Bretagne, les Pays de la Loire, et une partie de la région Poitou-Charentes. Cet espace est classé dans la typologie des espaces⁸ comme la « France du sport traditionnel » qui est caractérisée par le développement de pratiques populaires et traditionnelles (football, athlétisme, ping-pong et également cyclisme). Le cyclisme (vélo ou VTT) bénéficie d'une forte implantation qui perdure aujourd'hui dans les représentations, mais également dans les statistiques puisque l'Ouest de la France se classe premier ou deuxième en pourcentage dans toutes les modalités de pratique à l'exclusion du « vélo compétition ».

7 : Oja P, Vuori I, Paronen O. Daily walking and cycling to work: their utility as health-enhancing physical activity. Patient Educ Couns 1998; 33: S87-94.

8 : Augustin Jean-Pierre, Bourdeau Philippe, Ravenel Loïc, Géographie des Sports en France, Vuibert, 2008, 179p

Une sociabilité compétitive

Si aucune distinction significative n'apparaît entre le vélo et le VTT sur les modalités loisir et utilitaire, la compétition offre quelques nuances. Ainsi, le vélo de compétition est une pratique davantage institutionnalisée : plus de la moitié des pratiquants est inscrite dans un club et possède une licence, et près de 40 % ont une pratique encadrée, la majorité pratiquant plusieurs fois par semaine. Dans ce contexte, le VTT apparaît aussi davantage comme une pratique ponctuelle. On se retrouve le temps d'une manifestation avec des amis en milieu naturel. D'ailleurs comparativement, les vététistes participent beaucoup plus à des compétitions et des rassemblements que les pratiquants de vélo, et à 90 % pratiquent dans un environnement naturel. On rejoint ici le schéma des courses sur route qui ne renvoie pas forcément au fait d'être licencié et encadré.

Les motivations

D'une façon générale, les pratiquants de vélo sont très proches de la population sportive dans son ensemble, au regard des motivations pour les pratiques physiques et sportives en général. Massivement, le vélo est considéré comme un facteur de santé morale et physique : 90 % des pratiquants recherchent la détente, l'idée « d'être bien dans sa peau », l'exercice et la dépense physique. Le plaisir, l'amusement, le contact avec la nature et l'idée d'être avec ses proches marquent également fortement le rapport à l'activité (tableau 4), ce qui correspond aux notions introduites dans les années 1970. On appelle le troisième âge du vélo, celui de la « vitesse écologique⁹ » : il impose une rupture avec les idéaux industriels et de croissance que reflète l'automobile. Le vélo marque alors une alternative avec la croissance industrielle et le tout motorisé. Il n'est alors plus l'apanage des classes populaires mais devient un objet social à part entière approprié par les classes moyennes et supérieures. Si les pratiquants de vélo utilitaire et de loisir suivent presque exactement les contours de ce schéma, pour les autres, les raisons de la pratique sont quelque peu différentes. On constate en effet un phénomène d'amplification de certaines attentes – risque – sensation – performance – dans l'ordre des activités suivantes : VTT loisir, VTT utilitaire, VTT compétition et vélo compétition. Selon cette hiérarchie, les pratiquants recherchent de plus en plus le risque et les sensations dans leur pratique. Ils s'inscrivent également de plus en plus dans des activités d'engagement et de dépense physique dans une perspective de performance, de gagne et de compétition.

9 : Gaboriau Philippe, ibid.

Annexes

Tableau 2 : Les profils sociaux des pratiquants de cyclisme

	Population de référence	Vélo	Vélo (sans VTT)	Vélo loisir	Vélo utilitaire	Vélo compétition	VTT	VTT loisir	VTT utilitaire	VTT compétition
SEXE										
femme	52 %	43 %	49 %	49 %	49 %	14 %	28 %	29 %	23 %	13 %
homme	48 %	57 %	51 %	51 %	51 %	86 %	72 %	71 %	77 %	87 %

	Population de référence	Vélo	Vélo (sans VTT)	Vélo loisir	Vélo utilitaire	Vélo compétition	VTT	VTT loisir	VTT utilitaire	VTT compétition
AGE										
15 à 29 ans	23 %	26 %	23 %	23 %	33 %	23 %	32 %	30 %	50 %	32 %
30 à 49 ans	33 %	41 %	39 %	40 %	39 %	53 %	45 %	46 %	37 %	49 %
50 ans et plus	44 %	34 %	37 %	38 %	28 %	23 %	24 %	24 %	13 %	19 %
DIPLÔME										
Sous le bac	62 %	54 %	55 %	54 %	51 %	61 %	50 %	49 %	61 %	27 %
Bac ou équivalent	17 %	19 %	18 %	18 %	18 %	14 %	21 %	21 %	19 %	33 %
Plus du bac	21 %	27 %	27 %	27 %	31 %	25 %	30 %	31 %	20 %	41 %
REVENU										
1500 et moins	35 %	24 %	25 %	24 %	30 %	26 %	21 %	22 %	31 %	8 %
1501 à 3 000 euros	41 %	43 %	43 %	43 %	35 %	30 %	45 %	43 %	53 %	57 %
Plus de 3 000 euros	24 %	33 %	32 %	33 %	34 %	44 %	34 %	35 %	16 %	36 %
CATEGORIE SOCIOPROFESSIONNELLE										
Agriculteur, exploitant	1 %	1 %	1 %	1 %	1 %		1 %	1 %	1 %	
Artisan, commerçant, chef d'entreprise	3 %	3 %	2 %	2 %	1 %	2 %	4 %	4 %	1 %	
Cadre, professions libérales, professions intellectuelles supérieures	6 %	9 %	8 %	9 %	9 %	9 %	10 %	11 %	7 %	40 % ⁽²⁾
Profession intermédiaire, contremaître	13 %	18 %	18 %	18 %	20 %	23 %	19 %	19 %	17 %	
Employé, personnel de service	17 %	16 %	16 %	17 %	15 %	7 %	16 %	16 %	19 %	50 %
Ouvrier, ouvrier agricole	13 %	16 %	15 %	15 %	14 %	34 %	19 %	18 %	27 %	
retraité	26 %	19 %	22 %	22 %	14 %	7 %	11 %	11 %	4 %	
autres inactifs	21 %	19 %	18 %	17 %	28 %	17 %	20 %	20 %	24 %	10 %

	Population de référence	Vélo	Vélo (sans VTT)	Vélo loisir	Vélo utilitaire	Vélo compétition	VTT	VTT loisir	VTT utilitaire	VTT compétition
TAILLE AGGLOMERATION										
rural	25 %	26 %	26 %	26 %	20 %	30 %	27 %	28 %	21 %	39 %
2 000 à 100 000	31 %	32 %	31 %	31 %	31 %	41 %	34 %	34 %	37 %	29 %
plus de 100 000 et aggl. parisienne	44 %	42 %	43 %	43 %	49 %	29 %	39 %	38 %	42 %	33 %
REGION										
région parisienne	18 %	16 %	17 %	18 %	16 %	10 %	14 %	14 %	11 %	ns ⁽¹⁾
bassin parisien est	8 %	8 %	8 %	8 %	6 %	3 %	7 %	7 %	14 %	ns
bassin parisien ouest	9 %	10 %	10 %	10 %	7 %	22 %	9 %	8 %	7 %	ns
nord	6 %	6 %	7 %	7 %	8 %	5 %	5 %	5 %	4 %	ns
est	8 %	10 %	8 %	8 %	11 %	16 %	14 %	14 %	15 %	ns
ouest	13 %	16 %	16 %	16 %	15 %	6 %	15 %	15 %	18 %	ns
sud ouest	11 %	11 %	11 %	11 %	12 %	13 %	9 %	9 %	2 %	ns
sud est	12 %	11 %	11 %	11 %	10 %	6 %	14 %	13 %	18 %	ns
méditerranée	12 %	11 %	10 %	10 %	14 %	18 %	14 %	14 %	7 %	ns
DOM	3 %	2 %	2 %	2 %	1 %		1 %	1 %	3 %	
SITUATION MARITALE										
Célibataire, avec un conjoint, hors PACS	17 %	20 %	18 %	18 %	16 %	28 %	25 %	25 %	28 %	ns
Célibataire, sans conjoint	21 %	22 %	21 %	19 %	33 %	15 %	26 %	24 %	48 %	ns
Divorcé	5 %	4 %	4 %	4 %	3 %	5 %	3 %	3 %	0 %	ns
Marié	48 %	49 %	52 %	53 %	41 %	48 %	42 %	43 %	23 %	61 %
Titulaire d'un pacs	2 %	2 %	2 %	2 %	3 %	4 %	4 %	4 %		ns
Veuf ou veuve	7 %	3 %	3 %	3 %	4 %		1 %	1 %	1 %	ns
ENFANTS										
A un enfant	70 %	68 %	71 %	72 %	59 %	67 %	59 %	61 %	36 %	68 %
a un enfant au foyer	37 %	44 %	44 %	45 %	40 %	54 %	45 %	45 %	32 %	66 %

	Population de référence	Vélo	Vélo (sans VTT)	Vélo loisir	Vélo utilitaire	Vélo compétition	VTT	VTT loisir	VTT utilitaire	VTT compétition
SITUATION PAR RAPPORT A L'EMPLOI										
Vous travaillez	47 %	57 %	55 %	57 %	53 %	72 %	63 %	63 %	58 %	90 %
En recherche d'emploi	7 %	6 %	6 %	6 %	7 %	4 %	7 %	6 %	17 %	ns
Vous êtes femme ou homme au foyer	6 %	3 %	4 %	3 %	4 %		2%	2%	1%	ns
Vous êtes étudiant ou élève	11 %	13 %	12 %	11 %	19 %	17 %	16 %	16 %	20 %	ns
Vous êtes retraité et avez travaillé auparavant	26 %	19 %	22 %	22 %	14 %	7 %	11 %	11 %	4 %	ns
Situation autre	4 %	2 %	2 %	2 %	2 %	0 %	2 %	2 %	0 %	ns
SPORTIVITE										
mère sportive ou très sportive	18 %	20 %	19 %	20 %	26 %	19 %	23 %	23 %	33 %	30 %
père sportif ou très sportif	37 %	43 %	41 %	41 %	47 %	52 %	47 %	45 %	64 %	57 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Lecture : 49 % des pratiquants de vélo utilitaire sont des femmes.

(1) ns : non significatif.

(2) En raison des faibles effectifs de la pratique, les modalités de la PCS ont été regroupées en trois items : PCS +, PCS- et inactifs.

Tableau 3 : Les modalités de pratique des activités de cyclisme (en % des pratiquants)

	Vélo loisir	Vélo utilitaire	Vélo compétition	VTT loisir	VTT utilitaire	VTT compétition
FREQUENCES PRACTIQUE						
plus d'une fois semaine	18 %	54 %	55 %	13 %	58 %	49 %
Une fois par semaine	18 %	17 %	15 %	18 %	7 %	
moins d'une fois par semaine	33 %	21 %	20 %	38 %	24 %	46 %
Vacances	32 %	8 %	9 %	31 %	12 %	6 %
INSTITUTIONNALISATION						
Adhérent à une association ou à un club privé	3 %	0 %	57 %	2 %	0 %	29 %

	Vélo loisir	Vélo utilitaire	Vélo compétition	VTT loisir	VTT utilitaire	VTT compétition
pratique encadrée	1 %	0 %	41 %	2 %	0 %	14 %
possède une licence	1 %	0 %	51 %	1 %	0 %	29 %
participation à des compétitions	0 %	0 %	36 %	1 %	0 %	51 %
participe à des rassemblements	3 %	0 %	22 %	6 %	1 %	46 %
LIEU DE PRACTIQUE						
Dans une installation sportive stade, gymnase, piscine, fitness...	4 %	2 %	8 %	3 %	1 %	3 %
En milieu naturel dans une forêt, un bois, à la mer, sur un lac, à la montagne, à la campagne...	85 %	39 %	76 %	94 %	53 %	97 %
En ville dans un parc, un jardin public, une rue...	28 %	77 %	37 %	16 %	71 %	6 %
A votre domicile, ou au domicile d'une personne de votre connaissance,	8 %	9 %	8 %	4 %	11 %	0 %
SOCIABILITE						
Seul	39 %	76 %	37 %	36 %	72 %	26 %
Entre amis	32 %	19 %	61 %	45 %	21 %	57 %
En famille ou en couple	55 %	24 %	18 %	50 %	18 %	17 %
Avec des relations de travail ou d'études	2 %	5 %	16 %	4 %	5 %	9 %
Avec d'autres personnes	4 %	3 %	18 %	4 %	5 %	11 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Lecture : 54 % des pratiquants de vélo utilitaire déclarent pratiquer plus d'une fois par semaine.

Tableau 4 : Les raisons discriminantes de pratique du sport en général pour les pratiquants de cyclisme

	PRATI-QUANTS	Vélo	Vélo utilitaire	Vélo loisir	VTT loisir	VTT Utilitaire	VTT compétition	Vélo compétition	VTT	Vélo sans VTT
Le risque	16 %	19 %	20 %	16 %	27 %	36 %	37 %	43 %	27 %	16 %
La gagne, la compétition, la performance	21 %	23 %	23 %	20 %	29 %	32 %	65 %	67 %	31 %	20 %
Les sensations	54 %	61 %	60 %	57 %	73 %	76 %	90 %	91 %	74 %	56 %

Chapitre 6



	PRATI- QUANTS	Vélo	Vélo utilitaire	Vélo loisir	VTT loisir	VTT Utilitaire	VTT compé- tition	Vélo compé- tition	VTT	Vélo sans VTT
La rencontre avec les autres	65 %	68 %	69 %	68 %	73 %	70 %	79 %	71 %	73 %	67 %
La santé	90 %	93 %	93 %	93 %	93 %	94 %	95 %	99 %	94 %	93 %
Le contact avec la nature	81 %	87 %	84 %	88 %	87 %	91 %	100 %	97 %	88 %	87 %
La détente	93 %	95 %	94 %	96 %	94 %	90 %	94 %	91 %	94 %	95 %
L'engagement physique	58 %	66 %	65 %	63 %	72 %	73 %	91 %	93 %	74 %	63 %
La dépense physique	77 %	84 %	86 %	82 %	89 %	91 %	100 %	100 %	89 %	82 %
Le plaisir, l'amusement	91 %	95 %	96 %	95 %	98 %	96 %	100 %	98 %	98 %	94 %
L'exercice, l'entretien physique	84 %	90 %	90 %	89 %	92 %	94 %	100 %	99 %	93 %	89 %
L'amélioration de vos performances,	44 %	50 %	57 %	44 %	60 %	62 %	75 %	84 %	61 %	45 %
Le plaisir d'être avec vos proches	85 %	88 %	87 %	88 %	91 %	88 %	80 %	84 %	90 %	88 %
Etre bien dans votre peau	94 %	95 %	95 %	96 %	94 %	93 %	97 %	100 %	94 %	96 %
Autre motif	6 %	6 %	9 %	7 %	4 %	2 %	7 %	4 %	4 %	7 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
Lecture : 20 % des pratiquants de vélo utilitaire déclarent la prise de risque comme raison de pratique des APS en général.

Les pratiques aquatiques

Fabrice BURLLOT - Muriel PAUPARDIN

En 2010, plus de 21 millions de personnes âgées de plus de 15 ans et résidant en France déclarent faire une activité physique ou sportive liée au milieu aquatique¹. Avec 41 % de la population considérée, ce taux place ce type d'activités au deuxième rang des APS les plus exercées en France, et il enregistre une forte progression depuis 2000 où seulement 31 % de la population déclaraient ces activités, soit 10 points de moins qu'en 2010.

Six activités ont plus particulièrement été retenues dans l'analyse, parmi les différentes déclarations d'activités regroupées dans les pratiques aquatiques. Avec respectivement 12,7 millions et 8 millions de pratiquants (tableau n°1), la natation de loisir et la baignade sont de loin les activités les plus citées au sein des pratiques aquatiques.

Viennent ensuite l'activité piscine, avec un peu plus de 1,8 million de pratiquants, et la plongée avec presque 1,2 million. Enfin, la natation de compétition, même si elle ne concerne qu'une population réduite, nécessite d'être étudiée au regard de son statut particulier de discipline olympique et apparaît particulièrement intéressante pour discuter de la traditionnelle opposition loisir / compétition. Les populations relatives aux autres activités ne sont pas suffisamment nombreuses dans l'enquête pour réaliser une analyse.

Tableau n°1 : le poids des pratiques de natation par ordre décroissant.

	Taux dans la population en %	Extrapolation en millions
Natation de loisir	24,1	12,7
Baignade	15,2	8,0
Piscine	3,4	1,8
Plongée	2,3	1,2
Nage de loisir	0,8	0,4
Natation de compétition	0,8	0,4

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
Lecture : 24,1 % des personnes interrogées ont déclaré au moins une activité de la famille pratiques aquatiques, soit environ 12,7 millions d'individus.

1 : Ne sont pas prises en compte les pratiques aquatiques motorisées, à voile ou à rame, comme les voiliers, l'aviron, etc...

D'une façon générale, on observe une certaine forme de parité entre les femmes et les hommes dans les activités aquatiques : 53 % de femmes contre 47 % d'hommes pour les activités prises dans leur ensemble (*tableau 2*). Les pratiquants, au regard de la population générale, sont plutôt jeunes avec une moindre représentation des plus de 50 ans, (30 % contre 44 % dans l'ensemble de la population de référence) ; ils sont plutôt diplômés, un tiers d'entre eux ayant un diplôme supérieur au baccalauréat, et plutôt aisés, 22 % seulement vivent dans un ménage où le revenu mensuel moyen est inférieur à 1500 euros contre 35 % pour l'ensemble de la population considérée ; ils sont majoritairement actifs, avec peu de retraités (à peine 16 % de retraités contre 26 % pour l'ensemble de la population considérée) et sont surreprésentés dans les catégories « cadres » et « professions intermédiaires ».

Si les pratiquants d'activités aquatiques apparaissent globalement comme des sportifs bien insérés socialement, quelques disparités se dessinent toutefois selon les activités constituant ce groupe.

Natation de loisir et baignade regroupent l'essentiel des déclarations

La natation de loisir et la baignade représentent la plus grande part des activités aquatiques : plus de 85 % des déclarations (*tableau 2*). La pratique de la natation est donc majoritairement une activité de loisir sportif. Ces deux disciplines sont également citées par des personnes ayant des profils sociaux assez similaires et très proches de ce que nous pourrions nommer le « nageur moyen » : un pratiquant plutôt jeune, avec un bon niveau de diplôme, actif et jouissant d'une bonne insertion professionnelle.

La nage de loisir : une pratique de grandes agglomérations

La présence dans les déclarations des personnes interrogées des deux activités, « nage de loisir » et « natation de loisir » pose interrogation. Y a-t-il réellement une raison de parler de nage de loisir ou, derrière une appellation différente, sommes-nous face à des pratiques similaires ?

De prime abord, nous sommes face à des publics sensiblement différents. En dehors du fait que les pratiquants sont un peu plus âgés, ils sont surtout beaucoup plus présents dans les grandes agglomérations. 57 % d'entre eux contre 48 % de la population considérée vivent dans des villes dont la population est supérieure à 100 000 habitants et 28 % contre 20 % en population générale sont originaires de la région parisienne. Mais surtout, la nage de loisir est associée à une pratique de vacances. D'un côté, l'idée d'aller nager dans un espace naturel, de l'autre, l'idée d'aller faire de la natation dans une installation dédiée au sport, sans pour autant s'engager dans une pratique compétitive.

Piscine : une activité aquatique féminine

L'activité piscine apparaît comme une activité à part dans le sens où elle se définit à travers un lieu et plus particulièrement, une infrastructure, alors que les autres activités aquatiques se définissent à travers des fonctions : se baigner, aller nager, faire de la natation. Pour

reprendre la distinction précédente, nous sommes ici face à l'idée d'aller nager à la piscine. Seul l'espace sportif change alors que l'intention reste la même. Par ailleurs, l'activité piscine est une activité dont les pratiquants se distinguent quelque peu des deux pratiques précédemment décrites.

En effet, la population est plutôt féminine et appartient davantage à la catégorie « employé » et « personnel de service » que pour les autres activités aquatiques : ainsi, deux pratiquants sur trois sont des femmes, 26 % sont des employés contre seulement 17 % pour la population de référence et plus d'un tiers a moins de 30 ans alors qu'ils sont seulement 23 % dans la population générale.

La compétition pour les jeunes garçons et la plongée pour les hommes des classes aisées

Dans ce paysage, la natation de compétition et la plongée se distinguent fortement des autres pratiques. Plus la natation devient sportive et plus la part des hommes s'accroît. Comme pour la plupart des pratiques compétitives, la natation, dans cette configuration, ne déroge pas à la règle : elle est masculine et jeune. La situation est confirmée par le fait que près des trois quarts des pratiquants de la natation de compétition ont moins de 30 ans, plus de la moitié sont des étudiants, ce qui explique à contrario la sous représentation des retraités et le taux important de compétiteurs déclarant ne pas avoir encore le baccalauréat.

Ce qui particularise ces compétiteurs tient aussi à leur milieu social. Ils ont un statut socio-économique élevé et ils sont plus particulièrement issus de familles aisées pour les étudiants. Seulement 6 % d'entre eux, contre 35 % en général, vivent au sein de foyers dont les revenus sont inférieurs à 1500 euros par mois. Ce sont plutôt des citoyens résidant dans des villes dites moyennes. 44 % sont originaires de villes dont la population est comprise entre 2000 et 100 000 habitants contre seulement 31 % pour la population considérée.

Concernant les plongeurs, nous sommes également face à une population masculine, bien insérée professionnellement et plutôt jeune. Six pratiquants sur dix travaillent et, quand ils travaillent, ils appartiennent plutôt aux classes sociales élevées et ont des diplômes élevés. Ainsi les cadres, professions intellectuelles et chefs d'entreprise représentent 21 % des pratiquants de la plongée quand ils ne représentent que 9 % des personnes de plus de 15 ans résidant en France. Ils habitent également les grandes agglomérations et sont surreprésentés en région parisienne.

Modalités de pratique

Les activités de natation sont peu institutionnalisées. En effet, en dehors de la natation de compétition et de la plongée dont respectivement 63 % et 20 % des pratiquants adhèrent à un club, les nageurs s'exercent surtout en dehors des clubs. Par ailleurs, en dehors de la natation de compétition, la part des compétiteurs à l'intérieur des activités aquatiques, à peine 2 %, affirme le caractère minoritaire de cette forme de pratique (*tableau 3*).

Quand les personnes interrogées disent qu'ils nagent ou font de la natation, la dimension

compétitive demeure très éloignée de leurs préoccupations. Finalement, les activités de natation renvoient davantage à un temps partagé avec des proches, famille et amis, réalisées de préférence pendant les vacances.

La baignade, la nage de loisir et la plongée représentent l'archétype de ces pratiques de villégiature. Même si la plongée, en raison des risques qu'elle peut faire encourir aux pratiquants, est une activité quelque peu institutionnalisée, ces trois activités renvoient majoritairement à un moment de détente lié au lieu de vacances : mer, lacs ou rivières. De leur côté, la natation de loisir et la piscine se distinguent de ce schéma. Légèrement institutionnalisées, plus régulières et beaucoup moins considérées comme des pratiques de vacances, elles se différencient surtout du point de vue du lieu de pratique. La grande majorité des pratiquants, voire la quasi-totalité, pratique dans une installation sportive.

Aux antipodes de ces pratiques, la natation de compétition s'inscrit dans un schéma tout autre. Pratique compétitive par excellence, elle est intensive, régulière, fortement institutionnalisée et exercée dans le lieu qui symbolise le plus la compétition : la piscine.

Les motivations de la pratique

A l'exception de la natation de compétition et de la plongée, les pratiquants d'activités aquatiques ont un rapport à l'activité très similaire. Les activités physiques et sportives s'inscrivent dans un processus de bien être corporel : santé, plaisir, détente et bien être constituent, pour plus de 90 % des déclarations, les motivations principales des pratiquants (tableau 4). Seule différence notable, les nageurs recherchent un peu plus que les autres les sensations et une certaine forme d'entretien corporel. Exercice, dépense et entretien corporel inscrivent plus qu'ailleurs le rapport à l'activité.

A contrario, la natation de compétition et la plongée sont pratiquées par un public qui s'engage dans des activités physiques et sportives avec une forte intensité, une contrainte d'engagement et une dépense physique importante.

En conclusion, la natation laisse apparaître trois modalités de pratique :

- Compétition dans une perspective de performance.
- Loisir en tant que pratique d'entretien régulière.
- Baignade avec l'idée de « se mettre à l'eau » pendant les vacances.

Tableau 2 : Les profils sociaux des pratiquants de pratiques aquatiques.

	France	Total activités aquatiques	Baignade	Nage de loisir	Natation de compétition	Natation de loisir	Piscine	Plongée
SEXE								
Femme	52 %	53 %	53 %	54 %	35 %	55 %	63 %	24 %
Homme	48 %	47 %	47 %	46 %	65 %	45 %	37 %	76 %
AGE								
15 à 29 ans	23 %	29 %	25 %	24 %	72 %	29 %	35 %	36 %
30 à 49 ans	33 %	41 %	44 %	38 %	25 %	41 %	39 %	39 %
50 ans et plus	44 %	30 %	31 %	38 %	3 %	30 %	26 %	24 %

	France	Total activités aquatiques	Baignade	Nage de loisir	Natation de compétition	Natation de loisir	Piscine	Plongée
DIPLOME								
Inférieur au bac	62 %	48 %	48 %	49 %	71 %	45 %	58 %	37 %
Bac ou équivalent	17 %	21 %	21 %	19 %	13 %	21 %	19 %	24 %
Supérieur au bac	21 %	32 %	30 %	32 %	16 %	34 %	23 %	39 %
CATEGORIE SOCIOPROFESSIONNELLE								
Agriculteur, exploitant	1 %	1 %	1 %	0 %	0 %	0 %	1 %	0 %
Artisan, commerçant, chef d'entreprise	3 %	3 %	3 %	0 %	0 %	3 %	2 %	5 %
Cadre, professions libérales, professions intellectuelles supérieures	6 %	10 %	11 %	13 %	7 %	10 %	6 %	16 %
Profession intermédiaire, contremaître	13 %	19 %	21 %	15 %	22 %	20 %	15 %	19 %
Employé, personnel de service	17 %	17 %	16 %	19 %	11 %	17 %	26 %	16 %
Ouvrier, ouvrier agricole	13 %	12 %	14 %	8 %	7 %	9 %	14 %	10 %
Retraité	26 %	16 %	16 %	29 %		17 %	15 %	13 %
Autres inactifs	21 %	21 %	19 %	17 %	53 %	23 %	20 %	21 %
TAILLE AGGLOMERATION								
Moins de 2 000 habitants	25 %	22 %	21 %	26 %	10 %	22 %	24 %	17 %
2000 à 100 000	31 %	30 %	32 %	17 %	44 %	30 %	28 %	29 %
Plus de 100 000 & aggl. parisienne	44 %	48 %	47 %	57 %	45 %	48 %	48 %	54 %
REVENU MENSUEL								
1 500 et moins	35 %	22 %	22 %	25 %	6 %	21 %	27 %	10 %
1 501 à 3 000 euros	41 %	43 %	44 %	37 %	50 %	43 %	44 %	44 %
Plus de 3 000 euros	24 %	34 %	34 %	38 %	44 %	36 %	29 %	46 %

	France	Total activités aquatiques	Baignade	Nage de loisir	Natation de compétition	Natation de loisir	Piscine	Plongée
REGION								
Région parisienne	18 %	20 %	17 %	28 %	7 %	22 %	23 %	23 %
Bassin parisien est	8 %	7 %	6 %	6 %	14 %	7 %	9 %	3 %
Bassin parisien ouest	9 %	8 %	9 %	2 %	8 %	7 %	11 %	3 %
Nord	6 %	5 %	4 %	2 %	4 %	5 %	6 %	3 %
Est	8 %	8 %	7 %	6 %	17 %	9 %	7 %	6 %
Ouest	13 %	12 %	12 %	13 %	11 %	12 %	16 %	12 %
Sud-ouest	11 %	10 %	12 %	16 %	13 %	9 %	9 %	6 %
Sud-est	12 %	12 %	13 %	16 %	14 %	11 %	9 %	14 %
Méditerranée	12 %	15 %	16 %	7 %	7 %	14 %	9 %	27 %
DOM	3 %	3 %	2 %	4 %	3 %	3 %	1 %	4 %
SITUATION MARITALE								
Célibataire, avec un conjoint, hors PACS	17 %	22 %	23 %	12 %	33 %	21 %	22 %	25 %
Célibataire, sans conjoint	21 %	22 %	19 %	22 %	44 %	23 %	24 %	26 %
Divorcé(e)	5 %	5 %	4 %	5 %	0 %	5 %	3 %	2 %
Marié(e)	48 %	46 %	49 %	50 %	18 %	44 %	47 %	41 %
Titulaire d'un pacs	2 %	3 %	3 %	5 %	4 %	3 %	3 %	6 %
Veuf ou veuve	7 %	3 %	2 %	5 %	0 %	3 %	2 %	0 %
ENFANTS								
A un enfant	70 %	66 %	70 %	67 %	26 %	65 %	66 %	51 %
A un enfant au foyer	37 %	44 %	47 %	39 %	24 %	43 %	47 %	33 %
SITUATION PAR RAPPORT A L'EMPLOI								
Autre situation	4 %	2 %	2 %	0 %	0 %	2 %	1 %	2 %
En recherche d'emploi	7 %	6 %	6 %	6 %	2 %	6 %	4 %	7 %
Vous êtes étudiant ou élève	11 %	14 %	12 %	17 %	53 %	16 %	16 %	15 %
Vous êtes femme ou homme au foyer	6 %	4 %	5 %	0 %	0 %	4 %	3 %	2 %

	France	Total activités aquatiques	Baignade	Nage de loisir	Natation de compétition	Natation de loisir	Piscine	Plongée
Vous êtes retraité(e) et avez travaillé auparavant	26 %	16 %	15 %	29 %	0 %	17 %	15 %	12 %
En emploi	47 %	57 %	60 %	49 %	45 %	55 %	61 %	61 %
SPORTIVITE								
Mère sportive	18 %	21 %	21 %	22 %	35 %	23 %	17 %	28 %
père sportif	37 %	45 %	44 %	56 %	75 %	45 %	40 %	63 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Lecture : 53 % des pratiquants de baignade déclarent être des femmes.

Tableau 3 : Les modalités de pratique de natation (en % des pratiquants).

	Baignade	Nage loisir	Natation de loisir	Piscine	Natation compétition	Plongée
FREQUENCES DE PRATIQUES						
Plus d'une fois par semaine	12 %	13 %	12 %	9 %	48 %	7 %
Une fois par semaine	8 %	12 %	18 %	29 %	35 %	9 %
Moins d'une fois par semaine	14 %	17 %	26 %	32 %	7 %	15 %
En vacances	66 %	55 %	43 %	29 %	11 %	69 %
Nsp	0 %	3 %	0 %	1 %	0 %	0 %
INSTITUTIONALISATION						
Adhérent à une association ou un club	1 %	1 %	5 %	5 %	63 %	20 %
Pratique encadrée	1 %	2 %	4 %	9 %	61 %	35 %
Possède une licence	0 %	0 %	1 %	0 %	48 %	20 %
Participe à des compétitions ou des rassemblements sportifs	0 %	0 %	1 %	0 %	35 %	3 %
LIEUX DE PRATIQUE						
Dans une installation sportive : stade, gymnase, piscine, fitness...	31 %	51 %	67 %	86 %	87 %	17 %
En milieu naturel : une forêt, un bois, à la mer, sur un lac, à la montagne, à la campagne...	79 %	75 %	50 %	14 %	24 %	93 %

Chapitre 7

Les pratiques de gymnastique : gymnastiques, fitness et wellness

Fabrice BURLLOT - Brice LEFEVRE

Les gymnastiques : un élément important du paysage sportif français

Après la marche, la nage et la course à pied, les gymnastiques au sens large (incluant le fitness et le wellness¹) sont les activités sportives les plus répandues en France en 2010. Déclarées par presque 10 millions de personnes âgées de 15 ans ou plus, elles s'affichent aujourd'hui comme un pilier du paysage sportif français. A structure sociale constante et chez les 15 à 75 ans, on note une réelle progression depuis 2000 puisque la part de personnes concernées passe de 12 % à 17 % en 2010.

De façon plus précise, en tête des activités de gymnastique les plus déclarées (tableau 1), la gymnastique de forme et d'entretien, ainsi que l'aquagym, représentent chacune près de 2,3 millions de pratiquants. Vient ensuite le fitness avec environ 1,7 million d'adeptes. Enfin, les cinq autres activités retenues pour analyser les pratiques de gymnastique, à savoir la gym, la relaxation, le vélo d'intérieur/d'appartement, le yoga et le stretching avoisinent chacune le million de pratiquants.

Tableau n°1 : le poids des pratiques de gymnastique.

	Taux dans la population en %	nombre de pratiquants (en millions)
GYMNASTIQUES	18,5	9,8
gymnastique de forme, d'entretien	4,4	2,3
aquagym	4,3	2,3
fitness	3,3	1,7
gym	2,3	1,2
relaxation	2,1	1,1
vélo d'intérieur, d'appartement	2,1	1,1
yoga	1,9	1,0
stretching	1,6	0,9

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Lecture : 18,5 % des personnes interrogées ont déclaré au moins une activité de la famille Gymnastiques.
 Cela correspond à environ 9,8 millions d'individus.

1 : APS concourant au bien-être.

	Baignade	Nage loisir	Natation de loisir	Piscine	Natation compétition	Plongée
En ville : dans un parc, un jardin public, une rue...	1 %	0 %	2 %	5 %	2 %	0 %
A votre domicile, ou au domicile d'une personne de votre connaissance	25 %	11 %	19 %	17 %	4 %	1 %
AVEC QUI PRATIQUEZ-VOUS						
Seul	15 %	35 %	31 %	29 %	33 %	21 %
Entre amis	51 %	35 %	42 %	38 %	35 %	34 %
En famille ou en couple	81 %	67 %	59 %	61 %	13 %	47 %
Avec des relations de travail ou d'études	3 %	1 %	5 %	4 %	15 %	4 %
Avec d'autres personnes	7 %	5 %	6 %	8 %	28 %	20 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Lecture : 12 % des pratiquants de baignade déclarent la pratiquer plus d'une fois par semaine.

Tableau 4 : Les raisons discriminantes de pratique du sport en général pour les pratiquants de natation.

	Ensemble des PRATIQUANTS	Activités aquatiques	Baignade	Nage loisir	natation de compétition	natation de loisir	piscine	Plongée
Le risque	16 %	17 %	16 %	10 %	55 %	18 %	13 %	29 %
La gagne, la compétition, la performance	21 %	22 %	20 %	18 %	66 %	22 %	24 %	27 %
Les sensations	54 %	60 %	59 %	53 %	81 %	60 %	57 %	84 %
La rencontre avec les autres	65 %	66 %	68 %	53 %	76 %	65 %	65 %	75 %
La santé	90 %	92 %	91 %	92 %	94 %	93 %	94 %	96 %
Le contact avec la nature	81 %	82 %	83 %	86 %	82 %	83 %	79 %	90 %
La détente	93 %	94 %	95 %	97 %	93 %	94 %	94 %	97 %
L'engagement physique	58 %	64 %	61 %	59 %	92 %	64 %	67 %	79 %
La dépense physique	77 %	82 %	79 %	74 %	98 %	83 %	84 %	91 %
Le plaisir, l'amusement	91 %	95 %	95 %	94 %	87 %	95 %	93 %	98 %
L'exercice, l'entretien physique	84 %	88 %	86 %	85 %	95 %	90 %	92 %	94 %
L'amélioration de vos performances,	44 %	48 %	44 %	51 %	94 %	49 %	48 %	61 %
Le plaisir d'être avec vos proches	85 %	87 %	90 %	71 %	81 %	87 %	83 %	91 %
Etre bien dans votre peau	94 %	95 %	95 %	90 %	96 %	96 %	98 %	97 %
Autre motif	6 %	7 %	5 %	6 %	1 %	7 %	6 %	8 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Lecture : 16 % des pratiquants de baignade déclarent le risque comme raison de pratique des APS en général.

De façon générale (tableau 2), les pratiquants des activités de gymnastique sont majoritairement des femmes (77 % contre 52 % pour la population de référence), ils plus âgés que la moyenne (47 % de 50 ans et plus contre 44 % dans l'ensemble de la population), et plutôt diplômés (51 % de bac et plus contre 38 %). Ces pratiquants sont plus souvent membres d'un foyer aux revenus les plus élevés (31 % contre 24 % pour l'ensemble de la population de référence). Par ailleurs, ces « gymnastes » appartiennent plus souvent aux classes moyennes et supérieures et habitent majoritairement dans les grandes agglomérations (50 % dans des agglomérations de plus de 100 000 habitants contre 44 % en général).

Loin d'être des pratiques anecdotiques ou de vacances (tableau 3), les gymnastiques s'inscrivent surtout dans la régularité que nécessite l'entretien corporel. Environ les trois quarts de leurs adeptes pratiquent au moins une fois par semaine, et « l'exercice », « l'entretien physique » et « la santé » constituent les principales motivations de ces pratiquants (tableau 4). Le profil sportif (tableau 5) des pratiquants de cette famille d'activités confirme les constats précédents. Le portefeuille d'activités est diversifié, la fréquence de pratique physique et sportive globale est élevée, avec un fort niveau d'institutionnalisation (à l'exception des rassemblements sportifs et de la compétition). On relèvera tout de même des exceptions, avec une fréquence de pratique et une institutionnalisation moindres pour les personnes pratiquant la relaxation. Les pratiquants du vélo d'intérieur ont eux aussi un niveau d'institutionnalisation plus faible, avec notamment un taux de possession de licence bas (9 %), ainsi qu'une multipratique peu développée.

Des pratiquants plus âgés et une majorité de femmes

Si l'on analyse plus précisément les pratiques de gymnastique (tableau 2), quelques spécificités apparaissent. Ainsi à l'exception du vélo d'intérieur, un peu plus masculin, les femmes constituent plus des trois quarts des effectifs. Dans certaines activités comme l'aquagym et la gym, elles représentent jusqu'à plus de 90 % des pratiquants. Par ailleurs, dans ce contexte où les plus de 50 ans représentent près de la moitié des pratiquants et les étudiants sont quasiment absents, le fitness (seulement 16 % de plus de 50 ans) et le stretching (40 %) sont en décalage avec le constat précédent.

Le fitness attire plutôt les jeunes, les femmes notamment

Le fitness apparaît comme l'activité des jeunes femmes dynamiques issues des classes moyennes et supérieures (31 % de professions intermédiaires contre 13 % pour la population de référence). Plus que les autres, elles travaillent (65 % contre 47 %), ont un enfant à charge (46 % contre 37 %) et habitent plus souvent dans les grandes agglomérations (51 % contre 44 %). Autre spécificité, lorsqu'elles vivent en couple, 32 % d'entre elles déclarent être célibataires, soit deux fois plus souvent que dans la population générale. Cette situation dénote avec les pratiquants d'autres activités de gymnastique, qui sont plus souvent mariés et parents.

Des pratiquants bien insérés socialement et économiquement

Les pratiquants des activités de gymnastique sont économiquement plus aisés, plus diplômés et mieux insérés professionnellement. En effet, 30 % d'entre eux, contre 21 % pour la population de référence, ont des diplômes supérieurs au bac, 31 % appartiennent à des foyers dont les revenus mensuels sont supérieurs à 3 000 euros².

Ainsi, en dehors du vélo d'intérieur et de la gymnastique de forme et d'entretien, les cadres et professions intellectuelles supérieures et les professions intermédiaires constituent une part prépondérante des catégories sociales pratiquant des activités de gymnastique.

Des activités souvent urbaines

D'une façon générale, les pratiquants de gymnastique vivent plus que les autres dans les grandes agglomérations de plus de 100 000 habitants. Par contre, il est étonnant de constater les différences d'implantation de ces gymnastiques en fonction des régions. La relaxation et le stretching sont plus présentes qu'ailleurs en région méditerranéenne ; l'aquagym, le fitness, le vélo d'intérieur et le yoga en région parisienne.

Les gymnastiques douces prisées par les plus aisés

À l'intérieur des gymnastiques douces, la relaxation apparaît comme l'activité des cadres dynamiques des grandes agglomérations. Ils ont des revenus plus importants, ont suivi des études supérieures, habitent les grandes agglomérations, ont encore un enfant au foyer et recherchent surtout à travers leurs activités physiques des objectifs de détente et de santé. Même s'ils sont un peu plus souvent identifiés comme professions intermédiaires, les pratiquants du stretching et du yoga suivent à quelques différences près les mêmes tendances. Leurs revenus sont plus importants, ils ont des niveaux de diplômes élevés et habitent surtout les grandes agglomérations.

La gymnastique d'entretien, l'aquagym et le vélo d'appartement pour les plus âgés

La gymnastique d'entretien, l'aquagym, le vélo d'appartement et le yoga sont les activités de gymnastique les plus plébiscitées par les plus de 50 ans. Ils sont plus aisés, bien dotés en diplôme, plus souvent mariés et ont généralement eu au moins un enfant.

Parmi les pratiquants de la gymnastique d'entretien et du vélo d'intérieur, on trouve plus souvent des retraités (46 % et 36 % contre 26 % pour la population de référence), et moins d'étudiants et de travailleurs.

Des pratiques régulières et généralement institutionnalisées

En dehors de l'aquagym et de la relaxation, les activités de gymnastique (tableau 3) sont des activités pratiquées régulièrement et rarement pendant les vacances (3 % pour la gym, 6 % pour le vélo d'intérieur, 7 % pour le stretching). À titre de comparaison, 30 % des footballeurs et 33 % des randonneurs déclarent exercer exclusivement leur activité pendant les vacances. Plus des trois quarts des pratiquants déclarent s'exercer à la gymnastique au

² : Les revenus concernent ici le revenu du ménage d'appartenance.

moins une fois par semaine. Notons que plus de 60 % des adeptes du vélo d'intérieur le pratiquent au moins deux fois par semaine.

En dehors de la relaxation et du vélo d'intérieur, les pratiques de gymnastique sont fortement institutionnalisées : près de la moitié des pratiquants est inscrite en club et presque 60 % sont encadrés dans leur activité. Seules les activités compétitives et à risque connaissent ce niveau d'encadrement. Pour autant, en dehors des modalités « gymnastique de forme et d'entretien » et « gymnastique », le taux de licenciés est très faible. Bien sûr, l'affiliation à un club de gymnastique est rarement synonyme d'un engagement compétitif.

Dans ce paysage, le vélo d'intérieur et la relaxation se distinguent une nouvelle fois. Le vélo d'intérieur est une pratique d'entretien physique intensive (59 % plus d'une fois par semaine), qui se pratique seul (83 %) voire en famille, à domicile (83 %) et sans aucune forme d'encadrement. La relaxation suit globalement le même schéma : une pratique individuelle exercée de manière autonome à domicile.

Des motivations centrées sur le bien-être corporel

Le rapport au corps est un élément déterminant de l'engagement dans les pratiques de gymnastique (tableau 4). Ces pratiquants recherchent majoritairement le bien-être dans leurs activités sportives et les gymnastiques constituent pour eux des activités privilégiées pour satisfaire cette attente. Santé, entretien, équilibre et détente sont massivement et, plus que pour les autres sportifs, les motivations de la pratique. A l'exception de la relaxation, du yoga, ce bien-être corporel n'exclut pas pour autant une forme d'engagement et de dépense corporelle. Ainsi, pour près de 90 % des pratiquants d'aquagym, de fitness, de gymnastique et de stretching, la dépense physique est une motivation essentielle, et beaucoup d'entre eux partagent l'idée que plus l'effort sera soutenu, plus le corps se façonnera.

Tableau 2 : Les profils sociaux des pratiquants des activités de gymnastiques (en %).

	Gymnastique de forme, d'entretien	Aqua-gym	Fitness	Gym.	Relaxation	Vélo d'int., d'appart.	Yoga	Stretching	FAMILLE GYM.	Total
SEXE										
femme	82	91	82	93	74	61	75	80	77	52
homme	18	9	18	7	26	39	25	20	23	48
AGE										
de 15 à 29 ans	8	14	37	13	15	11	20	20	19	23
de 30 à 49 ans	27	29	47	43	39	25	28	40	35	33
50 ans et plus	64	57	16	44	46	64	52	40	47	44
DIPLÔME										
sous le bac	51	48	38	54	45	63	45	32	48	62
bac ou équivalent	19	24	26	18	22	16	21	28	21	17
plus du bac	29	28	36	27	34	21	33	39	30	21

	Gymnastique de forme, d'entretien	Aqua-gym	Fitness	Gym.	Relaxation	Vélo d'int., d'appart.	Yoga	Stretching	FAMILLE GYM.	Total
REVENU										
1 500 euros et moins	31	23	27	32	26	31	20	25	28	35
1 501 à 3 000 euros	38	44	43	41	38	39	47	35	42	41
plus de 3 000 euros	31	33	30	27	36	30	33	40	31	24
CATEGORIE SOCIOPROFESSIONNELLE										
agriculteur exploitant	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1
artisan, commerçant, chef d'entreprise	2	2	3	1	1	1	3	3	2	3
cadre supérieur et prof. Intellectuelle sup.	7	8	8	8	11	6	7	8	8	6
Profession intermédiaire, contremaître	11	19	31	14	16	10	19	24	18	13
employé, personnel de service	14	22	24	29	17	25	21	16	20	17
ouvrier, ouvrier agricole	4	3	4	5	6	7	4	6	5	13
retraité	46	32	6	23	21	36	28	20	27	26
autres inactifs	16	14	23	20	27	16	18	23	19	21
TAILLE AGGLOMERATION										
rural	22	19	18	21	20	22	19	22	21	25
de 2 000 à 100 000 habitants	31	28	31	33	28	26	25	22	29	31
plus de 100 000 habitants et agglomération parisienne	47	53	51	45	52	52	57	57	50	44
REGION UDA										
Région parisienne	22	23	23	12	18	26	24	20	22	18
Bassin parisien est	6	5	5	6	5	6	4	11	6	8

	Gymnastique de forme, d'entretien	Aqua-gym	Fitness	Gym.	Relaxation	Vélo d'int., d'appart.	Yoga	Stretching	FAMILLE GYM.	Total
Bassin parisien ouest Nord	10	11	11	10	6	9	5	9	9	9
Est	2	4	5	7	5	5	5	3	5	6
Ouest	6	10	11	10	11	9	8	6	8	8
Sud ouest	11	13	8	12	10	12	12	10	12	13
Sud est	12	10	8	9	12	10	8	12	10	11
Méditerranée	14	7	9	16	11	7	12	10	11	12
DOM	14	13	15	16	18	8	13	19	14	12
3	3	5	2	3	9	9	0	3	3	3
SITUATION MARITALE										
célibataire, avec un conjoint, hors PACS	8	18	32	15	12	11	16	23	16	17
célibataire, sans conjoint	10	9	19	16	20	7	17	19	16	21
divorcé	7	6	5	6	8	4	5	7	6	5
marié	64	55	40	51	53	65	51	46	53	48
titulaire d'un pacs	2	3	3	2	3	2	4	0	2	2
veuf ou veuve	11	9	1	10	5	10	7	4	7	7
ENFANT										
a un enfant	84	81	58	80	74	83	68	72	74	70
a un enfant au foyer	39	39	46	50	47	38	33	46	41	37
SITUATION PAR RAPPORT A L'EMPLOI										
travaille	35	50	65	53	49	36	45	52	48	47
en recherche d'emploi	3	4	8	4	3	11	9	6	6	7
femme ou homme au foyer	9	4	6	11	7	8	5	9	7	6
étudiant ou élève	4	5	14	6	10	3	9	12	9	11
retraité et a travaillé auparavant	46	32	6	23	21	35	27	20	27	26
autre situation	2	5	1	3	10	7	4	2	4	4
SPORTIVITE										
mère sportive (sportive ou très sportive)	15	19	18	21	20	10	18	19	17	18
père sportif (sportif ou très sportif)	35	34	40	35	44	36	46	46	39	37

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
Lecture : 82 % des pratiquants de la gymnastique de forme ou d'entretien sont des femmes.

Tableau 3 : Les modalités de pratique des grandes activités de gymnastiques (en % des pratiquants).

	Gymnastique de forme, d'entretien	Aqua-gym	Fitness	Gymnastique	Relaxation	Vélo d'int., d'appartement	Yoga	Stretching
FREQUENCE								
plus d'une fois semaine	42	14	40	40	25	59	25	29
une fois par semaine	39	51	33	44	31	19	55	44
moins d'une fois par semaine	11	11	17	14	26	16	10	20
vacances	8	24	9	3	18	6	9	7
nsp	0	0	0	0	0	0	0	0
INSTITUTIONNALISATION								
association ou club privé	51	41	58	56	20	8	45	62
encadré	57	68	58	66	31	6	63	73
licence	17	7	5	20	1	0	7	3
compétition ou rassemblement	1	0	4	1	0	0	1	1
SOCIABILITE								
entre amis	24	28	23	31	17	4	17	29
en famille ou en couple	10	18	11	11	11	18	9	8
seul	38	19	48	27	51	83	40	33
avec des relations de travail ou d'études	2	3	8	5	4	0	6	6
avec d'autres personnes	41	47	29	42	29	7	45	40
LIEU DE PRATIQUE								
dans une installation sportive stade, gymnase, piscine, fitness...	63	87	72	73	36	17	60	78
en milieu naturel dans une forêt, un bois, à la mer, sur un lac, à la montagne, à la campagne...	8	9	6	6	16	3	10	4

	Gymnastique de forme, d'entretien	Aqua-gym	Fitness	Gymnastique	Relaxation	Vélo d'int., d'appartement	Yoga	Stretching
en ville dans un parc, un jardin public, une rue...	3	3	3	1	4	1	3	1
à votre domicile, ou au domicile d'une personne de votre connaissance	30	4	26	27	50	83	37	20
autre	7	3	1	5	12	0	7	4

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Lecture : 42 % des pratiquants de la gymnastique de forme ou d'entretien déclarent la pratiquer plus d'une fois par semaine.

Tableau 4 : Les raisons discriminantes de pratique du sport en général pour les pratiquants étudiés (en %)

	Gymnastique de forme, d'entretien	Aqua-gym	Fitness	Gym	Relaxation	Vélo d'int., d'appartement	Yoga	Stretching	Ensemble des pratiquants
Le risque	10	12	11	10	9	14	14	12	16
La gagne, la compétition, la performance	13	15	18	14	19	16	10	20	21
Les sensations	52	52	55	54	61	46	61	60	54
La rencontre avec les autres	71	76	63	72	68	55	66	72	65
La santé	97	98	98	95	95	98	96	98	90
Le contact avec la nature	84	78	71	78	86	80	84	75	81
La détente	95	97	98	97	99	89	96	99	93
L'engagement physique	66	64	67	67	61	57	60	67	58
La dépense physique	82	88	94	89	77	81	79	88	77
Le plaisir, l'amusement	90	94	96	96	94	86	89	95	91
L'exercice, l'entretien physique	97	97	98	96	88	93	93	96	84

	Gymnastique de forme, d'entretien	Aqua-gym	Fitness	Gym	Relaxation	Vélo d'int., d'appartement	Yoga	Stretching	Ensemble des pratiquants
L'amélioration de vos performances	47	40	55	51	43	42	53	64	44
Le plaisir d'être avec vos proches	81	85	81	85	85	80	81	81	85
Etre bien dans votre peau	98	99	99	99	98	99	98	99	94
Autre motif	7	6	8	7	9	6	9	10	6

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Lecture : 10 % des pratiquants de la gymnastique de forme ou d'entretien déclarent le risque comme raison de pratique des APS en général.

Tableau 5 : Les profils sportifs généraux (en %).

	Gymnastique de forme, d'entretien	Aqua-gym	Fitness	Gym.	Relaxation	Vélo d'int., d'appartement	Yoga	Stretching	FAMILLE GYM.	Total
FREQUENCE										
plus d'une fois par semaine	58	52	60	52	50	63	53	67	54	48
une fois par semaine	28	34	25	34	28	24	37	29	31	25
moins d'une fois par semaine	12	12	15	14	21	13	10	5	15	22
exclusivement en vacances	0	0	1	0	1	0	0	0	0	5
NSP	1	2	0	0	0	0	0	0	1	1
INSTITUTIONNALISATION										
association	62	65	70	65	44	23	58	77	56	27
club privé	71	83	72	79	59	32	74	85	66	28
marchand encadré	27	19	16	29	20	9	20	17	22	17
licence	11	10	15	7	13	10	13	20	14	17
compétition ou rassemblement										
MULTIPRATIQUE										
1 à 2 pratiques	16	11	7	15	7	16	12	4	14	33
3 à 5 pratiques	39	46	40	40	31	58	36	25	44	34
6 et plus	45	43	53	45	62	25	52	71	42	22

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Lecture : 58 % des pratiquants de la gymnastique de forme ou d'entretien déclarent avoir une activité physique ou sportive une fois par semaine.

La course à pied hors stade

Patrick MIGNON

Courir, une activité physique et sportive de base

La course à pied, hors des disciplines de l'athlétisme, est une des activités physiques et sportives les plus populaires. Elle arrive au 5^{ème} rang des pratiques avec 9,7 millions de pratiquants, soit 18 % de la population sportive. C'est une pratique en constante augmentation durant la dernière décennie : elle était pratiquée par 6,6 millions de personnes en 2000. La course à pied est une activité qu'on peut qualifier de démocratique dans la mesure où sa pratique n'est pas dominée par un seul groupe, une classe sociale ou un genre.

Tableau 1 : les coureurs dans les enquêtes du Ministère en charge des Sports.

2000	2003	2010
6,6 millions	8 millions	9,7 millions

Sources : *Les Pratiques sportives en France, Ministère des Sports/INSEP, 2002 ; La Pratique des activités physiques et sportives en France, Direction des Sports, INSEP, MEOS 2005 (Source : INSEE, « enquête participation culturelle et sportive 2003 »). Enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.*

Toutefois, les différentes formes de cette pratique, selon qu'elles se rapprochent plus ou moins de la compétition, font apparaître des clivages selon le sexe ou l'âge. Les différentes dénominations permettent ainsi de distinguer deux grandes formes de course à pied : une que l'on qualifiera par la suite d'endurance, le versant le plus engagé physiquement, qui comprend « course de fond », « course longue distance » ou « marathon », et la modalité footing-jogging.

Tableau 2 : les différentes dénominations de la course à pied

Courir (je cours)	0,5 %
Course à pied	1,9 %
Course de fond	6,7 %
Course d'orientation	0,3 %
Course longue distance	4,0 %
Courses à pied sur routes	0,2 %
Crosscountry	1,4 %
Endurance	1,6 %

Footing	43,1 %
Jogging	35,8 %
Marathon	3,1%
Raid d'endurance	0,1 %
Semi-marathon	1,2 %
Trail/Ultratrail	0,2 %

Source : *enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.*

Champ : *personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.*

Note de lecture : *43,1 % des disciplines déclarées au titre de la course l'ont été sous la dénomination « footing ».*

Les femmes de plus en plus adeptes de la course à pied

La course à pied est une activité qui n'a pas de frontière sociale ou démographique : elle est pratiquée par des individus de toute tranche d'âge, sexe et catégorie sociale. Elle est certes majoritairement masculine, 60 % des coureurs sont des hommes, mais les femmes représentent, en 2010, 40 % des pratiquants, et elles sont plus nombreuses qu'en 2000 où elles ne représentaient que 35 % des effectifs de coureurs.

Cette évolution peut se comprendre dans la mesure où cette activité offre de nombreuses modalités, allant d'un simple entretien de la condition physique aux formes extrêmes du marathon ou des trails.

On notera que les femmes pratiquant la course sont plutôt jeunes, 57 % d'entre elles ayant moins de 35 ans, et que la pratique féminine décroît dans la tranche d'âge 25-34 ans pour revenir temporairement à un niveau plus élevé après 35 ans.

Ce regain de pratique peut être attribué à la fin de la parenthèse que constitue la période de la vie où la double contrainte, activité domestique (la moitié des femmes ont au moins un enfant) et vie professionnelle, joue le plus fortement.

Par ailleurs, ces femmes qui courent sont plus diplômées que la moyenne, 60 % d'entre elles détenant un diplôme égal ou supérieur au bac, contre 40 % dans la population sportive générale.

On les retrouve plus fréquemment au sein des professions intermédiaires, là où la pratique sportive précoce et les préoccupations de santé sont les plus répandues.

C'est aussi parmi les femmes que la part des étudiantes et élèves est la plus élevée : un peu plus de 30 % pour les jeunes filles contre un peu plus de 20 % pour les jeunes hommes.

Contrairement à leurs homologues féminins, la part des « coureurs » diminue régulièrement avec l'âge. La baisse après 35 ans demeure toutefois modérée, avec 22 % des coureurs âgés de 35 à 44 ans, alors qu'ils sont 24 % dans la tranche 25-34 ans.

On notera également un pourcentage de coureurs deux fois supérieurs à celui des femmes pour les tranches d'âge supérieures à 55 ans.

Tableau 3 : la pratique de la course selon les âges et le sexe

	coureurs	coureuses	Population sportive
15-24 ans	31 %	36 %	16 %
25-34 ans	24 %	21 %	16 %
35-44 ans	22 %	24 %	18 %
45-54 ans	17 %	15 %	17 %
55-64 ans	5 %	3 %	16 %
64 ans et plus	2 %	1 %	18 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Note de lecture : 17 % des hommes qui pratiquent une des activités de la course ont entre 45 et 54 ans.

Diplôme, revenus et urbanité

Les enquêtes précédentes avaient mis en évidence l'importance du diplôme ou de la poursuite d'études dans le niveau d'engagement du pratiquant dans la pratique sportive. Ce constat demeure dans la présente enquête et il est même un peu plus marqué pour la pratique de la course à pied que dans d'autres sports : ainsi, 54 % des coureurs possèdent un diplôme égal ou supérieur au bac contre 40 % chez les pratiquants en général.

Le niveau de qualification se caractérise par une surreprésentation des « coureurs » dans les classes moyennes et supérieures (cadres, professions intellectuelles supérieures ou professions intermédiaires) par rapport à la structure de la population sportive générale : 9 % sont issus des catégories « cadres supérieurs » ou « professions intellectuelles » (contre 6 % dans la population sportive) et 21 % sont dans la catégorie « professions intermédiaires » (14 % dans la population sportive). Au total, près d'un coureur sur trois (30 %) est issu des catégories supérieures et moyennes, contre un sur cinq pour l'ensemble des pratiquants. C'est sans doute cette surreprésentation qui alimente l'image d'une activité pour cadres supérieurs engagés dans toutes les compétitions de l'existence.

Cette représentation se justifie en partie, mais la course à pied demeure globalement une activité démocratique : les classes populaires, ouvriers et employés, sont également bien représentées, avec une part (34 %) légèrement supérieure à celle qu'elles détiennent dans l'ensemble de la population (30 %).

La course est un phénomène urbain, la moitié des coureurs à pied vivant dans des villes de plus de 100 000 habitants. Ces grandes agglomérations attirent généralement des populations plus diplômées ou qualifiées que la moyenne nationale, ce qui est en phase avec le profil des coureurs à pied. Plus urbains, plus qualifiés, ces pratiquants ont également des revenus relativement plus élevés. Ainsi, la part des personnes déclarant des revenus¹ égaux ou inférieurs à 1500 euros est inférieure à celle observée pour l'ensemble de la population sportive : respectivement 30 % et 35 %. Cette part est même inférieure à 20 %

1: Il s'agit du revenu du foyer d'appartenance des personnes interrogées

pour la modalité la plus sportive de l'activité. A l'inverse, la part de coureurs dont le revenu est supérieur à 3000 euros est nettement plus forte : plus de 33 % pour les pratiquants de la course à pied et seulement 24 % pour l'ensemble de la population sportive.

Courir : un engagement physique tout au long de la vie

La course à pied, sous toutes ses modalités, présente un profil par âge proche de l'ensemble des activités sportives : les plus jeunes sont les plus représentés, puis on assiste à une baisse progressive avec l'âge. Toutefois, dans le cas de la course, le déclin est plus lent, la rupture ne se faisant nettement qu'après 55 ans. On peut considérer que la course à pied est une des activités sportives qui permet aux pratiquants de s'y adonner durablement en proposant de nombreuses modalités, notamment en termes de niveau d'engagement physique.

Tableau 4 : pratiques de la course à pied et âge.

	Course	Endurance	Femmes	Jogging	Footing	Population sportive
15 à 24 ans	31 %	29 %	36 %	26 %	34 %	16 %
25 à 34 ans	24 %	27 %	21 %	24 %	23 %	16 %
35 à 44 ans	22 %	16 %	24 %	21 %	24 %	18 %
45 à 54 ans	17 %	20 %	15 %	20%	13 %	17%
55 à 64 ans	5 %	7 %	3 %	6 %	4 %	16 %
65 ans et plus	2 %	2 %	1 %	2 %	2 %	18 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Note de lecture : 29 % des personnes qui pratiquent l'endurance ont entre 15 et 24 ans. 15 % des femmes qui pratiquent une des activités de la course ont entre 45 et 54 ans.

La course à pied est avant tout une activité physique qui se pratique le plus souvent en plein air et dans un milieu naturel. Il n'est donc pas étonnant que plus de 80 % des coureurs déclarent, parmi leurs motivations, la recherche du contact avec la nature. De fait, trois quarts des coureurs (76 %) pratiquent leur activité en plein air, contre 55 % dans la population sportive. Certains pratiquent également dans des parcs aménagés. Ils sont à nouveau relativement plus nombreux (30 %) que dans l'ensemble des sportifs (21 %).

La course est une pratique plutôt solitaire, puisque 58 % des coureurs pratiquent leur activité seuls. C'est deux fois plus souvent que pour l'ensemble des activités sportives (29 %). Ainsi, la recherche de sociabilité, familiale ou amicale, est bien moindre (57 % des déclarants) que dans les autres activités sportives : en général, neuf pratiquant sur 10 privilégient le partage avec la famille et les amis. Ce contraste est toutefois moins marqué pour les femmes qui citent, plus souvent que les hommes, le plaisir de pratiquer avec leurs proches. Les motivations exprimées par les coureurs ne sont cependant pas très éloignées de celles de la population sportive en général : tout ce qui tourne autour de la santé, du bien-être et du plaisir est privilégié, avec des pourcentages de déclaration supérieurs à 90 %. Par contre, ce qui caractérise l'aspect sportif de l'activité « courir » est que les coureurs accordent un

peu plus de valeur à la compétition et à l'amélioration de la performance, à la dépense physique ou aux sensations, voire au risque. On notera ici que les femmes se rapprochent plus du profil général des pratiquants, avec un moindre accent sur ces valeurs d'engagement sportif ; à l'opposé, les pratiquants qu'on a rangés sous l'étiquette de l'endurance, les soutiennent plus fortement.

Modalités de la pratique : une pratique faiblement institutionnalisée, mais régulière

Les coureurs à pied, plus que les autres pratiquants, exercent principalement leur activité en dehors des clubs et associations. En particulier, moins de 5% d'entre eux déclarent détenir une licence pour pratiquer cette activité. Toutefois, ils peuvent en posséder une dans le cadre d'autres activités. En effet, la course vient souvent en complément d'autres activités sportives, notamment lors des phases d'entraînement. Les coureurs à pied sont d'ailleurs particulièrement « multi actifs » : ils déclarent en moyenne huit activités contre quatre pour l'ensemble des sportifs. De plus, les coureurs participent un peu plus que la moyenne des pratiquants à des rassemblements dont l'offre a considérablement augmenté dans la dernière décennie. Les pratiquants des disciplines d'endurance déclarent, quant à eux, une plus forte participation à des compétitions.

Le caractère autonome de la course à pied, n'empêche pas que les pratiquants sont relativement assidus : ainsi, plus de la moitié court au moins une fois par semaine et un quart des coureurs court plus de deux fois par semaine. Le goût un peu plus prononcé pour l'amélioration de la performance que chez l'ensemble des pratiquants, le fait de courir plus souvent seul, suggère qu'effectivement certains coureurs sont simplement en compétition avec eux-mêmes, tandis que d'autres sont engagés dans la confrontation avec d'autres compétiteurs : c'est la différence entre les adeptes du jogging et du footing et les pratiquants de l'endurance.

Les endurants

Parmi les coureurs à pied, il existe une catégorie particulière dont le profil se rapproche des sportifs au sens étroit du terme. Cette catégorie regroupe ceux qui préparent le marathon, participent aux courses sur route ou s'engagent dans les trails. Les effectifs de ces différentes modalités de la course sont relativement faibles : de 18 000 pour ceux qui déclarent la course à pied sur route, à plus de 300 000 pour les marathoniens et 700 000 pour les pratiquants de la course de fond, notamment. Globalement, on se trouve face à une population d'environ 1,7 million² de coureurs engagés dans des pratiques d'endurance.

Ces coureurs ont un profil différent des autres pratiquants de la course à pied. La pratique est nettement masculine (76 % d'hommes) et plus compétitive (31 % participent à des compétitions). Ils adhèrent plus souvent à des clubs (11 %), et pratiquent moins en famille (15 %) ou en solitaire (51 %), mais plus souvent avec des amis ou des partenaires d'entraînement. L'activité est plus fréquente et plus intense (35 % courent plus de deux

2 : Population sans double compte : un individu qui déclare pratiquer plusieurs disciplines d'endurance n'est comptabilisé qu'une fois.

fois par semaine). C'est aussi un groupe qui déclare plus volontiers le risque, la gagne et l'amélioration des performances comme des motivations importantes. Les « endurants » sont en moyenne un peu plus âgés que les autres coureurs. La part des pratiquants chute fortement après 54 ans (7 %), comme pour l'ensemble des coureurs (5 %), mais elle demeure élevée jusqu'à la tranche d'âge 45-54 ans, qui concentre un endurant sur cinq. Ce constat pourrait traduire l'effet d'une reconversion sportive.

jogging et footing, une pratique de masse

Mais les pratiques dominantes, au sein des différentes formes de course à pied, sont le jogging et le footing, avec respectivement 4,6 millions et 3,6 millions d'adeptes. En fait, le jogging et le footing sont des activités très proches d'un point de vue technique. On note toutefois que le jogging s'apparente plus à une course régulière, effectuée à allure modérée, alors que le footing est une course un peu plus soutenue et entrecoupée parfois de phases de marche. Ce qui est plus intéressant est de constater les différences de profil entre ceux qui déclarent pratiquer le jogging et ceux qui déclarent le footing.

Le jogging renvoie à une population un peu plus âgée (71 % ont moins de 44 ans contre 81 % pour le footing et 26 % entre 45 et 64 ans contre 17 %). Les joggers sont un peu plus diplômés (56 % ont au moins le bac contre 54 %), plus souvent mariés avec enfant, et les femmes sont un peu plus représentées (44 % de femmes contre 42 %). Ils appartiennent majoritairement aux catégories sociales moyennes et supérieures (53 % de cadres supérieures et professions intermédiaires contre 47 % pour le footing), et sont plus urbains : ainsi, 53 % des joggers vivent dans des villes de plus de 100 000 habitants, notamment en région parisienne (26 %). Ces proportions sont plus faibles pour les adeptes du footing, avec respectivement 47 % d'urbains et 22 % de résidents en région parisienne. Par ailleurs, ceux qui pratiquent le jogging sont moins assidus que les pratiquants du footing : un sur cinq pratique plus de deux fois par semaine, mais plus d'un sur quatre pour le footing. Ils participent moins souvent à des compétitions, possèdent moins de licences et adhèrent plus rarement à un club ou une association. A l'inverse, on constate que le footing met en avant, dans les motivations de pratique déclarées, la dépense physique, la performance et son amélioration.

Tableau 5 : les profils sociaux des pratiquants de la course à pied.

	COURIR	ENDURANCE	Femmes	Jogging	Footing	Population sportive
SEXE						
femme	40 %	24 %		44 %	42 %	51 %
homme	60 %	76 %		56 %	58 %	49 %
ÂGE						
15-29	44 %	44 %	47 %	39 %	47 %	24 %
30-49	42 %	41 %	44 %	44 %	42 %	34 %
50 et plus	14 %	15 %	9 %	17 %	11 %	41 %

	COURIR	ENDURANCE	Femmes	Jogging	Footing	Population sportive
DIPLÔME						
Sous le bac	46 %	48 %	40 %	44 %	47 %	60 %
Bac ou équivalent	24 %	23 %	26 %	24 %	25 %	17 %
Plus du bac	30 %	29 %	34 %	32 %	29 %	23 %
REVENUS						
1 500 et moins	26 %	19 %	28 %	27 %	26 %	35 %
1 501 à 3 000 euros	41 %	44 %	39 %	38 %	42 %	41 %
Plus de 3 000 euros	33 %	37 %	33 %	34 %	32 %	24 %
CSP						
Agriculteur exploitant	0 %	0 %	0 %	0 %	1 %	1 %
Artisan commerçant chef d'entreprise	3 %	3 %	1 %	3 %	3 %	3 %
Cadre et profession intellectuelle supérieure	9 %	13 %	7 %	10 %	8 %	6 %
Profession intermédiaire contremaitre	21 %	18 %	23 %	24 %	19 %	14 %
Employé personnel de service	18 %	16 %	25 %	20 %	17 %	16 %
Ouvrier	16 %	18 %	2 %	13 %	17 %	14 %
Retraité	4 %	5 %	2 %	5 %	4 %	25 %
Autre inactifs	27 %	25 %	37 %	25 %	29 %	20 %
TAILLE DE L'AGGLOMÉRATION						
Rural	21 %	20 %	21 %	18 %	23 %	24 %
2 000 à 100 000 habitants	29 %	29 %	28 %	29 %	29 %	31 %
Plus de 100 000 habitants et agglomération parisienne	50 %	51 %	51 %	53 %	47 %	45 %
SITUATION MARITALE						
Célibataire, avec un conjoint, hors PACS	26 %	25 %	27 %	23 %	28 %	18 %
Célibataire, sans conjoint	31 %	31 %	31 %	29 %	32 %	21 %
Divorcé(e)	3 %	3 %	3 %	3 %	4 %	5 %
Marié	36 %	37 %	35 %	40 %	32 %	48 %
Titulaire d'un pacs	3 %	3 %	2 %	4 %	3 %	2 %
Veuf ou veuve	1 %	1 %	1 %	1 %	1 %	6 %

	COURIR	ENDURANCE	Femmes	Jogging	Footing	Population sportive
ENFANT						
A un enfant	52 %	52 %	51 %	58 %	49 %	69 %
SITUATION PAR RAPPORT À L'EMPLOI						
travaille	61 %	63 %	56 %	64 %	59 %	49 %
chômage, recherche d'emploi	8 %	6 %	1 %	8 %	8 %	7 %
Vous êtes femme ou homme au foyer	2 %	1 %	5 %	4 %	1 %	5 %
Vous êtes étudiant ou élève	23 %	23 %	31 %	18 %	27 %	12 %
Autre situation	1 %	1 %	1 %	1 %	1 %	1 %
SPORTIVITÉ DES PARENTS						
mère sportive ou très sportive	26 %	23 %	31 %	23 %	28 %	19 %
père sportif ou très sportif	70 %	74 %	73 %	61 %	65 %	61 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
Note de lecture : 26 % des femmes qui courent ont le bac ou l'équivalent.

Tableau 6 : les modalités de pratique des activités de course à pied.

	Courir	Endurance	footing	jogging
FRÉQUENCE				
Moins d'une fois par semaine	26 %	28 %	23 %	29 %
Plus d'une fois semaine	25 %	35 %	27 %	20 %
Une fois par semaine	29 %	21 %	29 %	32 %
vacances	20 %	16 %	21 %	19 %
INSTITUTIONNALISATION				
club ou association	4 %	11 %	3 %	4 %
encadré	6 %	11 %	3 %	3 %
Licence	2 %	7 %	0 %	1 %
compétition rassemblement	8 %	31 %	3 %	5 %
SOCIABILITÉ				
Entre amis	33 %	37 %	31 %	32 %
En famille ou en couple	24 %	15 %	25 %	25 %
Seul	58 %	51 %	62 %	60 %
Avec des relations de travail ou d'études	5 %	8 %	6 %	3 %
Avec d'autres personnes	6 %	16 %	4 %	3 %
LIEU DE PRATIQUE				
Dans une installation sportive stade, gymnase, piscine, fitness...	12 %	18 %	11 %	9 %

	Courir	Endurance	footing	jogging
En milieu naturel dans une forêt, un bois, à la mer, sur un lac, à la montagne, à la campagne...	76 %	78 %	75 %	77 %
En ville dans un parc, un jardin public, une rue...	30 %	30 %	32 %	30 %
A votre domicile, ou au domicile d'une personne de votre connaissance,	5 %	5 %	5 %	4 %
Autre	0 %	0 %	1 %	0 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

Note de lecture : 30 % des personnes qui font du jogging courent en ville, dans un parc, un jardin public ou une rue.

Tableau 7 : les motivations de la pratique.

	courir	endurance	footing	jogging	femmes	population sportive
Le risque	26 %	38 %	25 %	22 %	19 %	16 %
La gagne, la compétition, la performance	37 %	54 %	36 %	31 %	25 %	21 %
Les sensations	70 %	82 %	69 %	67 %	63 %	54 %
La rencontre avec les autres	66 %	68 %	67 %	64 %	60 %	65 %
La santé	96 %	96 %	96 %	96 %	96 %	90 %
Le contact avec la nature	80 %	84 %	79 %	80 %	79 %	81 %
La détente	94 %	91 %	94 %	95 %	96 %	93 %
L'engagement physique	79 %	86 %	78 %	77 %	74 %	58 %
La dépense physique	92 %	96 %	93 %	91 %	92 %	77 %
Le plaisir, l'amusement	95 %	94 %	95 %	96 %	95 %	91 %
L'exercice, l'entretien physique	94 %	97 %	95 %	91 %	94 %	84 %
L'amélioration de vos performances,	67 %	82 %	66 %	63 %	63 %	44 %
Le plaisir d'être avec vos proches	84 %	79 %	85 %	83 %	87 %	85 %
Etre bien dans votre peau	95 %	93 %	96 %	95 %	97 %	94 %
Autre motif	6 %	7 %	6 %	7 %	6 %	6 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

Note de lecture : 19 % des personnes qui courent citent le risque comme motivation de leur pratique physique et sportive.

Tableau 8 : le profil sportif général.

	Courir	Endurance	footing	jogging	population sportive
FRÉQUENCE					
Plus de 3 fois par semaine	20 %	27 %	19 %	18 %	18 %
2 à 3 fois par semaine	36 %	40 %	36 %	33 %	29 %
Une fois par semaine	23 %	19 %	25 %	23 %	25 %
Une à deux fois par mois	17 %	11 %	16 %	20 %	17 %
Moins d'une fois par mois	3 %	2 %	3 %	3 %	5 %
uniquement en vacances	1 %	1 %	0 %	2 %	5 %
INSTITUTIONNALISATION					
association ou club	46 %	50 %	49 %	41 %	30 %
encadrement	47 %	53 %	51 %	43 %	32 %
licence	33 %	35 %	35 %	30 %	19 %
compétition ou rassemblement	35 %	62 %	39 %	30 %	19 %
MULTIPRATIQUE					
1 ou 2	7 %	4 %	5 %	9 %	37 %
de 3 à 5	39 %	33 %	39 %	39 %	38 %
6 et plus	55 %	63 %	56 %	52 %	25 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

Note de lecture : 19 % des pratiquants d'une APS qui pratiquent entre autres l'endurance pratiquent globalement l'ensemble de leurs APS une fois par semaine.

Chapitre 9

Le football et les sports collectifs

Patrick MIGNON

Courir, une activité physique et sportive de base

La pratique des sports collectifs concerne une population d'environ 7,3 millions de pratiquants âgés de 15 ans et plus, soit 15 % des personnes ayant déclaré une activité physique ou sportive. Le football est le sport d'équipe le plus populaire avec plus de 5,4 millions de pratiquants, suivi par le basket-ball (1,6 million), le volley-ball (950 000), le rugby (930 000) et le handball (730 000). Les autres sports d'équipe, comme les différentes formes de hockey, le baseball, le water polo, le football américain ou le softball regroupent à eux tous un peu plus d'une centaine de milliers de personnes (environ 140 000). Enfin, on note l'apparition du futsal, en tant que pratique spécifique du football ; il concerne environ 100 000 pratiquants.

Tableau 1 : évolution des sports collectifs dans les enquêtes Ministère des Sports/INSEP entre 2000 et 2010.

En millions de personnes	2000	2010
Population sportive	36,6	47
Sports collectifs	6,6	7,3
Football	4,6	5,4
Basket ball	1,3	1,6
Volley ball	1,2	0,9
Hand ball	0,6	0,7
Rugby	0,4	0,9
Futsal		0,1
Autres	0,1	0,1

Sources : Les Pratiques sportives en France, Ministère des Sports/INSEP, 2002 ; Enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS

Les sports collectifs présentent des traits originaux qui les distinguent de l'ensemble des activités physiques et sportives.

Des sports de jeunes

Les sports collectifs regroupent une population extrêmement jeune, avec près d'un pratiquant sur deux (46 %) âgé de moins de 25 ans contre 16 % pour la population sportive. De plus, cette population est très majoritairement masculine : 82 % des pratiquants de sports collectifs sont des hommes contre 49 % dans la population sportive générale. Si les effectifs ont augmenté depuis 2000, on peut toutefois relever un certain vieillissement de cette population. En effet, les moins de 20 ans représentaient 53 % des pratiquants en

2000 et les plus de 45 ans seulement 9 % contre 12 % en 2010. Ce constat suggère qu'il y a relativement moins de nouveaux entrants que de personnes prolongeant leur activité sportive au-delà de 45 ans.

Des pratiques plus institutionnelles

Les adeptes des sports collectifs sont également dans un schéma plus traditionnel de la pratique sportive. Ils appartiennent plus souvent à un club (28 % contre 12 % pour l'ensemble de la population sportive), détiennent plus souvent une licence (26 % contre 7 %), et pratiquent leur sport dans des installations dédiées (73 % contre 27 % dans la population sportive). Ils apprécient plus les compétitions que la moyenne des sportifs (54 % contre 21 %) et y participent beaucoup plus (29 % contre 6 %). Par ailleurs, ils privilégient plus que la moyenne des pratiquants les sensations, et l'engagement physique, en particulier dans les disciplines où le contact avec l'adversaire est fréquent.

Ces pratiquants des sports collectifs apprécient aussi la compagnie des amis. La référence au groupe des pairs (la pratique se fait à 76 % avec des amis contre 44 % en moyenne) et la recherche de sociabilité (79 % prisent la rencontre contre 65 % en moyenne) y sont importantes. Mais ils déclarent un peu plus souvent que l'ensemble des sportifs qu'ils le font avec d'autres personnes que les amis ou la famille (19 % contre 11 %) : leurs coéquipiers sans doute.

En 2000, on pouvait dire que les pratiquants des sports collectifs étaient des pratiquants plus assidus que la moyenne. Ainsi, 40 % se livraient à leur sport favori plus d'une fois par semaine contre 34 % pour l'ensemble de la population sportive. En 2012, ils ne sont plus que 28 % à le faire contre 26 % pour la population sportive. Les sports collectifs sont aussi entrés dans une pratique moins dominée par le goût de la compétition que par l'inscription dans le loisir. En témoigne le fait que, comme pour la population sportive générale, 30 % des pratiquants de ces sports collectifs ne les pratiquent que pendant les vacances.

Toutefois, cette description générale doit être modulée par la prise en compte des différences entre les sports. Ces différences portent principalement sur l'âge des pratiquants et sur la part des femmes dans les pratiques. Ces deux dimensions ont des conséquences sur les modalités de la pratique des différents sports collectifs.

Les âges des sports collectifs

Entre 2000 à 2010, l'augmentation du nombre de pratiquants pour l'ensemble des sports collectifs, à l'exception du volley-ball, s'explique en grande partie par un allongement de la durée de pratique et par conséquent une part plus importante de pratiquants dans les tranches d'âge supérieures. Ce constat global masque toutefois des disparités : ainsi, le handball ou le basket-ball connaissent une rupture assez nette après 24 ans, tandis que le football et le rugby conservent en 2010 une structure par âge assez proche de celle 2000. En revanche, le volley-ball se distingue par une forte proportion de pratiquants âgés de plus de 45 ans (16 %) ; ils ne représentaient que 2 % en 2000.

Tableau 2 : la pratique des sports collectifs selon les âges.

	Football	Basket	Handball	Rugby	Volley Ball	Sports collectifs
2010						
15 à 24 ans	47 %	62 %	65 %	49 %	53 %	46 %
25 à 34 ans	27 %	23 %	16 %	32 %	20 %	27 %
35 à 44 ans	15 %	9 %	13 %	12 %	11 %	15 %
45 à 54 ans	11 %	6 %	6 %	7 %	16 %	12 %
2000						
15 à 24 ans	50 %	70 %	66 %	50 %	61 %	53 %
25 à 34 ans	26 %	14 %	22 %	28 %	23 %	25 %
35 à 44 ans	13 %	10 %	9 %	13 %	13 %	13 %
45 à 54 ans	11 %	5 %	1 %	8 %	2 %	9 %

Sources : Les Pratiques sportives en France, Ministère des Sports/INSEP, 2002 ; Enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Les femmes dans les sports collectifs

Si le nombre des femmes pratiquant les sports collectifs a augmenté avec la progression générale de ces sports, l'écart de participation s'est légèrement creusé au profit des hommes. C'est notable dans le cas du basket-ball et surtout celui du volley-ball qui a perdu son caractère de parité.

Tableau 3 : femmes et hommes dans les sports collectifs 2000/2010.

	Sports collectifs 2000/2010	Football	Basket-ball	Handball	Rugby	Volley-ball	Population sportive
Femmes	20/18 %	8/9 %	33/23 %	31/30 %	6/9 %	50/40 %	52/51 %
Hommes	80/82 %	92/91 %	67/77 %	69/70 %	94/91 %	50/60 %	48/49 %

Sources : Les Pratiques sportives en France, Ministère des Sports/INSEP, 2002 ; Enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Le football : le sport collectif le plus populaire

Dans le paysage des sports collectifs, le football, avec plus de 5 millions de pratiquants, soit 10 % de la population sportive, demeure le sport le plus pratiqué. Globalement, on y retrouve les principales caractéristiques des sports collectifs avec toutefois certaines spécificités de ses pratiquants.

Ainsi, la population des footballeurs est très majoritairement masculine, avec plus de 90 % d'hommes. Elle est également jeune, puisque près d'une personne recensée sur deux (47 %) a moins de 25 ans. En effet, le football attire non seulement les élèves et les étudiants, qui constituent un tiers de l'effectif des pratiquants (34 % contre 12 % dans la population sportive), mais aussi les jeunes actifs.

Le football reste un sport populaire : 40 % de ses pratiquants appartiennent aux catégories

« ouvriers » et « employés », soit 10 points de plus que dans la population sportive globale (30 %). Les classes moyennes et supérieures y sont, quant à elles, autant représentées (20 %) que dans l'ensemble des sportifs.

Les footballeurs sont plus souvent membres d'un club, détiennent une licence et déclarent la participation à des compétitions comme principal motif de pratique du sport en général. Certes, on joue au football dans la rue ou dans des parcs, mais on y joue le plus souvent dans une installation sportive. De plus, on joue essentiellement avec des amis et des équipiers, et moins souvent en famille, même si près de la moitié des footballeurs est mariée ou vit en couple et qu'un tiers a des enfants. Le football définit bien un univers masculin.

Sport masculin, le football est toutefois joué par les femmes dont on peut estimer le nombre de footballeuses à environ 500 000. Ce sont surtout des jeunes filles et des jeunes femmes, avec 61 % des pratiquantes âgées de moins de 24 ans, et majoritairement des élèves et étudiantes (50 %). Le poids de la tranche d'âge 25-34 ans tombe à 24 %, comme pour l'ensemble des sports collectifs, mais le niveau de participation de cette tranche des 25-34 ans reste toutefois plus élevé que pour la moyenne des pratiquantes de sport. Il semble exister un noyau dur de pratiquantes décidées à continuer la pratique après l'entrée dans le monde du travail. En effet, plus d'un tiers de ces pratiquantes déclare travailler.

Du point de vue de la fréquence de la pratique, le football est dans la moyenne des sports collectifs. Ainsi, 45 % des pratiquants en font au moins une fois par semaine, tandis que 30 % d'entre eux ne jouent au football que durant les vacances. Ceux qui pratiquent de manière plus intensive (plus d'une fois par semaine) ne représentent qu'un quart des footballeurs, soit la part de ceux qui sont engagés dans les pratiques compétitives.

Ainsi, l'image du football pratiqué de manière institutionnelle est très éloignée de la réalité. S'il est joué dans les clubs, il l'est également très souvent en dehors des clubs, et sans licence : presque la moitié des joueurs qui jouent plus de deux fois par semaine n'ont pas de licence. Le football est ainsi devenu un grand sport de loisir autant que de compétition.

Le basket-ball et le handball demeurent des sports jeunes

Dans ces deux sports collectifs, les moins de 25 ans sont majoritaires puisqu'ils représentent plus de 60 % des pratiquants. La part des 25-34 ans est dans la moyenne pour le basket-ball (23 %), alors qu'elle est plus faible pour le handball (16 %). On remarquera toutefois que pour ce dernier sport, les 35-44 ans sont encore 13 % de l'ensemble des pratiquants, ce qui est peut être dû au fait que l'on reste un peu plus souvent en clubs dans le handball qu'en basket-ball.

Le handball, en effet, apparaît comme plus institutionnalisé, on ne joue pas au handball dans la rue mais toujours au sein d'espaces aménagés. Le taux d'encadrement déclaré est plus élevé que pour le basket-ball, et on constate une plus grande fréquence de la pratique : 48 % des handballeurs en font au moins une fois par semaine contre 40 % pour le basket-ball ou 45 % pour le football. Les handballeurs sont également très sportifs

puisqu'ils sont 83 % à se livrer à plus de six activités. Peut-être cela tient-il au fait que le handball, avec le volley-ball, est le sport où la sportivité des parents est la plus forte.

Le basketteur est jeune et goûte aussi à différents autres sports. La relative modestie de la fréquence de la pratique du basket-ball est à mettre en relation avec le taux élevé de multipratique : 70 % des basketteurs ont plus de six sports dans leur portefeuille d'activités. Le basket-ball présente-t-il ce profil de sport urbain qui se jouerait des équipements dédiés ? Pas réellement, dans la mesure où il se pratique dans des installations sportives ou dans les espaces aménagés que sont les playgrounds. A noter que c'est aussi un des sports collectifs qu'on pratique le plus chez soi : les panneaux de basket sont devenus en effet un des éléments du décor suburbain ou rural.

Comment comprendre le déclin du taux des pratiquantes par rapport à 2000 ? Faut-il y voir un effet de la diffusion sociale de ce sport qui ferait perdre au basket-ball son caractère de sport de patronage au profit d'un modèle playground plus masculin qui gagnerait du terrain ? Il est difficile à partir des données disponibles de définir des pistes. Est-ce que les modèles dominants sont aujourd'hui les modèles médiatiques de la NBA ?

Le rugby : le plus sportif de tous les sports collectifs

Le rugby présente un profil très intéressant. Même si l'évolution demeure modeste, c'est le sport collectif qui s'est le plus féminisé. Et c'est globalement celui qui définit le sport traditionnel : la plus forte fréquence de pratique (63 % pratiquent au moins une fois par semaine et 47 % plus d'une fois), le plus fort taux d'appartenance à un club ou une association, le plus fort taux d'encadrement, le plus fort taux de détention de licence et le plus fort taux de participation à des compétitions ou des rassemblements. Ses pratiquants sont plus motivés par la compétition que les autres, mais ils sont un peu plus conviviaux, handball mis à part, que les autres sports collectifs, ce qui reprend ce qui avait été repéré en 2000, à savoir que le rugby se présente comme une culture sportive dotée de valeurs spécifiques.

Le volley, un sport qui était mixte

Le volley-ball est le sport collectif qui se rapproche le plus de la sphère des activités de détente et de loisir, en comparaison du football, et plus encore du handball et du rugby. On pourrait dire que c'est un sport de moindre intensité : 30 % seulement pratiquent au moins une fois par semaine et 48 % des pratiquants ne jouent au volley-ball que pendant les vacances, même si la modalité beach-volley est très minoritaire parmi les répondants.

Il est aussi moins institutionnalisé, avec 12 % de licenciés contre 26 % pour l'ensemble des sports collectifs. Les compétiteurs sont relativement moins nombreux (15 % contre 29 %), ce qui est en phase avec les déclarations des pratiquants : seulement 47 % citent la gagne ou la compétition comme motivations de pratique, contre 54 % en moyenne pour les sports collectifs et 67 % pour le rugby.

En revanche, on joue au volley-ball plus longtemps : les 45-54 ans représentent encore

12 % des pratiquants quand ils ne sont plus que 3 ou 4 % en basket ou en handball. C'est aussi un des sports collectifs qui se pratique le plus en famille, juste derrière le football.

Pour autant, cela ne signifie pas que les pratiquants et pratiquantes de volley-ball ne sont pas sportifs. Simplement, ils ont tendance à pratiquer plus de sports différents que les autres. Ils sont 74 % à déclarer plus de six activités. C'est moins que les handballeurs, mais sachant que c'est une population un peu plus âgée, c'est assez élevé. Le volley-ball, qui est également un sport où la sportivité des parents est la plus forte, peut correspondre à une population de sportifs pour lesquels le fait de pratiquer différentes activités compte plus que l'adhésion à une culture sportive particulière.

En 2000, on expliquait la mixité du volley-ball par les propriétés de ce sport, par le taux de diplôme, par son caractère urbain, par l'importance des classes moyennes et supérieures. Le constat demeure : il y a plus de diplômés supérieurs au baccalauréat (27 % contre 20 % dans l'ensemble des sports collectifs), plus d'urbains (59 % contre 50 %). Pourtant le volley-ball a perdu des pratiquants qui sont, semble-t-il, surtout des pratiquantes. Est-ce un effet de la multipratique, les femmes se déplaçant vers d'autres activités, ou peut-être un refus des pratiques en clubs jugées trop compétitives et trop contraignantes pour une population qui plus que d'autres continue les études ?

Les sports collectifs décrivent bien une culture sportive spécifique, mais qui est déclinée de manière particulière selon les différentes disciplines. Ces sports connaissent le même mouvement en direction d'une pratique moins marquée par la compétition, à l'exception du handball et surtout du rugby qui apparaissent ici comme les plus sportifs des sports collectifs.

Tableau 4 : profils sociaux des pratiquants.

	Football	Basket	Handball	Rugby	Volley Ball	Sports collectifs	Population sportive
SEXE							
femme	9 %	23 %	30 %	9 %	40 %	18 %	51 %
homme	91 %	77 %	70 %	91 %	60 %	82 %	49 %
ÂGE							
15 à 29ans	63 %	76 %	76 %	72 %	65 %	63 %	24 %
30 à 49ans	32 %	22 %	22 %	26 %	26 %	31 %	34 %
50 ans et plus	5 %	2 %	3 %	2 %	8 %	6 %	41 %
DIPLÔME							
Sous le bac	63 %	52 %	64 %	55 %	51 %	59 %	60 %
Bac ou équivalent	21 %	29 %	20 %	28 %	23 %	22 %	17 %
Plus du bac	17 %	20 %	16 %	16 %	27 %	20 %	23 %
REVENU							
1 500 et moins	30 %	32 %	29 %	21 %	22 %	30 %	32 %
1 501 à 3 000 euros	43 %	39 %	44 %	45 %	42 %	42 %	42 %
Plus de 3 000 euros	27 %	29 %	29 %	34 %	28 %	28 %	28 %

	Football	Basket	Handball	Rugby	Volley Ball	Sports collectifs	Population sportive
PCS							
Agriculteur, exploitant	ns	ns	ns	ns	ns	ns	1 %
Artisan, commerçant, chef d'entreprise	2 %	2 %	4 %	2 %	4 %	2 %	3 %
Cadre, professions libérales, professions intellectuelles supérieures	5 %	6 %	5 %	7 %	7 %	6 %	6 %
Profession intermédiaire, contremaître	14 %	11 %	13 %	17 %	15 %	15 %	14 %
Employé, personnel de service	12 %	11 %	11 %	8 %	9 %	12 %	16 %
Ouvrier, ouvrier agricole	28 %	16 %	8 %	20 %	6 %	24 %	14 %
Retraité	2 %	ns	ns	ns	2 %	1 %	25 %
autres inactifs	37 %	53 %	58 %	45 %	56 %	38 %	20 %
AGGLOMÉRATION							
Rural	21 %	18 %	17 %	23 %	18 %	21 %	24 %
2 000 à 100 000 habitants	30 %	31 %	30 %	23 %	23 %	29 %	31 %
plus de 100 000 habitants et agglomération parisienne	49 %	51 %	53 %	54 %	59 %	50 %	45 %
RÉGION UDA							
Bassin parisien est	7 %	6 %	10 %	8 %	4 %	7 %	7 %
Bassin parisien ouest	7 %	6 %	9 %	1 %	9 %	7 %	9 %
DOM	3 %	4 %	5 %	1 %	5 %	3 %	3 %
Est	9 %	12 %	9 %	1 %	8 %	9 %	9 %
Méditerranée	13 %	16 %	16 %	22 %	22 %	13 %	12 %
Nord	5 %	4 %	4 %	3 %	6 %	5 %	6 %
Ouest	12 %	11 %	11 %	8 %	9 %	12 %	13 %
Région parisienne	23 %	21 %	27 %	14 %	23 %	22 %	18 %
Sud-est	11 %	11 %	6 %	18 %	9 %	11 %	12 %
Sud-ouest	10 %	8 %	4 %	24 %	5 %	10 %	11 %

	Football	Basket	Handball	Rugby	Volley Ball	Sports collectifs	Population sportive
SITUATION MARITALE							
Célibataire, avec un conjoint, hors PACS	25 %	25 %	21 %	32 %	28 %	26 %	18 %
Célibataire, sans conjoint	46 %	54 %	63 %	48 %	46 %	45 %	21 %
Divorcé(e)	2 %	1 %	2 %	1 %	1 %	2 %	5 %
Marié	24 %	18 %	13 %	16 %	21 %	24 %	48 %
Titulaire d'un pacs	2 %	1 %	1 %	3 %	1 %	2 %	2 %
Veuf ou veuve	ns	ns	1 %	ns	1 %	ns	6 %
ENFANT							
Ayant au moins un enfant	35 %	21 %	21 %	28 %	30 %	35 %	69 %
SITUATION/ EMPLOI							
En emploi	53 %	41 %	38 %	52 %	41 %	53 %	49 %
au chômage ou en recherche d'emploi	11 %	13 %	4 %	4 %	9 %	9 %	7 %
femme ou homme au foyer	ns	ns	ns	1 %	4 %	1 %	5 %
retraité et actif auparavant	2 %	ns	ns	ns	2 %	1 %	25 %
étudiant ou élève	34 %	46 %	58 %	44 %	44 %	34 %	12 %
Autre situation	2 %	1 %	ns	ns	ns	1 %	6 %
SPORTIVITÉ							
mère sportive ou très sportive	29 %	36 %	30 %	29 %	35 %	30 %	19 %
père sportif ou très sportive	64 %	67 %	79 %	71 %	71 %	61 %	61 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

Note de lecture : 9 % des personnes pratiquant le football sont des femmes.

Tableau 5 : les modalités de la pratique des sports collectifs.

	Football	Basket	Handball	Rugby	Volley	Sports collectifs	Population sportive
FRÉQUENCE							
Plus d'une fois par semaine	27 %	27 %	27 %	47 %	12 %	28 %	26 %
Une fois par semaine	18 %	13 %	21 %	16 %	18 %	17 %	19 %
Moins une fois par semaine	26 %	31 %	22 %	17 %	22 %	25 %	24 %
Vacances	29 %	29 %	30 %	20 %	48 %	30 %	31 %

	Football	Basket	Handball	Rugby	Volley	Sports collectifs	Population sportive
INSTITUTIONNALISATION							
Club association privé	25 %	29 %	27 %	52 %	20 %	28 %	27%
Encadré	22 %	29 %	39 %	53 %	28 %	27 %	28%
Licence	24 %	28 %	24 %	48 %	12 %	26 %	17%
Compétition rassemblement	26 %	32 %	29 %	48 %	15 %	29 %	17%
SOCIABILITÉ							
Entre amis	76 %	78 %	73 %	77 %	69 %	76 %	44 %
En famille ou en couple	21 %	13 %	13 %	6 %	19 %	17 %	47 %
Seul	2 %	5 %	5 %	3 %	1 %	3 %	29 %
Avec des relations de travail ou d'études	11 %	9 %	19 %	17 %	15 %	12 %	5 %
Avec d'autres personnes	18 %	20 %	18 %	27 %	19 %	19 %	11 %
LIEU DE PRATIQUE							
Dans une installation sportive stade, gymnase, piscine, fitness...	72 %	72 %	87 %	85 %	60 %	73 %	27 %
En milieu naturel dans une forêt, un bois, à la mer, sur un lac, à la montagne, à la campagne...	23 %	8 %	19 %	21 %	47 %	22 %	55 %
En ville dans un parc, un jardin public, une rue...	18 %	20 %	6 %	4 %	4 %	15 %	21 %
A votre domicile, ou au domicile d'une personne de votre connaissance,	14 %	19 %	4 %	2 %	9 %	13 %	18 %
Autre	ns	ns	ns	ns	ns	ns	ns

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Note de lecture : 27 % des personnes qui pratiquent le handball le font plus d'une fois par semaine.

Tableau 6 : les motivations de la pratique.

	Football	Basket	Handball	Rugby	Volley	Sports collectifs	Population sportive
Le risque	31 %	33 %	44 %	41 %	33 %	31 %	16 %
La gagne, la compétition, la performance	55 %	57 %	59 %	67 %	47 %	54 %	21 %

	Football	Basket	Handball	Rugby	Volley	Sports collectifs	Population sportive
Les sensations	75 %	74 %	89 %	87 %	80 %	76 %	54 %
La rencontre avec les autres	77 %	79 %	89 %	90 %	84 %	79 %	65 %
La santé	91 %	90 %	95 %	93 %	91 %	91 %	90 %
Le contact avec la nature	72 %	63 %	70 %	66 %	77 %	71 %	81 %
La détente	89 %	93 %	87 %	93 %	96 %	90 %	93 %
L'engagement physique	81 %	80 %	89 %	91 %	78 %	81 %	58 %
La dépense physique	90 %	93 %	97 %	93 %	87 %	91 %	77 %
Le plaisir, l'amusement	98 %	95 %	99 %	94 %	98 %	97 %	91 %
L'exercice, l'entretien physique	90 %	91 %	95 %	95 %	91 %	90 %	84 %
L'amélioration de vos performances,	74 %	77 %	81 %	80 %	73 %	73 %	44 %
Le plaisir d'être avec vos proches	92 %	89 %	97 %	92 %	93 %	91 %	85 %
Etre bien dans votre peau	91 %	89 %	95 %	97 %	90 %	92 %	94 %
Autre motif	5 %	8 %	6 %	8 %	9 %	5 %	6 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS. Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

Note de lecture : 57 % des personnes qui pratiquent le basket déclarent la « gagne, la compétition et la performance » comme motivation de leur pratique physique et sportive

Tableau 7 : les profils sportifs généraux

	Football	Basket	Handball	Rugby	Volley Ball	Sports collectifs	Population sportive
FRÉQUENCE							
plus d'une fois par semaine	54 %	57 %	71 %	65 %	54 %	56 %	47 %
Une fois par semaine	23 %	22 %	15 %	22 %	28 %	23 %	25 %
Moins d'une fois par semaine	22 %	20 %	13 %	12 %	18 %	20 %	22 %
Uniquement en vacances	2 %	1 %	1 %	ns	ns	1 %	5 %
INSTITUTIONNALISATION							
Compétition rassemblement	50 %	57 %	63 %	74 %	59 %	53 %	19 %
Encadré	44 %	66 %	75 %	78 %	70 %	56 %	32 %
Club	49 %	59 %	60 %	66 %	59 %	53 %	30 %
Licence	44 %	56 %	56 %	64 %	47 %	47 %	19 %

Chapitre 10

Roller et skate, les sports urbains dominants

Patrick MIGNON - Muriel PAUPARDIN

	Football	Basket	Handball	Rugby	Volley Ball	Sports collectifs	Population sportive
MULTIPRATIQUE							
1 à 2	13 %	6 %	3 %	9 %	4 %	12 %	37 %
3 à 5	33 %	25 %	14 %	23 %	22 %	33 %	38 %
6 et plus	54 %	70 %	83 %	68 %	74 %	55 %	25 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

Note de lecture : 22 % des pratiquants d'une APS qui pratiquent entre autre le basket pratiquent globalement l'ensemble de leurs APS une fois par semaine.

Les sports urbains ?

Depuis la première enquête sur les pratiques physiques et sportives, en 1985, on s'interroge sur l'apparition et l'installation dans le paysage sportif de nouvelles pratiques. « Nouveaux sports », « sports américains », « sports émergents ». Ces activités ont en commun de valoriser la maîtrise d'appareils (planche, voile), les qualités d'équilibre (glisse), la pratique dans des lieux non dédiés (pleine nature), de se développer en dehors des structures associatives traditionnelles du sport et de récuser les formes compétitives.

Les sports urbains, qui prennent la ville comme lieu de pratique, en sont une déclinaison. On y trouve certains sports de glisse (roller, skate), des adaptations des sports collectifs (street soccer, futsal), du vélo (BMX).

Mais pour apparaître dans l'enquête, une pratique doit regrouper au moins une centaine de milliers de pratiquants. Ainsi, la trottinette qui apparaît comme pratique visible à la fin des années 1990 n'a donné lieu à aucune déclaration dans l'enquête 2000 sur les pratiques physiques et sportives en France. Elle apparaît aujourd'hui dans l'enquête 2010, mais l'effectif de déclarants demeure trop faible pour pouvoir donner lieu à une analyse précise. Il en est de même pour le futsal ou le BMX.

Les pratiques dominantes dans la famille des sports émergents dits urbains demeurent ainsi le roller et le skate et les caractéristiques de cette dernière activité donnent quelques clés de compréhension du développement des sports urbains émergents.

Le roller, activité dominante de la glisse urbaine

La glisse urbaine, pratiquée par environ 1,7 million d'individus, regroupe principalement le roller et le skate. C'est une activité qui stagne : elle regroupait 1,8 million de personnes dans l'enquête 2000 et l'enquête de 2003 estimait ses pratiquants à 2,4 millions en 2002.

Tableau n°1 : Estimation de la glisse urbaine dans les enquêtes du Ministère des Sports.

2000	2003	2010
1,8 millions	2,4 millions	1,7 millions

Sources : Les Pratiques sportives en France, Ministère des Sports/INSEP, 2002 ; La Pratique des activités physiques et sportives en France, Ministère des Sports/INSEP, 2005. Enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Le roller, une pratique de loisir sportif plus qu'une pratique sportive

Dans cette famille de la glisse urbaine, le roller est la forme dominante avec 1,5 million de pratiquants contre environ 200 000 pour le skate.

Dans la quasi-totalité des cas (95 %), c'est avant tout une modalité loisir qui est déclarée. D'ailleurs, la pratique de cette activité n'est pas intensive puisque 50 % des « rouleurs » pratiquent moins d'une fois par semaine. Si les motivations déclarées insistent sur la sensation et surtout la dépense physique (92 % des déclarations), et dans une moindre mesure l'amélioration de la performance (64 %) elles relèguent au second plan le risque (28 %) et la compétition (30 %).

De ce fait, la pratique de ce sport loisir revêt peu souvent une forme institutionnalisée : l'appartenance à un club de roller, la détention d'une licence pour pratiquer l'activité ou la participation à une forme quelconque de compétition sont beaucoup moins fréquentes que pour l'ensemble des autres activités sportives. A titre d'exemple, la population sportive déclare 12 % d'activités pratiquées avec une licence, et les pratiquants de roller seulement 4 %.

Toutefois, si le roller est principalement une activité de loisir, ses pratiquants sont des compétiteurs dans d'autres sports : plus de 30 % des adeptes du roller possèdent une licence ou participent à des compétitions ou rassemblements contre à peine 20 % pour la population générale des pratiquants.

Des pratiquants socialement insérés et vieillissants

Les pratiquants de la glisse sont plus souvent des urbains ; près des deux tiers de ces pratiquants font du roller en ville et plus de la moitié d'entre eux habitent dans des villes de plus de 100 000 habitants. C'est une population de diplômés : près de la moitié possède au moins un diplôme équivalent au baccalauréat (49 %).

Les pratiquants du roller forment une population plutôt jeune, la moitié des pratiquants de glisse urbaine est âgée de moins de 29 ans, 45 % pour les seuls pratiquants du roller. Mais c'est une population qui a vieilli : les moins de 29 ans représentaient 72 % des glisseurs urbains en 2000.

Les revenus déclarés les mettent dans la moyenne générale de la population sportive, mais sachant qu'ils sont en moyenne plus jeunes que la population sportive, ils appartiennent plus souvent aux catégories professionnelles intermédiaires et supérieures (14 % contre 10 %). Toutefois, la participation des groupes populaires des employés et ouvriers se situe au niveau de celui de la population sportive générale.

Tableau n°1 : Part des moins de 29 ans chez les pratiquants de la glisse urbaine.

2000	2003	2010
72 %	61 %	50 %

Sources : Les Pratiques sportives en France, Ministère des Sports/INSEP, 2002 ; La Pratique des activités physiques et sportives en France, Ministère des Sports/INSEP, 2005. Enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

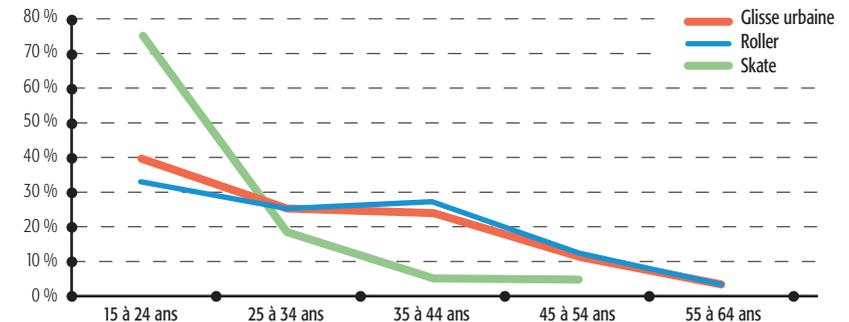
Certes, la part des étudiants et élèves reste importante : 28 % des pratiquants appartiennent à ces catégories. Mais ils étaient plus de la moitié en 2000. Le pratiquant de roller est globalement un individu qui a une vie professionnelle, maritale pour les deux tiers, et familiale avec au moins un enfant dans plus d'un cas sur deux. C'est pour une bonne partie une pratique de loisir familiale, 51 % des pratiquants déclarant la faire en famille ou en couple, et amicale (41 % des répondants). C'est également une activité mixte, avec une population de la glisse urbaine composée de femmes pour une moitié, voire un peu plus (55 %) dans le cas du roller.

La pratique du roller est un peu comme si elle avait mûri avec ceux qui l'avaient introduite au cours des deux dernières décennies. Sa pérennité peut se comprendre dans la mesure où c'est la pratique de glisse la plus accessible. Sa stagnation peut se voir comme un effet des difficultés à la pratiquer en milieu urbain sans espaces véritablement dédiés. On peut aussi évoquer la difficile cohabitation « piétons, automobilistes, rouleurs » et peut-être le caractère trop familial et trop conventionnel de cette pratique de glisse.

Le skate, modèle du sport urbain

La description des caractéristiques du skate donne une idée des raisons qui rendent les sports urbains émergents visibles dans l'espace public, mais discrets voire invisibles dans les enquêtes statistiques.

Graphique 1 : La courbe des âges de la glisse urbaine.



Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS
Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

La population des skaters a deux grandes caractéristiques qui la distinguent de celle du roller. Elle est très jeune : 75 % de ses pratiquants ont moins de 25 ans, et près des deux tiers ont (59 %) ont moins de 20 ans. Elle est beaucoup plus masculine : 74 % de ses adeptes sont des jeunes hommes. Ce sont en majorité des étudiants et la proportion de personnes se déclarant au chômage ou à la recherche d'un premier emploi est plus importante que pour la moyenne des sportifs pratiquants : 17 % contre 7 %. Cet écart traduit le fait qu'on est face à une population qui n'a pas encore les attributs de l'insertion socio-économique. Ces skaters sont moins souvent mariés ou en couple : 34 % contre 61 % chez les pratiquants de roller.

C'est avant tout une pratique de pairs : 63 % des skaters se réunissent entre amis pour pratiquer. Le caractère juvénile de cette activité s'exprime aussi dans la multi-activité : 85 % des pratiquants déclarent faire plus de six sports et ces sports s'accompagnent d'une pratique compétitive et d'une intégration dans des clubs pour plus de la moitié.

Dans leur rapport au sport, les pratiquants de skate accentuent la distance à l'institution sportive et au modèle de pratique le plus sportif. Ils sont absents des clubs, n'ont pas de licence et déclarent seulement participer à des rassemblements et compétitions pour 7 % d'entre eux. En fait, comme la pratique du roller, c'est une pratique de loisir qu'on fait majoritairement en vacances (46 % des pratiquants).

Toutefois, un noyau dur de 25 % des adeptes le pratique plus d'une fois par semaine et les motivations affirmées mettent les pratiquants du skate du côté des pratiques sportives les plus engagées, notamment au sein des sports émergents de pleine nature : goût du risque (53 % contre 28 % chez les pratiquants du roller par exemple), recherche de sensations, esprit de compétition et amélioration des performances.

Concernant le skate, on relèvera enfin que si sa pratique est majoritairement le fait de personnes habitant dans des agglomérations de plus de 100 000 habitants, la part de ceux habitant dans des plus petites villes ou bourgs n'est pas négligeable (36 %). Ceci peut se comprendre si on le met en relation avec le fait que le skate, s'il se pratique pour 55 % de ses pratiquants dans l'espace urbain, se pratique aussi, plus que le roller, dans des installations dédiées : 30 % contre 14 %. Pour le skate, l'équipement importe et on peut penser que la construction de « skate park » un peu partout en France a favorisé le développement d'un sport à l'origine urbain au-delà des très grandes agglomérations.

Les sports urbains, sports des urbains ?

Les activités physiques et sportives des urbains sont comparables à celles de l'ensemble des pratiquants en France, mais avec une intensité moindre

Que fait la majorité des urbains ? En considérant que les pratiques des habitants de l'agglomération parisienne sont proches de celles de l'ensemble des urbains, on constate des ressemblances et des écarts entre la pratique des urbains et celle de l'ensemble de la France, notamment en termes d'intensité. L'ordre des préférences reste le même, à quelques exceptions, comme les boules. Ce qui importe est de constater que certaines activités se pratiquent moins fréquemment en milieu urbain. C'est le cas notamment du vélo, sous toutes ses modalités, dont la pratique est rendue problématique par la présence de l'automobile. Au contraire d'autres activités sont plébiscitées comme le footing-jogging ou les gymnastiques, parce que leur insertion dans l'espace est moins problématique et/ou correspond à des styles de vie plus urbains. Par ailleurs, on constate que la pratique urbaine est faiblement institutionnalisée : le taux de personnes licenciés, de compétiteurs ou d'adhérents à un club ou une association est toujours inférieur ou au mieux égal à celui de l'ensemble des pratiquants.

Tableau 4 : Les activités des habitants de l'agglomération parisienne.

	Paris et agglomération	Population des pratiquants
Marche	64 %	76 %
Natation	44 %	55 %
Vélo	29 %	37 %
gymnastiques	23 %	21 %
Jogging footing	23 %	21 %
Ski	14 %	15 %
Tennis	9 %	6 %
Boules	8 %	14 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

Note de lecture : 64 % des pratiquants d'une APS résidant à Paris pratiquent la marche.

L'émergence d'une activité ne garantit pas sa pérennité

Les sports urbains, tels qu'ils sont présentés par leurs adeptes ou dans leurs médias ne sont donc pas l'apanage des habitants des grandes agglomérations. Ils sont qualifiés d'urbains car ils représentent la transgression des normes urbaines d'occupation de l'espace public telles qu'elles se sont mises en place, liées à l'importance de l'automobile et à la création d'espaces spécialisés.

Depuis les années 1970, on assiste bien à l'émergence de nombreuses activités nouvelles portées par de nouveaux objets (VTT, planche, etc.) ou l'adoption de nouvelles règles (le futsal ou football de petit terrain). Pour s'installer durablement, elles doivent pouvoir s'inscrire dans des pratiques peu exigeantes en termes de condition physique ou de technicité : le VTT peut remplacer le vélo et le roller devenir une pratique familiale, mais peiner malgré tout à progresser. Un autre sport dit urbain, le futsal, peut perdurer car il garde une grande part des règles du football et peut trouver sa place dans des espaces privés, notamment dans les zones commerciales des grandes agglomérations.

Mais l'émergence signifie l'innovation. Celle-ci a un coût : celui du matériel, mais aussi celui des transgressions nécessaires à son affirmation et les technicités qui les accompagnent. Ceci est l'apanage des jeunes et des groupes d'innovateurs. Voilà des raisons qui peuvent permettre de comprendre pourquoi les sports émergents peuvent rester invisibles dans les enquêtes statistiques.

Tableau 5 : Les profils sociaux des pratiquants de la glisse urbaine.

	glisse urbaine	roller	skate	Parisiens	Ensemble des pratiquants
SEXE					
femme	51 %	55 %	26 %	54 %	51 %
homme	49 %	45 %	74 %	46 %	49 %

	glisse urbaine	roller	skate	Parisiens	Ensemble des pratiquants
ÂGE					
15 à 29 ans	50 %	45 %	79 %	27 %	24 %
30 à 49 ans	45 %	49 %	21 %	38 %	34 %
50 ans et plus	5 %	6 %	0%	35 %	41 %
DIPLÔME					
Sous le bac	51 %	47 %	76 %	48 %	60 %
Plus du bac	30 %	34 %	8 %	32 %	23 %
Bac ou équivalent	19 %	19 %	15 %	20 %	17 %
REVENUS					
1 500 et moins	32 %	22 %	35 %	23 %	32 %
1 501 à 3 000 euros	42 %	45 %	39 %	39 %	42 %
Plus de 3 000 euros	26 %	33 %	26 %	38 %	26 %
PCS					
Agriculteur exploitant	0 %	0 %	0 %	0 %	1 %
Artisan commerçant chef d'entreprise	3 %	3 %	3 %	2 %	3 %
Cadres professions intellectuelles supérieures	11 %	12 %	7 %	11 %	6 %
Profession intermédiaire contremaitre	17 %	18 %	11 %	17 %	14 %
Employé personnel de service	18 %	21 %	5 %	17 %	16 %
Ouvrier	15 %	15 %	14 %	9 %	14 %
Retraité	1 %	1 %		20 %	25 %
Autres inactifs	35 %	31 %	57 %	22 %	20 %
TAILLE D'AGGLOMÉRATION					
2 000 à 100 000 habitants	30 %	29 %	36 %	0 %	31 %
Plus de 100 000 habitants et agglomération parisienne	53 %	53 %	50 %		45 %
Rural	17 %	18 %	14 %		24 %
RÉGION UDA					
Bassin parisien est	7 %	7 %	10 %		7 %
Bassin parisien ouest	7 %	8 %	4 %		9 %
DOM	2 %	2 %			3 %
Est	15 %	15 %	16 %		9 %
Méditerranée	12 %	12 %	14 %		12 %

	glisse urbaine	roller	skate	Parisiens	Ensemble des pratiquants
Nord	5 %	4 %	7 %		6 %
Ouest	7 %	6 %	11 %		13 %
Région parisienne	20 %	22 %	8 %		18 %
Sud-est	13 %	12 %	23 %		12 %
Sud-ouest	11 %	12 %	6 %		11 %
SITUATION MARITALE					
Célibataire, avec un conjoint, hors PACS	27 %	26 %	31 %	16 %	18 %
Célibataire, sans conjoint	38 %	33 %	63 %	27 %	21 %
Divorcé(e)	2 %	3 %	1 %	6 %	5 %
Marié	30 %	35 %	3 %	44 %	48 %
Titulaire d'un pacs	3 %	3 %	1 %	2 %	2 %
Veuf ou veuve	0 %	0 %	1 %	5 %	6 %
ENFANT					
enfant	46 %	52 %	15 %	63 %	69 %
SITUATION PAR RAPPORT À L'EMPLOI					
travaille	55 %	59 %	27 %	52 %	49 %
chômage ou recherche d'emploi	13 %	12 %	17 %	6 %	7 %
Vous êtes femme ou homme au foyer	2 %	2 %	0 %	5 %	5 %
Vous êtes étudiant ou élève	28 %	23 %	56 %	14 %	12 %
Vous êtes retraité et avez travaillé auparavant	1 %	1 %	0 %	20 %	25 %
Autre situation	2 %	2 %		3 %	3 %
SPORTIVITÉ DES PARENTS					
mère sportive ou très sportive	30 %	27 %	45 %	20 %	19 %
père sportif ou très sportif	69 %	63 %	82 %	39 %	61 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.

Note de lecture : 54 % des parisiens pratiquant la glisse urbaine sont des femmes.

Tableau 6 : Modalités de pratique de la glisse urbaine.

	glisse urbaine	roller	skate	pop. sportive
FRÉQUENCE				
Moins d'une fois par semaine	50 %	50 %	16 %	24 %
Une fois par semaine	16 %	16 %	12 %	19 %
Plus d'une fois par semaine	5 %	5 %	25 %	26 %
Vacances	29 %	29 %	46 %	31 %

	glisse urbaine	roller	skate	pop. sportive
INSTITUTIONNALISATION				
Club associations privé	4 %	4 %	0 %	12 %
Encadré	5 %	5 %	0 %	12 %
Licence	1 %	1 %	0 %	7 %
Compétition rassemblement	8 %	8 %	7 %	6 %
SOCIABILITÉ				
Entre amis	41 %	41 %	63 %	44 %
En famille ou en couple	51 %	51 %	25 %	47 %
Seul	28 %	28 %	25 %	29 %
Avec des relations de travail ou d'études	3 %	3 %	0 %	5 %
Avec d'autres personnes	5 %	5 %	5 %	11 %
LIEU DE PRATIQUE				
Dans une installation sportive stade, gymnase, piscine, fitness...	14 %	14 %	30 %	27 %
En milieu naturel dans une forêt, un bois, à la mer, sur un lac, à la montagne, à la campagne...	38 %	38 %	25 %	55 %
En ville dans un parc, un jardin public, une rue...	63 %	63 %	55 %	21 %
A votre domicile, ou au domicile d'une personne de votre connaissance,	4 %	4 %	20 %	18 %
Autre	1 %	1 %	6 %	2 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Note de lecture : 50 % des pratiquants du roller pratiquent moins d'une fois par semaine.

Tableau 7 : Les motivations de la pratique.

	glisse urbaine	roller	skate	Habitants de l'agglomération parisienne	Population sportive
Le risque	31 %	28 %	53 %	14 %	16 %
La gagne, la compétition, la performance	32 %	30 %	44 %	23 %	21 %
Les sensations	76 %	73 %	93 %	52 %	54 %
La rencontre avec les autres	70 %	70 %	73 %	58 %	65 %
La santé	94 %	94 %	90 %	91 %	90 %
Le contact avec la nature	86 %	87 %	83 %	75 %	81 %
La détente	94 %	96 %	81 %	92 %	93 %

	glisse urbaine	roller	skate	Habitants de l'agglomération parisienne	Population sportive
L'engagement physique	73 %	73 %	77 %	60 %	58 %
La dépense physique	91 %	92 %	88 %	79 %	77 %
Le plaisir, l'amusement	99 %	98 %	100 %	92 %	91 %
L'exercice, l'entretien physique	93 %	95 %	84 %	87 %	84 %
L'amélioration de vos performances,	67 %	64 %	84 %	49 %	44 %
Le plaisir d'être avec vos proches	91 %	92 %	88 %	79 %	85 %
Etre bien dans votre peau	96 %	97 %	94 %	93 %	94 %
Autre motif	9 %	9 %	6 %	6 %	6 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Note de lecture : 14% des habitants de l'agglomération parisienne déclarent le risque comme motif de leur pratique physique ou sportive.

Tableau 8 : Les profils sportifs généraux des pratiquants des sports de glisse.

	glisse urbaine	roller	skate	Paris et agglomérations parisiennes	Population des pratiquants
FRÉQUENCE					
plus d'une fois par semaine	50 %	49 %	58 %	49 %	47 %
une fois par semaine	26 %	28 %	17 %	24 %	25 %
moins d'une fois par semaine	21 %	12 %	20 %	21 %	22 %
vacances exclusivement	2 %	2 %	4 %	6 %	5 %
INSTITUTIONNALISATION					
Compétition rassemblement	38 %	35 %	55 %	16 %	19 %
Club association	51 %	51 %	47 %	30 %	30 %
encadré		54 %	50 %	36 %	32 %
licence multi-pratique	33 %	34 %	28 %	16 %	19 %
1 ou 2	2 %	2 %	3 %	32 %	37 %
3 à 5	22 %	24 %	15 %	42 %	38 %
6 et plus	76 %	75 %	82 %	26 %	25 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Note de lecture : 50 % des pratiquants d'une APS qui pratiquent entre autre la glisse urbaine pratiquent globalement l'ensemble de leurs APS plus d'une fois par semaine.

Chapitre 11

Les accidents liés à la pratique des activités physiques et sportives

Sondès **ELFEKI MHIRI** - Brice **LEFEVRE**

La pratique régulière d'une activité physique ou sportive est reconnue comme un facteur de santé. Elle peut être parfois génératrice d'accident. L'enquête sur les pratiques physiques et sportives en France en 2010 a permis de donner un aperçu de la prévalence déclarée des accidents liés à ces pratiques dans la population des 15 ans et plus résidant en France, et d'identifier certains facteurs de risques de ces accidents, ainsi que les personnes les plus exposées.

Ainsi, 9 % des personnes de 15 ans et plus interrogées, ont déclaré avoir été victimes d'un accident pendant la pratique d'une activité physique ou sportive (APS) au cours des 12 derniers mois qui ont précédé l'enquête. Cette prévalence déclarée est marquée par le fait qu'environ 1 accident sur 5 conduit à une hospitalisation et 1 sur 4 à un arrêt de l'activité professionnelle ou scolaire.

Par ailleurs, les adolescents et les adultes jeunes sont plus souvent exposés au risque d'accident et d'hospitalisation suite à leur accident. Mais l'âge n'est pas le seul facteur qui intervient dans la survenue d'un accident lors de la pratique d'une APS, puisque les hommes sont plus souvent victimes d'un accident que les femmes, tous âges confondus et quel que soit leur niveau de pratique. En revanche, bien que les hommes affichent une cessation d'activité légèrement plus fréquente que les femmes, le taux d'accidents graves est le même chez les hommes et les femmes.

Enfin, plus la multiplicité et la fréquence des pratiques augmentent, plus le risque d'accident augmente, aussi bien chez les hommes que les femmes, surtout avec des profils sportifs compétitifs ou avec la participation à des rassemblements sportifs.

La promotion de la pratique régulière d'une activité physique ou sportive, comme facteur de santé, est une priorité de santé publique. Elle contribue notamment, à prévenir les maladies chroniques non transmissibles.

Cependant, comme toute autre activité de la vie courante, les activités physiques et sportives peuvent être responsables d'accidents dont la fréquence, la nature (traumatiques, cardiovasculaires...) et la gravité vont dépendre de nombreux facteurs tels que l'âge, le genre, les conditions de pratique et le type d'activité. Une meilleure connaissance de ces facteurs permet de mieux orienter les politiques publiques de prévention et de continuer ainsi à promouvoir une pratique d'activité physique et sportive (APS) mieux sécurisée.

L'épidémiologie des accidents liés aux APS dans la population générale n'est pas bien connue en France. Les données relatives à ces accidents peuvent être recueillies de différentes façons.

Le plus souvent, elles proviennent d'enquêtes menées dans des hôpitaux, notamment des services des urgences. Les données occultent donc les personnes victimes d'accidents qui ont eu recours aux médecins de ville et ne peuvent pas refléter la population générale en raison des spécificités des hôpitaux participant à ces enquêtes, et des différences régionales observées dans les pratiques d'APS.

D'autres données concernant plus précisément les circonstances de tels accidents, découlent d'études prospectives menées sur une population donnée. Ces informations, bien qu'elles apportent des éléments intéressants sur les mécanismes de survenue des accidents rapportés, ne permettent pas d'estimer la prévalence et l'incidence des accidents liés aux APS dans la population générale.

Enfin, la réalisation d'enquêtes nationales basées sur des questionnaires permet d'aborder notamment la question de la prévalence des accidents liés aux APS dans la population générale et de recueillir des données complémentaires aux précédentes.

Ainsi, le questionnaire de l'enquête 2010 sur les pratiques physiques et sportives en France s'est enrichi d'un volet relatif aux accidents liés à ces pratiques. Ce dernier permet, d'une part d'évaluer la fréquence des accidents, d'autre part de quantifier les recours aux soins et les cessations d'activité qui sont imputables à ces accidents au sein de la population des 15 ans et plus. Les informations recueillies permettent également d'analyser le lien qu'il peut y avoir entre la multiplicité de la pratique, ainsi que l'impact de certains facteurs sociodémographiques et la fréquence des accidents. Enfin, on peut examiner la relation entre ces accidents et les formes de pratique et déterminer si certaines activités physiques et sportives ont une prévalence d'accidents plus élevée que les autres.

Tableau 1 : Nombre d'accidents déclarés et répartition selon leur gravité.

	En millions	Taux en %
Chez les pratiquants déclarés		
Non accidentés	42,7	91
Accidentés	4,4	9
Total général	47,1	100
Chez les accidentés déclarés		
Consultation d'un médecin	3,2	74
Hospitalisation	0,8	19
Arrêt d'activité	1,2	28

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) âgées de 15 ans et plus.

Lecture : 9 % des personnes interrogées ont déclaré avoir été victimes d'un accident pendant la pratique d'une activité physique ou sportive au cours des 12 derniers mois qui ont précédé l'enquête.

Dans l'enquête 2010 sur les pratiques physiques et sportives, on comptabilise en tant qu'« accident » tout incident de santé survenu au cours de la pratique dans les 12 derniers mois : fracture, entorse, claquage, tendinite, perte de connaissance, malaise...
L'hospitalisation et l'arrêt d'activité sont considérés comme des critères mesurant la gravité de l'accident.

Une prévalence déclarée des accidents liés aux activités physiques et sportives, marquée par une forte proportion de recours aux soins

Selon les résultats de cette enquête (tableau 1), 9 % des personnes âgées de 15 ans et plus ont déclaré avoir été victimes d'un accident pendant la pratique d'une activité physique ou sportive au cours des 12 derniers mois qui ont précédé l'enquête. Environ trois quarts (74 %) de ces personnes ont signalé avoir eu recours au médecin, un cinquième a dû être hospitalisé et plus d'un quart d'entre elles a arrêté temporairement son activité.

L'âge et le sexe constituent des facteurs discriminants de risque

Les taux d'accidents déclarés décroissent avec l'âge et la proportion d'accidentés lors de la pratique d'une activité physique ou sportive est nettement plus élevée pour les jeunes de 15-29 ans : près d'un cinquième (18 %) déclare au moins un accident au cours des douze derniers mois. Cette part est divisée par deux (9 %) pour la tranche d'âge intermédiaire des 30-49 ans, et pratiquement par quatre (5 %) pour les pratiquants âgés de plus de 50 ans.

Le constat est globalement le même en ce qui concerne la fréquence des recours aux soins ambulatoires et hospitaliers, ainsi que celle de l'indisponibilité après un accident lié aux APS (tableau 2).

Ainsi, plus le pratiquant est jeune, plus il est exposé au risque d'accident au cours de sa pratique d'APS, et ces accidents sont plus souvent graves que pour les pratiquants plus âgés.

La proportion d'hommes qui ont déclaré avoir eu un accident lors de leur pratique d'APS dans les 12 derniers mois qui ont précédé l'enquête (13 %) est deux fois supérieure à celle des femmes (6 %) (tableau 2).

Tableau 2 : Répartition des pratiquants accidentés selon leur sexe, leur âge et la gravité de l'accident.

	Accidentés	Consultation d'un médecin	Hospitalisation	Arrêt d'activité
SEXE				
femmes	6 %	79 %	20 %	27 %
hommes	13 %	71 %	18 %	29 %
AGE				
de 15 à 29 ans	18 %	73 %	21 %	34 %
de 30 à 49 ans	9 %	75 %	14 %	26 %
50 ans et plus	5 %	75 %	21 %	17 %

	Accidentés	Consultation d'un médecin	Hospitalisation	Arrêt d'activité
POPULATION DES PRATIQUANTS ACCIDENTÉS		74 %	19 %	28 %
POPULATION DES PRATIQUANTS	9 %	7 %	2 %	3 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) âgées de 15 ans et plus.

Lecture : 6 % des femmes interrogées ont déclaré avoir été victimes d'un accident pendant la pratique d'une activité physique ou sportive au cours des 12 derniers mois qui ont précédé l'enquête et 79 % d'entre elles ont eu recours au médecin, 20 % ont été hospitalisées et 27 % ont arrêté leur activité suite à l'accident.

Tableau 3 : Accidents sportifs et motivations de la pratique sportive.

	Accidentés	Consultation d'un médecin	Hospitalisation	Arrêt d'activité
La gagne, la compétition, la performance	22 %	80 %	21 %	33 %
Le risque	20 %	74 %	21 %	33 %
L'amélioration de vos performances	15 %	75 %	18 %	28 %
Les sensations	13 %	73 %	19 %	27 %
L'engagement physique	12 %	75 %	17 %	27 %
La dépense physique	11 %	74 %	18 %	27 %
La rencontre avec les autres	11 %	77 %	20 %	28 %
L'exercice, l'entretien physique	10 %	74 %	18 %	28 %
Le plaisir, l'amusement	10 %	74 %	18 %	28 %
La santé	9 %	74 %	19 %	28 %
Autres motifs	11 %	73 %	22 %	25 %
POPULATION DES PRATIQUANTS ACCIDENTÉS		74 %	19 %	28 %
POPULATION DES PRATIQUANTS	9 %	7 %	2 %	3 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) âgées de 15 ans et plus.

Lecture : 9 % des pratiquants ayant déclaré comme raison de pratique « la santé », ont déclaré avoir été victimes d'un accident pendant la pratique d'une activité physique ou sportive au cours des 12 derniers mois qui ont précédé l'enquête et 74 % d'entre eux ont eu recours au médecin, 19 % ont été hospitalisés et 28 % ont arrêté leur activité suite à l'accident.

Avertissement : un pratiquant peut citer plusieurs raisons de pratique.

Cet écart entre hommes et femmes pourrait s'expliquer en partie par des choix spécifiques d'activités physiques et sportives et des modalités différentes de pratique.

En particulier, la prise de risque et la compétition, plus recherchées par les hommes que par les femmes, constituent des facteurs d'augmentation du risque d'accident.

Cela étant, le pourcentage d'accidents graves (un peu moins de 30 %) est quasiment le même quel que soit le sexe. Mais, à l'occasion d'un accident, les femmes consultent plus

souvent un médecin que leurs homologues masculins : dans 8 cas sur 10 pour les femmes et 7 cas sur 10 pour les hommes.

Par ailleurs, les pratiques ayant pour motivations la santé ou l'entretien physique ou le plaisir, suscitent moins d'accidents (9 % des personnes déclarant ces motivations) que celles motivées par la compétition ou la performance ou la prise de risque (de l'ordre de 20 %) (tableau 3).

Des inégalités sociales face au risque d'accidents liés aux activités physiques et sportives pratiquées

L'âge et le genre ne sont pas les seuls paramètres pour lesquels on observe des différences entre les prévalences déclarées des accidents survenant lors de la pratique d'une APS. D'autres facteurs sociodémographiques comme le statut socioéconomique, la situation maritale et le lieu de résidence semblent avoir une influence sur le risque d'avoir un accident.

Pour augmenter la capacité de détecter des différences socioéconomiques en matière de santé, il a été suggéré d'utiliser au moins deux mesures individuelles du statut socio-économique (Liberatos P. et Coll, Abramson JH. et Coll).

Dans la présente étude, le statut socioéconomique a été défini par trois indicateurs : le niveau de revenu, le niveau « d'instruction » et la catégorie socioprofessionnelle regroupant le statut d'activité et la catégorie professionnelle.

De façon descriptive, la prévalence déclarée des accidents liés aux APS varie en fonction du statut socioéconomique. D'une part, on observe des variations importantes selon les catégories socioprofessionnelles, d'autre part on constate que les pratiquants ayant les plus faibles revenus¹ ont été relativement moins nombreux à déclarer avoir eu un accident (8 %). Ceci est très probablement lié au fait que les pratiquants dont les revenus sont les plus élevés, notamment les cadres supérieurs, pratiquent un plus grand volume d'APS : 12 % d'entre eux déclarent au moins un accident.

Par ailleurs, on note que les pratiquants ayant les revenus les plus élevés, ont un peu moins recours aux soins suite à un accident et sont beaucoup moins souvent hospitalisés : 16 % d'entre eux contre 24 % pour ceux dont le revenu mensuel est inférieur à 1 500 euros.

Au sein des catégories socioprofessionnelles, les différences les plus marquées concernent les fréquences d'hospitalisation et d'interruption d'activité et donc la gravité de l'accident. Ainsi, les cadres supérieurs et les professionnels exerçant une activité intellectuelle supérieure, presque deux fois plus nombreux à avoir déclaré un accident que les employés et personnels de service (13 % contre 7 %), ont une proportion d'accidents graves inférieure de moitié à celle de cette dernière catégorie (26 % contre 58 %).

Enfin, l'examen de la prévalence des accidents liés aux APS selon la situation de la personne par rapport à l'emploi, montre que les élèves et les étudiants détiennent le pourcentage le

¹ : Il s'agit dans toute l'étude des revenus du foyer d'appartenance des personnes interrogées.

plus élevé d'accidents déclarés (21 %) (tableau 4). Ceci est en cohérence avec le risque plus élevé d'accident lié à une pratique d'APS constaté chez les jeunes.

Tableau 4 : Répartition des accidents, selon le statut socioéconomique du pratiquant et la gravité de l'accident.

	Accidentés	Consultation d'un médecin	Hospitalisation	Arrêt d'activité
REVENU				
1 500 euros et moins	8 %	72 %	24 %	28 %
De 1 501 à 3 000 euros	8 %	74 %	18 %	32 %
plus de 3 000 euros	12 %	71 %	16 %	28 %
CATÉGORIE PROFESSIONNELLE				
Agriculteurs exploitants	1 %	100 %	0 %	100 %
Artisans, commerçants, chefs d'entreprise	8 %	61 %	18 %	32 %
Cadres supérieurs et professions intellectuelles supérieures	13 %	69 %	13 %	13 %
Professions intermédiaires, contremaîtres	9 %	77 %	14 %	32 %
Employés, personnel de service	7 %	79 %	22 %	36 %
Ouvriers, ouvriers agricoles	11 %	72 %	19 %	30 %
Retraités	4 %	72 %	20 %	10 %
Autres inactifs	15 %	73 %	20 %	32 %
SITUATION PAR RAPPORT A L'EMPLOI				
Travaille	9 %	77 %	19 %	31 %
En recherche d'emploi	12 %	67 %	8 %	23 %
Femme ou homme au foyer	3 %	79 %	29 %	15 %
Etudiant ou élève	21 %	71 %	18 %	32 %
Retraité et a travaillé auparavant	4 %	72 %	20 %	10 %
Autre situation	7 %	78 %	30 %	39 %
DIPLÔME				
Sous le bac	9 %	71 %	21 %	32 %
Bac ou équivalent	12 %	76 %	17 %	29 %
Plus du bac	9 %	79 %	14 %	17 %
POPULATION DES PRATIQUANTS ACCIDENTÉS		74 %	19 %	28 %
POPULATION DES PRATIQUANTS	9 %	7 %	2 %	3 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) âgées de 15 ans et plus.

Lecture : 8 % des pratiquants ayant un revenu mensuel de 1 500€ et moins ont déclaré avoir été victimes d'un accident pendant la pratique d'une activité physique ou sportive au cours des 12 derniers mois qui ont précédé l'enquête et 72 % d'entre eux ont consulté un médecin, 24 % ont été hospitalisés et 28 % ont arrêté leur activité suite à l'accident.

Des disparités géographiques ont été également constatées. La prévalence déclarée des accidents augmente légèrement avec la taille de l'agglomération, de 8 % en zone rurale à 10 % pour les communes de plus de 100 000 habitants. Les disparités sont nettement plus marquées au niveau de la gravité des accidents. Dans les plus grandes agglomérations, les pratiquants accidentés ne consultent que dans deux cas sur trois (huit fois sur dix dans les autres agglomérations) et n'interrompent leur activité qu'une fois sur cinq contre une fois sur trois (tableau 5).

Tableau 5 : Répartition des accidents selon la taille de l'agglomération et la gravité de l'accident.

	Accidentés	Consultation d'un médecin	Hospitalisation	Arrêt d'activité
TAILLE AGGLOMERATION				
Rural	8 %	81 %	16 %	32 %
De 2 000 à 100 000 habitants	9 %	81 %	26 %	36 %
Plus de 100 000 habitants et agglomération parisienne	10 %	66 %	15 %	22 %
POPULATION DES PRATIQUANTS ACCIDENTÉS		74 %	19 %	28 %
POPULATION DES PRATIQUANTS	9 %	7 %	2 %	3 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) âgées de 15 ans et plus.
 Lecture : 10 % des pratiquants habitant une commune de plus de 100 000 habitants ont déclaré avoir été victimes d'un accident pendant la pratique d'une activité physique ou sportive au cours des 12 derniers mois qui ont précédé l'enquête et 66 % d'entre eux ont eu recours au médecin, 15 % ont été hospitalisés et 22 % ont arrêté leur activité temporairement suite à leur accident

Le risque d'accident augmente avec la fréquence, la multiplicité de la pratique et les types et formes de pratique

La fréquence des accidents augmente parallèlement avec celle de la pratique : la prévalence déclarée des accidents fait plus que quadrupler quand la fréquence de pratique passe de moins d'une fois par mois à plus de deux fois par semaine. On constate la même chose avec la multiplicité des pratiques : les pratiquants déclarant plus de 6 pratiques différentes sont 4 à 5 fois plus souvent victimes d'un accident que ceux qui ne déclarent qu'au plus deux activités (tableau 6). C'est cette multiplicité des pratiques, prégnante chez les plus jeunes, qui pourrait être considérée comme l'un des facteurs à l'origine de la forte prévalence d'accidents chez les jeunes de 15 à 26 ans.

On relève également que le recours aux soins et la gravité des accidents n'augmentent pas avec leur fréquence. Ainsi, ce sont les personnes déclarant pratiquer moins d'une fois par mois ou exclusivement en vacances qui ont été relativement plus nombreuses à recourir aux soins suite à leur accident, à subir une hospitalisation, et à interrompre leur activité.

Tableau 6 : Répartition des accidents selon les modalités de pratique et la gravité de l'accident.

	Accidentés	Consultation d'un médecin	Hospitalisation	Arrêt d'activité
FREQUENCE				
Plus de 3 fois par semaine	13 %	83 %	27 %	31 %
2 à 3 fois par semaine	13 %	73 %	17 %	30 %
1 fois par semaine	9 %	63 %	9 %	20 %
1 à 2 fois par mois	4 %	74 %	20 %	29 %
Moins d'une fois par mois	3 %	74 %	42 %	34 %
Exclusivement en vacances	3 %	96 %	29 %	42 %
MULTIPRATIQUES				
1 à 2 pratiques	4 %	84 %	22 %	24 %
3 à 5 pratiques	9 %	62 %	16 %	29 %
6 pratiques et plus	18 %	79 %	20 %	29 %
POPULATION DES PRATIQUANTS ACCIDENTÉS		74 %	19 %	28 %
POPULATION DES PRATIQUANTS	9 %	7 %	2 %	3 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
 Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) et âgées de 15 ans et plus.
 Lecture : 13 % des personnes déclarant une fréquence de pratique d'activité physique ou sportive supérieure à 3 fois par semaine ont déclaré avoir été victimes d'un accident pendant la pratique d'une activité physique ou sportive au cours des 12 derniers mois qui ont précédé l'enquête et 83 % d'entre elles ont eu recours au médecin, 27 % ont été hospitalisées et 31 % ont arrêté leur activité suite à l'accident.

En outre, les personnes qui ont une activité plus orientée vers la compétition ou celles qui sont motivées par des rassemblements sportifs déclarent plus d'accidents que celles qui ne sont pas attirées par ces pratiques (à âge, sexe et catégorie socioprofessionnelle identiques).

Enfin, on constate que pour les activités physiques et sportives les plus pratiquées par les personnes âgées de 15 ans et plus (tableau 7), le risque d'être victime d'un accident lié à ces pratiques est relativement faible : au plus 2 % pour les sept activités les plus pratiquées. Cependant, le niveau du risque reste dépendant du type d'activité pratiquée. Les sports d'équipe et de balles sont les plus pourvoyeurs d'accidents (13 % des pratiquants). Parmi ces pratiques, le football, qui est de loin le sport le plus pratiqué (11 %), n'est pas celui qui présente le taux d'accidents (13 %) le plus élevé : le basketball, le handball et le rugby, dont les taux de pratique sont respectivement 3 %, 2 % et 1 %, affichent des taux d'accidents respectifs de 14 %, 15 % et 28 %.

Juste derrière la famille des sports d'équipe et de balle, se situent trois autres familles d'activité dont les taux d'accidents sont respectivement de 4 %, pour les sports de combat (y compris les arts martiaux) et les sports de glisse, et de 3 %, pour les sports de raquette.

Chapitre 12

12

Chapitre

12

12

12

12

12

12

Tableau 7 : Les accidents sportifs parmi les activités physiques et sportives les plus déclarées.

	Taux de pratique (en % de la population des 15 ans et plus)	Part des accidents (en % des pratiquants)
Marche de loisir	53 %	1 %
Natation de loisir	24 %	≈ 0 %
Marche utilitaire	24 %	2 %
Vélo de loisir	22 %	1 %
Baignade	15 %	≈ 0 %
Ski alpin	11 %	2 %
Pétanque	10 %	≈ 0 %
Football	10 %	13 %
Randonnée pédestre	9 %	1 %
Footing	9 %	4 %
VTT de loisir	8 %	2 %
Musculation	8 %	3 %
Jogging	7 %	3 %
Pêche	7 %	≈ 0 %
Tennis de table	7 %	≈ 0 %
Randonnée en montagne	6 %	2 %
Tennis	6 %	6 %
Vélo utilitaire	6 %	6 %

Source : enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Champ : personnes résidant en France (métropole et départements d'outre-mer) âgées de 15 ans et plus.

Lecture : Sont présentées dans ce tableau les 18 activités citées par plus de 5 % des répondants.

9 % des personnes âgées de 15 ans et plus ont déclaré avoir pratiqué la randonnée pédestre. 1 % d'entre elles ont été victimes d'un accident pendant la pratique de cette activité.

Bibliographie

- Liberatos P., Link BG, Kelsey JL. The measurement of social class in epidemiology. *Epidemiol Rev.* 1988; 10:87-121.
- Abramson JH, Gofin R, Habib J, Pridan H, Gofin J. Indicators of social class. A comparative appraisal of measures for use in epidemiological studies. *Soc Sci Med.* 1982;16(20):1739-46.
- Choquet M., Arvers P., Bourdessol H., Guibert P., de Peretti C. Activité sportive à l'adolescence : les troubles et conduites associées. Rapport au Ministère de la jeunesse et des sports, INJEP, 2001.
- Activité physique, contextes et effets sur la santé. Expertise collective de l'Inserm, 2008.
- Prévention des accidents de sport et de loisirs chez les adolescents. Caisse Nationale d'Assurance Maladie des Travailleurs Salariés (CNAMTS), Novembre 1999.
- Garry Florence. Les accidents de sport chez les jeunes de 10 à 24 ans. Caisse Nationale d'Assurance Maladie des Travailleurs Salariés. Point Stat N°14. Février 1999.
- Ricard C., Rigou A., Thélot B., description et incidence des accidents de sport. Enquête permanente sur les accidents de la vie courante 2004-2005. Réseau Epac. Institut de veille sanitaire, décembre 2007.
- Frank Baarveld, Chantal A. N. Vissera, Boudewijn J. Kollena and Frank J. G. Backxb. Sports-related injuries in primary health care. *Family Practice* 2011; 28:29-33.
- P-A. Michaud, A. Renaud, F. Narring. Sports activities related to injuries? A survey among 9-19 year olds in Switzerland. *Injury Prevention* 2001;7:41-45.
- Les premiers résultats de l'enquête 2010 sur les pratiques physiques et sportives en France, Stat-Info 10-01, décembre 2010
- Les principales activités physiques et sportives pratiquées en France en 2010, Stat-Info 11-02, novembre 2011

■ Éléments de méthodologie

Brice LEFEVRE - Patrick THIERY

1 - Le contexte de l'enquête

La connaissance actualisée de l'investissement de la population française dans les pratiques physiques et sportives est une nécessité pour la mise en place de politiques publiques et leur évaluation, pour le monde sportif mais aussi pour la recherche et l'industrie du sport.

Depuis 1967, année où l'INSEE (Institut National de la Statistique et des Etudes Economiques) a diligenté la première enquête nationale sur les loisirs (Le Roux, 1967), en passant par la première enquête ad hoc en 1985 (Irlinger, Louveau et Métoudi, 1987), plusieurs enquêtes en population générale ciblant les pratiques physiques et sportives ont été réalisées. Les deux dernières enquêtes réalisées dans le cadre de la statistique publique, ont été menées en 2000 et en 2003 par le ministère en charge des sports et l'INSEP. L'enquête de 2003, réalisée par l'INSEE, s'appuyait sur un module variable (participation culturelle et sportive) du dispositif des enquêtes permanentes sur les conditions de vie dites « E.P.C.V. ».

L'enquête de 2000, pilotée par l'INSEP (l'Institut National du Sport, de l'Expertise et de la Performance) et la mission des études, de l'observation et des statistiques (MEOS) (Mignon et Truchot, 2002), permettait comme celle de 1985 de recueillir le détail des pratiques déclarées contrairement à l'enquête de 2003 (Muller et coll., 2005) basée sur une liste de pratiques plus agrégée.

Le vieillissement des données, certaines évolutions du contexte sociétal comme la crise économique et sociale, et des questions non abordées dans les précédentes enquêtes ont été le déclencheur de la création d'un nouveau dispositif d'enquête. La présente enquête est issue d'un partenariat entre le Centre National de Développement du Sport (CNDS), l'INSEP, la MEOS et la Direction des sports du ministère des sports. Sur le plan de la

comitologie, le suivi de l'enquête a été assuré par ces quatre institutions, le CNDS assurant la maîtrise d'ouvrage (financement) en lien étroit avec la Direction des Sports, tandis que l'INSEP (laboratoire de sociologie du sport) et la MEOS, Service Statistique ministériel, ont assuré la maîtrise d'œuvre (préparation, collecte, exploitation et diffusion des données).

Les principaux acteurs intéressés par les résultats sont en premier lieu le ministère chargé des sports (administration centrale, DRJSCS, DDCS/DDCSPP, le CNDS, l'INSEP, les CREPS, les trois écoles nationales et la MEOS), l'ensemble des acteurs du mouvement sportif (fédérations sportives, INSEP, le comité national olympique et sportif français...), les industries du sport et les entreprises du secteur sportif, la presse sportive ainsi que les laboratoires de recherche.

En marge de ces enquêtes, des informations sont recueillies au sein du dispositif SRCV (Statistiques sur les Ressources et les Conditions de Vie) de l'INSEE qui intègre, au sein d'un module spécifique triennal, quelques questions générales sur la pratique sportive, ne permettant pas une analyse fine des pratiques et des pratiquants. Par ailleurs, la MEOS procède chaque année à un recensement des licences sportives auprès des fédérations sportives agréées par le ministère qui permet d'avoir ainsi une mesure des pratiques licenciées.

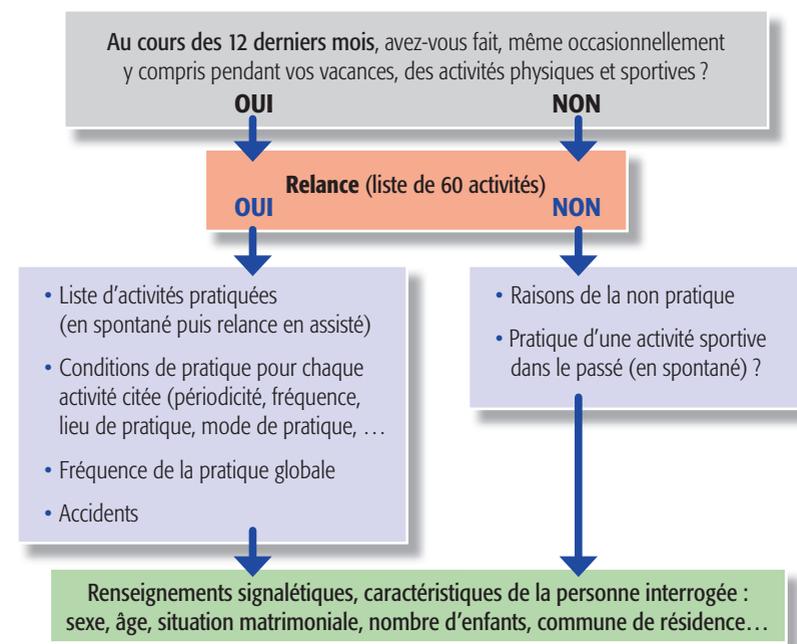
2. La problématique et le questionnement

L'objet de cette enquête est de décrire précisément les pratiques physiques et sportives, qu'elles soient autonomes ou encadrées, et de faire apparaître, dans la mesure du possible, la plus grande diversité de pratiques, les pratiques émergentes, de mesurer le nombre de licenciés et de caractériser les profils sociodémographiques, des pratiquants assidus aux non-pratiquants.

Les différences sociales doivent pouvoir être analysées, notamment à travers les portefeuilles d'activités (Bourdieu, 1979 ; Peterson, 2004 ; Lahire, 2004), ce qui implique que l'on puisse identifier précisément les disciplines pratiquées. Deux modes d'entrée sont possibles avec d'une part une entrée par la pratique physique et sportive générale par individu déclinée en modalités et raisons de pratique, et d'autre part, une entrée par discipline avec le détail des modalités de pratiques spécifiques.

Cette enquête doit permettre de répondre aux questionnements ministériels sur les pratiques utilitaires, sur les accidents sportifs, sur la sportivité des parents (Stempel, 2005) et du conjoint ainsi que sur le quatrième âge. La partie signalétique doit pouvoir fournir des informations sur le niveau socio-économique de l'enquêté. Le questionnement a été élaboré avec un souci de la comparabilité avec l'enquête 2000 et une contrainte de concision afin de respecter les normes de durée d'interrogation aujourd'hui acceptables en matière d'enquête par téléphone. Compte tenu de ces objectifs et contraintes, l'interrogation s'appuie principalement sur le questionnement ouvert (déclaration spontanée et question de relance) développé dans l'enquête 2000.

Architecture du questionnaire



Dans un premier temps, les personnes déclarant pratiquer une activité physique ou sportive devaient lister de manière ouverte l'ensemble des disciplines exercées. Dans un second temps, pour éviter les oublis, on proposait une liste de disciplines aux personnes qui spontanément déclaraient ne pas faire de sport, ainsi qu'à celles qui en avaient déjà déclarées. Les disciplines sportives déclarées de manière ouverte devaient être saisies telles que déclarées par le répondant. Des précisions étaient éventuellement demandées pour certaines disciplines (marche, vélo, danse, randonnée, natation, ...).

Pour chacune des disciplines citées, un ensemble de questions portant sur la périodicité, la fréquence, le lieu de pratique, le mode de pratique (autonome ou encadrée, fréquentation d'une structure), la détention d'une licence sportive, la participation à des compétitions ou des manifestations sportives, la sociabilité (pratique individuelle ou avec d'autres personnes), était posé. De manière générale, on s'intéressait également à la raison de la pratique sportive et aux activités physiques ou sportives liées aux déplacements domicile-travail ou domicile-lieu d'études, ainsi qu'à la fréquence globale de pratique. Pour les pratiquants déclarés, quelques questions relatives à l'accidentologie liée au sport ont été introduites. L'objectif était de mesurer le nombre d'accidents liés à une pratique sportive, d'identifier les pratiques concernées, d'observer le recours au système de santé et de définir le niveau de gravité de ces accidents par le biais des interruptions d'activité.

Les non-pratiquants étaient interrogés sur les raisons de l'absence d'activité physique et sportive. On s'intéressait à leur éventuelle pratique antérieure, de manière simplifiée.

En termes de signalétique, les variables socio-démographiques recueillies étaient classiques : sexe, âge, situation matrimoniale, nombre d'enfants, commune de résidence, nationalité, situation par rapport à l'emploi, profession, profession des parents pour les élèves et étudiants, revenus, dernier diplôme le plus élevé obtenu. Étaient inclus dans cette signalétique la sportivité des parents et la sportivité des conjoints.

In fine, le champ de l'enquête était constitué par des personnes âgées de 15 ans et plus qui résidaient en France métropolitaine ou dans les départements d'outre-mer, soit au total une population de 52,7 millions de personnes. Les difficultés méthodologiques et légales d'interrogation des moins de 15 ans justifiaient le choix du champ d'observation. L'échantillon interrogé était constitué au final de 8 510 individus, la taille de l'échantillon ayant été renforcée par rapport aux enquêtes précédentes (6 500 individus en 2000) afin de pouvoir observer plus de disciplines et améliorer la précision statistique de l'enquête.

3. Une enquête par téléphone basée sur un échantillon aléatoire

Le mode d'interrogation choisi était le téléphone compte tenu du champ et de la problématique de l'enquête. Le téléphone permet aussi une comparabilité avec l'enquête de 2000 qui a été réalisée dans les mêmes conditions. De plus, le mode de recueil en face à face était onéreux et difficile à mettre en œuvre.

Actuellement, le taux de couverture du téléphone est très élevé avec plus de 99 % des personnes joignables par un téléphone fixe ou mobile (Bigot et Crouette, 2010). Ce mode d'interrogation apparaissait comme approprié, la méthodologie développée par les instituts de sondage prenant en compte la complexité du paysage téléphonique français actuel. Ainsi, les personnes en listes blanches ont pu être contactées grâce à l'annuaire téléphonique universel –base de sondage de qualité selon l'ARCEP, Autorité de Régulation des Communications Electroniques et des Postes, 2009. Pour les personnes en listes rouges, les contacts ont été obtenus par génération aléatoire de numéros (indicatifs géographiques 01 à 05 et indicatifs 08 et 09). Enfin, les personnes détentrices exclusivement de téléphones portables, qui constituent 14 % de la population, ont également été contactées par génération aléatoire de numéros. Cette sous-population devait être bien représentée dans l'échantillon, car elle était susceptible, a priori, d'avoir des comportements sportifs spécifiques.

L'échantillon, tiré selon un mode aléatoire, sur les trois sous-populations (listes blanches, listes rouges et portables exclusifs) offre une bonne représentation de la population, en augmentant notamment la probabilité d'inclusion des personnes difficiles à interroger. L'échantillon a été constitué via un sondage aléatoire simple à deux degrés. Le premier degré était constitué par l'échantillon des numéros de téléphone (logements) à interroger. Le second degré correspondait aux personnes interrogées qui étaient sélectionnées aléatoirement (méthode des prénoms) parmi les personnes habitant le logement. La

liste des personnes éligibles était celle des personnes habitant habituellement (résidence principale) le logement et parlant le français pour des contraintes techniques évidentes, et âgées de 15 ans et plus. En cas de refus après sélection, le foyer était abandonné, ce qui impliquait de devoir minimiser les taux de refus.

La réduction des non-réponses partielles et totales a nécessité la mise en place de différentes méthodes, gérées informatiquement, et bien maîtrisées par les instituts de sondage :

- Au moins 8 jours avant le début de la tentative de contact téléphonique une lettre annonce a été envoyée par voie postale aux personnes dont il a été possible d'identifier les coordonnées postales ; proposition pour les listes rouges et les portables exclusifs de la lettre annonce lors du premier contact avec une possibilité d'envoi par voie électronique ;
- La mise en service d'un numéro vert que les personnes sélectionnées pouvaient appeler pour obtenir des compléments d'information ;
- Des tentatives d'appel en nombre à différents moments : appels effectués du lundi au samedi (30 tentatives maximum régulièrement réparties dans le temps sur un mois et 8 sonneries maximum à chaque tentative) et à des heures différentes (la semaine de 16 heures à 21 heures et le samedi de 10h30 à 18h30) avec exclusion des périodes de vacances hors rendez-vous préalable ;
- La possibilité de prise de rendez-vous (même hors plage), et d'interruption puis de reprise d'entretien.
- Une équipe d'enquêteurs a été dédiée aux rappels des refus ménage afin d'améliorer le taux de réponse.

4. L'organisation de l'enquête

L'enquête a fait l'objet d'une déclaration simplifiée (norme 19) à la Commission Nationale Informatique et Liberté (CNIL : récépissé n° 1389376) et a obtenu le label d'intérêt général et de qualité statistique sans caractère obligatoire du Conseil National de l'Information Statistique (CNIS).

La préparation de l'enquête a débuté avec de nombreux tests bureau lors de la mise au point du questionnaire. Suite à l'appel d'offre, le pilote de l'enquête et la phase de collecte ont été confiées à un prestataire privé qui a répondu aux contraintes de sondage fixées dans le cahier des charges des clauses techniques particulières rédigé par la maîtrise d'œuvre. Un pilote de 208 entretiens téléphoniques sur des lignes fixes et des portables a permis de tester la qualité du dispositif d'enquête et d'améliorer le manuel aux enquêteurs, le questionnaire et la formation et in fine le CATI (Computer Assisted Telephone Interviewing). Après formation (utilisation du manuel et du CATI), ce sont au total une quarantaine d'enquêteurs (voir photographie de l'enquêteur) encadrés par trois chefs d'équipe qui ont effectué 8 510 entretiens exploitables, du 19 janvier au 15 avril 2010. La durée moyenne des interviews a été de 18 minutes, soit un peu moins que le seuil de 20 minutes qui avait été fixé au départ.

L'institut de sondage disposait d'une plateforme d'appels parisienne permettant dans un premier temps un suivi journalier sur site par la maîtrise d'œuvre lors de la mise en place des équipes (nombreux debriefings) puis dans un second temps un suivi par téléphone. 10 % des entretiens ont été écoutés et contrôlés par la maîtrise d'œuvre ou l'institut de sondage.

Enquêteur de la plateforme téléphonique de l'institut de sondage



5. Les taux de refus

Malgré la mise en place d'un dispositif précautionneux, les taux de refus sont importants dans le cadre d'une enquête par téléphone, la population française devenant de plus en plus rétive aux enquêtes téléphoniques (sursollicitation, Beck 2008). De plus, les usages du téléphone évoluent, avec un filtrage des appels de plus en plus fréquent, qui permet aux personnes appelées de ne pas décrocher lorsque le numéro d'appel n'est pas clairement identifié. Ajoutons que le contexte socio-économique difficile n'est pas propice aux enquêtes, avec par exemple un moral des ménages historiquement bas (INSEE, 2010).

Pour apprécier l'efficacité de l'enquête il est utile de se référer à une enquête similaire : le Baromètre Santé Nutrition 2008 de l'Institut National de Prévention et d'Éducation pour la Santé (INPES, Beck et coll., 2009). Les chiffres ne sont pas strictement comparables, avec deux différences notables : l'enquête sur les pratiques physiques et sportives excluait les appels le dimanche (choix de la maîtrise d'œuvre afin d'éviter le « harcèlement ») et interrogeait les plus de 75 ans qui ont parfois des problèmes d'audition (*voir le tableau de consommation des numéros*) et qui se considéraient moins concernés par l'objet de l'enquête. Pour l'échantillon des lignes fixes, le taux de refus de l'enquête pratique physique et

sportive 2010 est de 40 % alors qu'il est de 38 % pour le baromètre santé 2008 de l'INPES. Si l'on ajoute les abandons en cours de questionnaire, il est identique au chiffre de l'INPES (47 %). Le nombre moyen de numéros nécessaire pour réaliser une interview en ligne fixe est similaire dans les deux enquêtes et proche de 5.

Pour l'échantillon des portables exclusifs, le taux de refus avec abandons est de 32 % contre 42 % pour l'INPES, cette différence étant sans doute explicable par la longueur du questionnaire dans le baromètre santé nutrition. Le nombre de numéros créés pour une interview sur portable exclusif est plus élevé avec 22 numéros pour réaliser une interview pour l'enquête pratiques physiques et sportives 2010, contre 16 pour l'enquête de 2008 de l'INPES.

L'enquête 2010 sur les pratiques physiques et sportives se caractérise par une plus grande difficulté à contacter les personnes que pour l'enquête baromètre nutrition 2008, ce constat étant très relatif pour les téléphones mobiles compte tenu de la sévérité des critères d'éligibilité.

Tableau 1 : Consommation des numéros des pratiques sportives 2010 et du baromètre santé nutrition 2008 de l'INPES

	Lignes fixes		Portables exclusifs	
	Enquête 2010	INPES	Enquête 2010	INPES
Base utilisée (n)	34722 (100 %)	14881 (100 %)	26956 (100 %)	11563 (100 %)
Hors cible	13479 (39 %)	6201 (42 %)	6448 (24 %)	2546 (22 %)
Ménages atteints	21243 (100 %)	8680 (100 %)	20508 (100 %)	9017 (100 %)
Résidence secondaire / ligne fixe MO	281 (1 %)	126 (2 %)	7422 (36 %)	4015 (45 %)
Hors cible : hors tranche d'âge	25 (0 %)	626 (7 %)	32 (0 %)	15 (0 %)
Ménages non francophones	636 (3 %)	389 (5 %)	390 (2 %)	188 (2 %)
Personnes impossibles	433 (2 %)	113 (1 %)	65 (0 %)	21 (0 %)
Ménages injoignables	3558 (17 %)	563 (6 %)	6447 (31 %)	1573 (17 %)
Ménages interrogeables	16310 / 16034 * (100 %)	6863 / 6448 * (100 %)	6152 / 3301 * (100 %)	3205 / 1300 * (100 %)
Refus ménages immédiats	6230 / 5954 * (37 %)	2366 / 1951 * (30 %)	3316 / 465 * (14 %)	2060 / 330 * (25 %)
Refus ménages différés	298 (2 %)	163 (3 %)	54 (2 %)	63 (5 %)
Rendez-vous non aboutis et personnes injoignables	1027 (6 %)	60 (1 %)	917 (28 %)	153 (12 %)
Refus personnes sélectionnées	147 (1 %)	372 (6 %)	19 (1 %)	38 (3 %)
Personnes interrogées	8608 (100 %)	3902 (100 %)	1846 (100 %)	893 (100 %)
Rendez-vous questionnaire	107 (1 %)	70 (2 %)	117 (4 %)	56 (6 %)
Abandons interviews	1174 (7 %)	508 (13 %)	525 (16 %)	110 (12 %)
Interviews réalisés	7327 (46 %) ⁽¹⁾	3324 (52 %)	1204 (37 %)	727 (56 %)

	Lignes fixes		Portables exclusifs	
	Enquête 2010	INPES	Enquête 2010	INPES
Taux de refus global (hors abandons)	6675 / 6399 * (40 %)	2901 / 2986 * (38 %)	3389 / 538 * (16 %)	2161 / 431 * (33 %)
Taux de refus global (avec abandons)	7849 / 7573 * (47 %)	3409 / 3064 * (47 %)	3914 / 1063 * (32 %)	2271 / 541 * (42 %)
Nombre d'adresses nécessaire / interview	4,7	4,5	22,4	15,9

Source : INPES 2009 et enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.
Lecture : Le taux de refus global avec abandons sur les lignes fixes est de 47 % pour l'enquête 2010 et l'enquête de l'INPES.

* Chiffres tenant compte de l'éligibilité des personnes qui refusent :

- Soit pour les fixes, déduction des hors cible à hauteur du poids constaté pour l'étude (résidence secondaire, hors tranche d'âge - ménages non francophones).

- Soit pour les mobiles, pondération sur la base du taux estimé de foyers équipés en mobiles exclusifs

(1) Le taux de réponse est calculé comme le rapport entre le nombre d'interviews réalisés et le nombre de ménages interrogables, soit pour l'enquête 2010 en lignes fixes : $7327/16034 = 46 \%$.

Définitions :

Hors cible : faux numéros et entreprises.

ligne fixe MO : présence d'une ligne fixe dans le foyer (échantillon portables exclusifs).

Personnes impossibles : les personnes sélectionnées sont absentes, non francophones ou souffrant d'incapacités physiques ou mentales les empêchant de répondre.

Rendez-vous questionnaire : rendez-vous pris en cours de questionnaire et non honoré au final.

6. La pondération et le redressement

Il a été nécessaire d'affecter un poids (phase de pondération) à chaque individu de l'échantillon afin de tenir compte du nombre de personnes éligibles et du nombre de lignes téléphoniques du logement qui influent sur la probabilité d'un individu d'être sélectionné. En effet, plus le nombre de lignes téléphoniques du domicile est élevé et plus la probabilité d'être contacté est importante, et inversement, plus le nombre d'individus éligibles du domicile est élevé et plus la probabilité d'être interrogé est faible. Le poids de sondage, calculé comme le nombre d'individus éligibles divisé par le nombre de lignes téléphoniques y remédie a posteriori.

Après cette opération, notons qu'il existe notamment de part la disparité des refus (par exemple, les hommes refusent plus souvent que les femmes), des écarts de structure entre l'échantillon final et la structure de la population ciblée sur un certain nombre de critères (sexe, âge, région, ...). Il est alors affecté à chaque individu un poids final qui ajuste les différents critères choisis à leur poids réel dans la population (*colonne population des tableaux 2 et 3*). Pour cette phase dite de redressement (Ardilly, 2006), les données utilisées doivent être fiables (recensement de la population 2006 et enquête emploi en continu 2008 de l'INSEE) et liées aux variables d'intérêt pour améliorer la précision des estimations. Le redressement a été effectué sur les variables sexe, diplôme, taille de l'agglomération de résidence ainsi que celle de la région.

Comme pour d'autres enquêtes de ce type (Beck 2008 et 2009), il y a dans l'échantillon de l'enquête pratique physique et sportive une sous représentation des 65 ans et plus, une surreprésentation des femmes de 35 à 64 ans, une sous-représentation des moins diplômés, et une sous représentation des personnes habitant des agglomérations de 20 000 habitants et plus. A l'échelon régional, on relève la sous représentation de l'Île-de-France, de la région Provence-Alpes-Côte-d'Azur et de la Corse et à l'opposé une surreprésentation de la Bretagne et des Pays de Loire.

Tableau 2 : Structure de l'échantillon et structure de la population selon le sexe, l'âge, le diplôme et de la taille d'agglomération.

	échantillon	population	différence
SEXE et AGE			
femme de 15 à 24 ans	7,3	7,6	- 0,3
femme de 25 à 34 ans	7,3	7,6	- 0,4
femme de 35 à 44 ans	10,6	8,6	2,0
femme de 45 à 54 ans	10,9	8,5	2,4
femme de 55 à 64 ans	9,0	7,9	1,1
femme de 65 ans et plus	9,1	12,0	- 2,9
homme de 15 à 24 ans	7,8	7,8	0,0
homme de 25 à 34 ans	6,7	7,5	- 0,8
homme de 35 à 44 ans	8,5	8,4	0,1
homme de 45 à 54 ans	8,8	8,2	0,6
homme de 55 à 64 ans	7,5	7,4	0,1
homme de 65 ans et plus	6,6	8,4	- 1,8
DIPLOME			
aucun diplôme ou CEP	16,7	30,6	- 13,9
brevet des collèges	10,5	10,7	- 0,2
CAP, BEP ou équivalent	24,7	20,9	3,8
baccalauréat ou brevet professionnel ou équivalent	19,7	16,8	3,0
baccalauréat + 2 ans	13,4	9,5	3,9
diplôme supérieur	14,9	11,5	3,5
TAILLE D'AGGLOMERATION			
rural	36,4	24,6	11,9
2 000 à 20 000 habitants	18,8	17,1	1,7
20 000 à 100 000 habitants	12,3	13,8	- 1,5
plus de 100 000 habitants	19,9	28,6	- 8,7
agglomération parisienne	12,6	15,9	-3,3

Source : INSEE & enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Lecture : Dans l'échantillon avant redressement le taux de femmes de 65 ans et plus est de 9,1 % tandis que dans la population ce taux est de 12%, soit une sous représentation de -2,9 % dans l'échantillon.

Tableau 3 : Structure de l'échantillon et structure de la population selon la région.

REGIONS	échantillon	population	différence
Alsace	3,1 %	2,9 %	0,2 %
Aquitaine	5,6 %	5,1 %	0,5 %
Auvergne	2,7 %	2,2 %	0,6 %
Basse - Normandie	3,0 %	2,3 %	0,7 %
Bourgogne	2,6 %	2,6 %	0,0 %
Bretagne	6,8 %	4,9 %	1,8 %
Centre	3,7 %	4,0 %	- 0,3 %
Champagne - Ardennes	2,1 %	2,1 %	0,0 %
Franche - Comté	2,1 %	1,8 %	0,3 %
Haute - Normandie	2,9 %	2,8 %	0,1 %
Ile-de-France	15,1 %	18,0 %	- 2,9 %
Languedoc - Roussillon	3,8 %	4,1 %	- 0,3 %
Limousin	1,2 %	1,2 %	0,0 %
Lorraine	4,1 %	3,7 %	0,3 %
Midi - Pyrénées	4,8 %	4,5 %	0,3 %
Nord - Pas de Calais	5,7 %	6,2 %	- 0,5 %
Pays de la Loire	6,8 %	5,4 %	1,4 %
Picardie	3,0 %	2,9 %	0,0 %
Poitou-Charentes	3,1 %	2,8 %	0,3 %
Provence- Alpes-Côte d'Azur + Corse	6,3 %	8,3 %	- 2,0 %
Rhône-Alpes	9,7 %	9,5 %	0,2 %
DOM	1,9 %	2,6 %	- 0,7 %
	100,0 %	100,0 %	0,0 %

Source : INSEE & enquête pratique physique et sportive 2010, CNDS / direction des sports, INSEP, MEOS.

Lecture : Dans l'échantillon avant redressement, le taux de résidents en Ile-de-France est de 15,1 % tandis que dans la population ce taux est de 18 %, soit une sous représentation de -2,9 % dans l'échantillon.

7. La qualité de l'enquête

Après redressement, il est intéressant d'avoir quelques éléments d'évaluation de la qualité de l'enquête en comparant les estimations avec des résultats exogènes.

Afin de pouvoir lier une activité pratiquée et la détention d'une licence fédérale, le choix s'est porté sur les fédérations unisport et particulièrement les deux plus importantes que sont la fédération française de football (F.F.F.) et la fédération française de tennis (F.F.T.).

Après avoir exclu les licenciés âgés de moins de 15 ans, on constate qu'il n'existe pas de différences significatives entre l'estimation des volumes de licence de l'enquête (licenciés dans un club de la fédération) et les volumes de licences fournis par ces deux fédérations. Ce constat positif est un élément important de l'évaluation de la qualité du dispositif d'enquête : « Pour juger de la qualité, in fine, on peut comparer les résultats de l'enquête

avec des données externes (par exemple, la Comptabilité nationale : c'est ce qui est fait pour les enquêtes sur les budgets ou les patrimoines)... » (Landré et Verger, 2006).

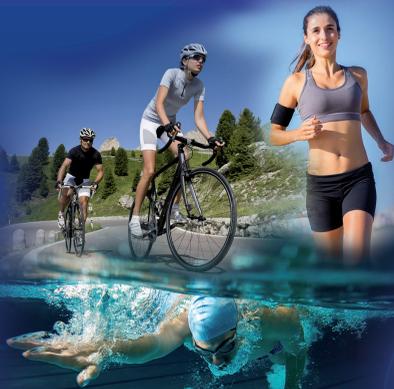
D'autre part, sur la région Ile-de-France, à titre d'exemple, l'estimation du taux de pratiquants dans notre enquête (pratique d'une fois par semaine) n'est pas significativement différente de celle mesurée par l'enquête de l'Institut Régional de Développement du Sport à 65 % (Chardon, 2009) menée dans cette région.

Références bibliographiques

- ARCEP, Tableau de bord de l'annuaire universel, Paris, ARCEP, 2009.
- Ardilly P., Les techniques de sondage, Paris, Editions Technip, 2006.
- Beck F., Gautier A., Guignard R. Méthode d'enquête du Baromètre santé nutrition 2008 : une évolution dans la continuité. INPES, 2009.
- Beck F., Guilbert P., Gautier A., Arwidson P. L'acharnement téléphonique dans les enquêtes est-il justifié ? In : Guilbert P., Haziza D., Ruiz-Gazen A., Tillé Y. dir. Méthodes de sondage. Cours et Cas pratiques. Master, écoles d'ingénieurs. Paris : Dunod, coll. Sciences sup, 2008 : p. 254-259.
- Beck F., Léon C., Guignard R., Méthodologie d'enquête du baromètre santé environnement 2007. INPES. 2008.
- Bigot R., Crouette P. La diffusion des technologies de l'information et de la communication dans la société française, Paris, CREDOC, 2009.
- Bourdieu P., La distinction, critique sociale du jugement. Editions de minuit, 1979.
- Chardon B., La pratique sportive dans les départements franciliens, Dossier de l'IRDS n°7, octobre 2009.
- INSEE : <http://www.recensement-2006.insee.fr/home.action>
- INSEE, Enquête mensuelle de conjoncture auprès des ménages, INSEE, avril 2010.
- Irlinger P., Louveau C., Metoudi M. : Les pratiques sportives des français, Paris. INSEP, 1987.
- Lahire B., La culture des individus. Dissonances culturelles et distinction de soi, La Découverte, 2004.
- Landré C., Verger D., La difficile mesure des pratiques dans le domaine du sport et de la culture. Bilan d'une opération méthodologique, INSEE / UMS, n° M0601, Paris, 2006.
- Les ouvrages des anciennes enquêtes
- Le Roux P., Les comportements de loisirs des français, Paris, INSEE, 1970.
- Mignon P. Truchot G. & coll. Les pratiques sportives en France, 2002, Editions de l'INSEP.
- Muller L. et coll. La pratique des activités physiques et sportives en France, 2005, Editions de l'INSEP.
- Peterson R-A. Le passage à des goûts omnivores : notions, faits et perspectives, Sociologie et sociétés, vol. 36, n° 1, 2004, p. 145-164.
- Stempel C. Adult Participation Sports as Cultural Capital: A Test of Bourdieu's Theory of the Field of Sports. International review for the sociology of sport. 2005; 40: 411.

Achévé d'imprimer sur les presses de l'imprimerie NORD-GRAPHIQUE.

La pratique des activités physiques et sportives en France



Cet ouvrage présente les résultats d'une enquête par sondage menée en 2010 par la Mission des Etudes, de l'Observation et des Statistiques (MEOS), service statistique du Ministère en charge des Sports (alors Ministère de la Santé et des Sports) et l'Institut National du Sport, de l'Expertise et de la Performance - INSEP - (alors Institut National du Sport et de l'Education Physique) auprès de 8510 personnes âgées de plus de 15 ans.

Elle vise principalement à estimer l'ensemble des modalités des pratiques sportives des personnes résidant en France, que ces pratiques soient institutionnalisées ou non.

Cette enquête est comparable à celle déjà menée en 2000 par le Ministère de la Jeunesse et des Sports et l'INSEP.

Le questionnement utilisé dans cette enquête permet de mesurer la pratique des activités physiques et sportives au sens large, en recensant des activités à la frontière du sport et des loisirs. Elle permet également de distinguer les pratiques occasionnelles des pratiques régulières et d'estimer le nombre de sportifs selon les différentes modalités de pratique.

Cet ouvrage est présenté sous la forme d'articles synthétiques complétés par des tableaux de données détaillées.