

1^{ère} édition

Observatoire de la Forme

12 Mai 2022

UNION Sport & Cycle



BASIC-FIT



elancia
LE SPORT DÉCOMPLÈTE

FITNESS PARK
SE DÉPASSER - SE SURPASSER

KeepCool
Comme une salle de sport, en plus cool

Magic Form

OLY
Bel

PLANET
FITNESS

TECHNOGYM

Training Series⁺
Innovative & Premium Solutions

wellnesstraining
l'activateur du bien-être en entreprise

Objectifs et méthodologie

Contexte

L'étude a été réalisée en février 2022 par l'Union Sport et Cycle pour le compte des adhérents de l'UNION Sport et Cycle

Objectifs

Cette étude a pour objectif principal d'évaluer la forme des Français après 2 ans de crise sanitaire. L'étude s'intéresse également aux mutations de la pratique sportive des Français et à ses conséquences pour la pratique en salle notamment.

Méthodologie

Pour cette étude, nous avons interrogé un échantillon de 5000 Français âgés de plus de 18 ans, échantillon représentatif de la population Française en termes de sexe, âge, catégorie socio-professionnelle, régions. Le terrain a été réalisé en février 2022.

Sommaire de l'étude

P1

La Forme des Français

- Score de forme
- Accompagnement

P2

La pratique sportive des Français

- Sports pratiqués
- Pratique à domicile

P3

Quel avenir pour les loisirs sportifs marchands ?

- La pratique en salle
- L'avenir de la pratique

P4

Les équipements de Fitness des Français

- Les équipements possédés

1

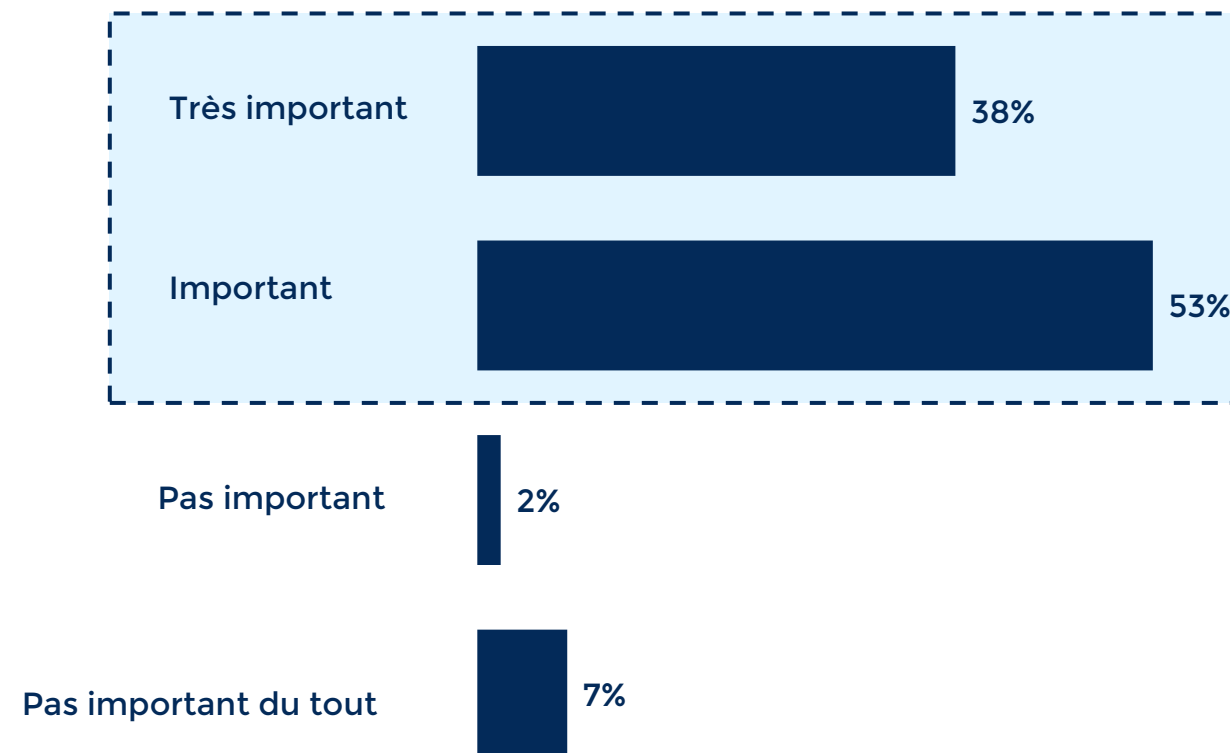
La forme des Français

Être en forme, un impératif pour de très nombreux Français

92%

des Français jugent
« **important** » ou « **très important** » le fait d'être en
forme physique

Dans votre vie de tous les jours, être en forme physique, c'est quelque chose de :

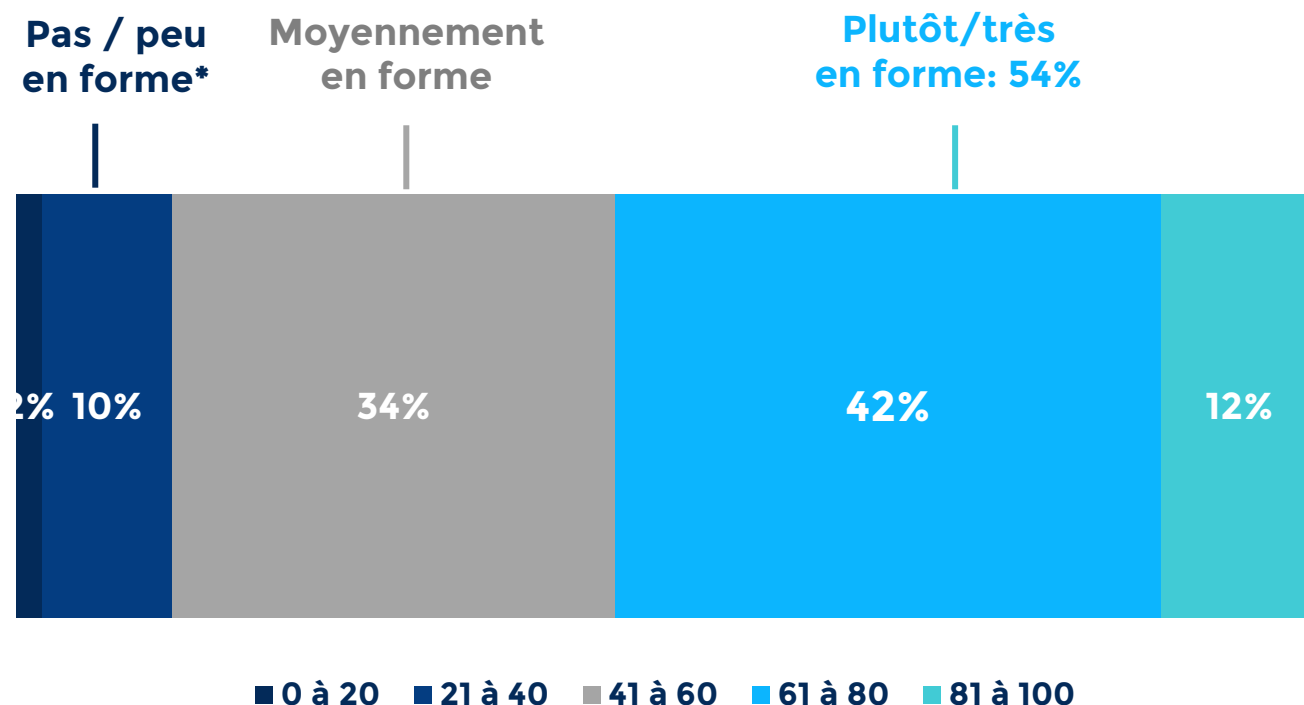


Malgré la crise, les Français ont conservé un niveau de forme correct

61/100

La note moyenne de
forme des Français
(indice calculé à partir de 6
indicateurs - cf page
suivante)

Note de forme - répartition par niveau de forme



*Lecture : 12% des Français ont une note <40 à notre indice de forme

Les différents indicateurs de notre indice de forme

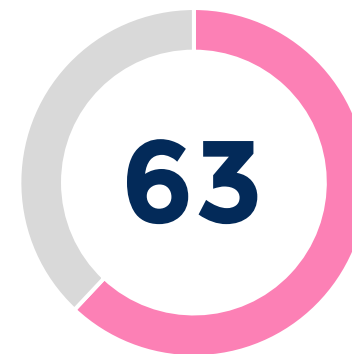
Sur une échelle de 1 à 100, comment jugez-vous :



Bien-être mental



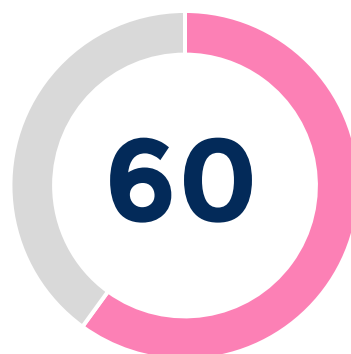
Niveau d'énergie



Condition physique



Sommeil



Poids

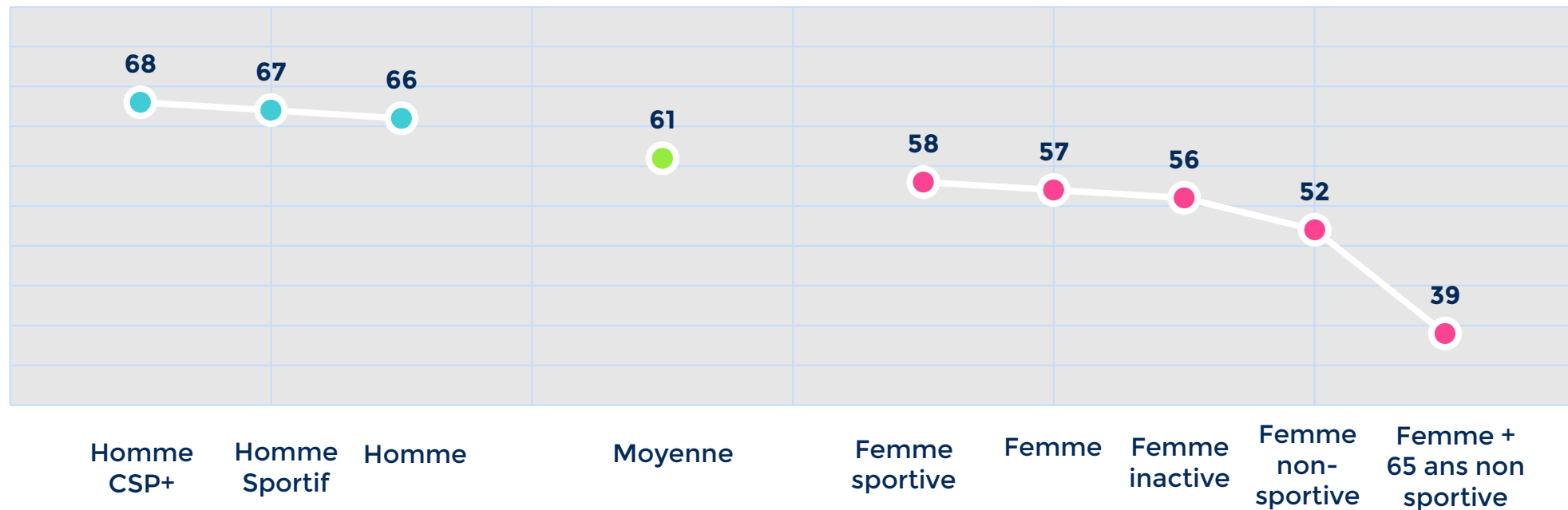


Musculature

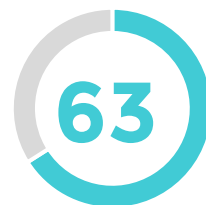
La forme des Français

Les femmes et les non-pratiquants sont également les moins en forme

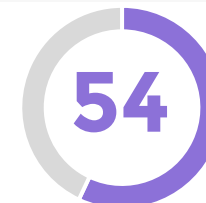
Indice de forme en fonction du genre, de la pratique sportive et de la catégorie socio-professionnel



**Pratiquants
Sport**



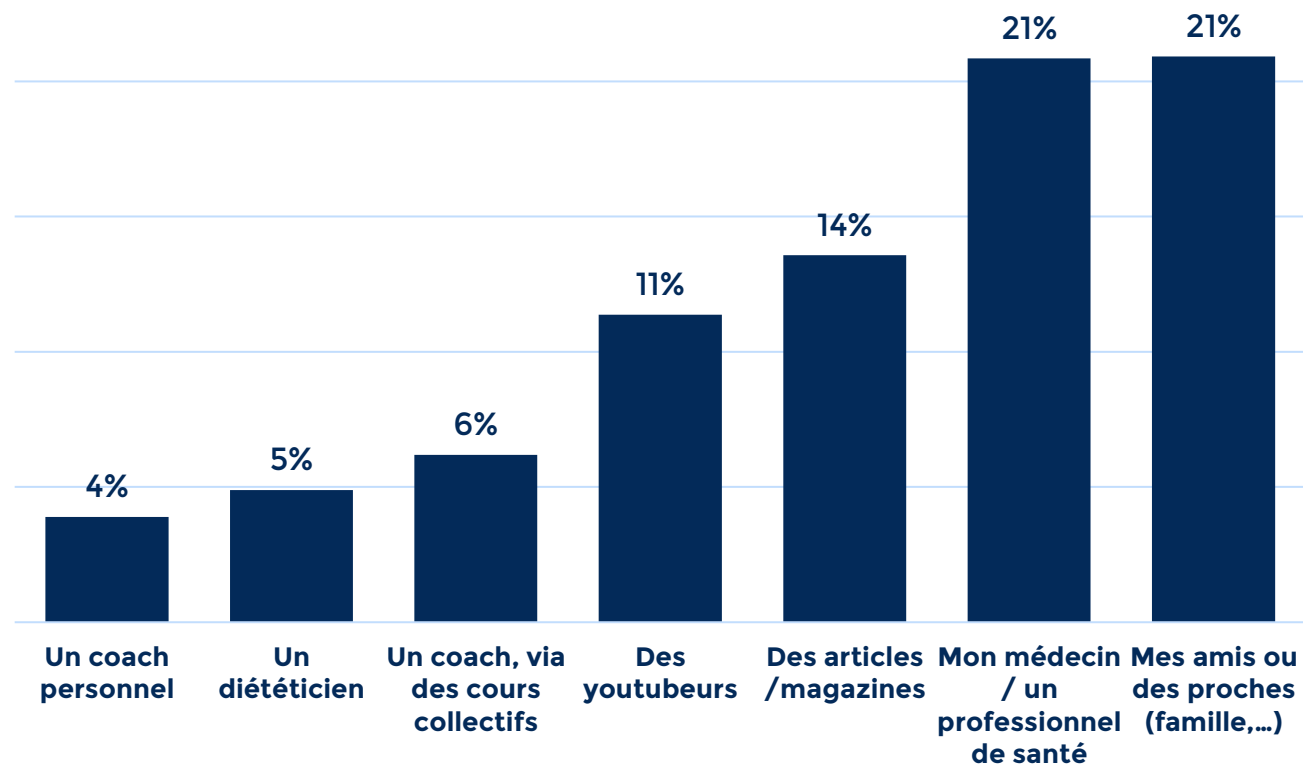
**Non-Pratiquants de
sport**



50%

Des Français ont recours à
des conseils « extérieurs »
pour garder la forme

Avez-vous recours à des conseils pour garder la forme ?



Conclusions de la partie

La forme prend de plus en plus de place dans la vie des Français

1

- ✓ Les Français sont très attentifs à leur forme : 92% jugent « **important** » ou « **très important** » le fait d'être en forme physique.

Après 2 ans de crise sanitaire, la forme des Français préservée

2

- ✓ Avec un score de forme évalué à 12/20, les Français ont su **maintenir un niveau de forme correct** durant la crise.
- ✓ Une attention particulière à l'activité physique (voir partie ci-après), à l'alimentation et au sommeil auront permis aux Français de préserver leur forme physique.
- ✓ Bémol important, les femmes et les personnes non-sportives affichent des carences et des résultats de forme en deçà de la moyenne.

2

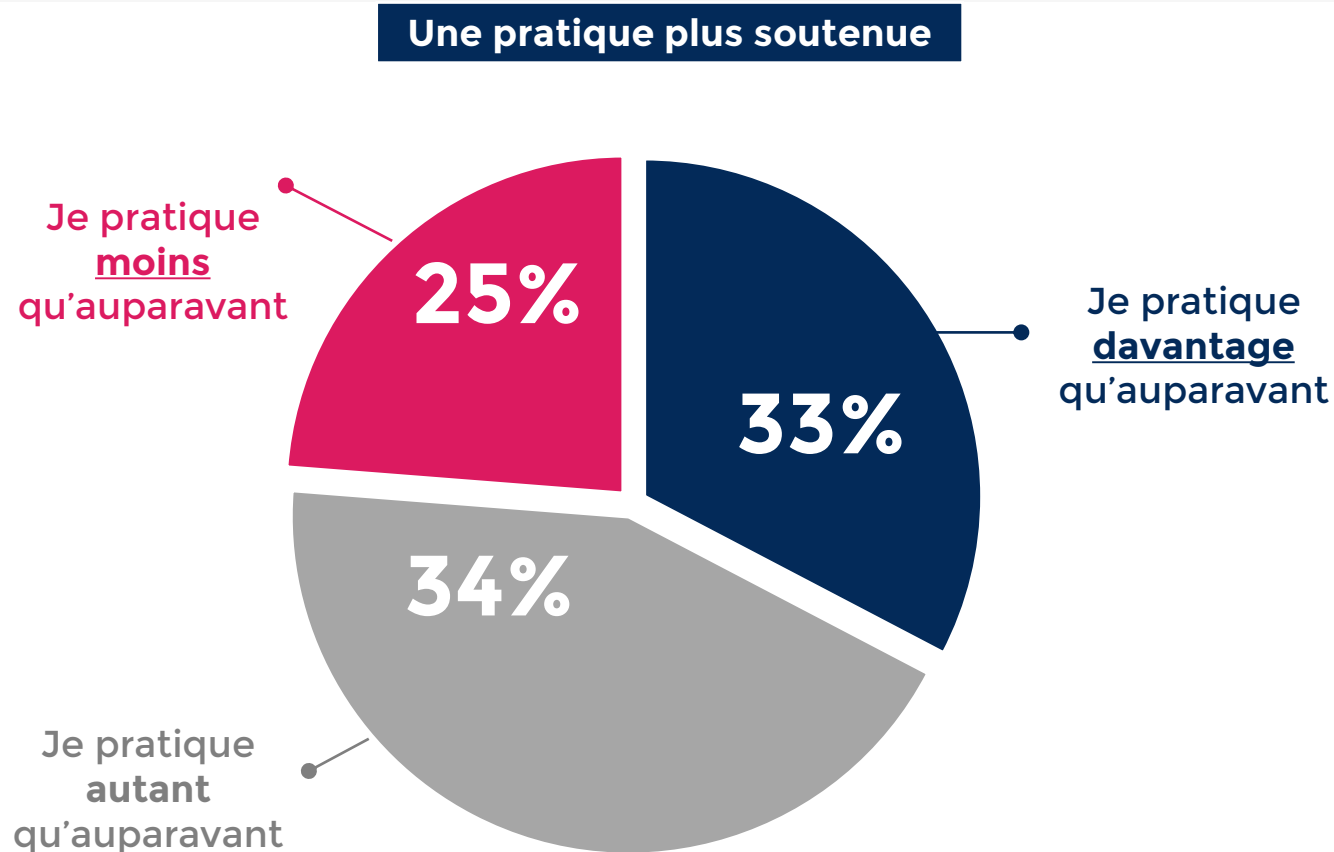
La pratique sportive des Français

La crise a altéré modérément la pratique sportive des Français

Au cours des 12 derniers mois, avez-vous pratiqué au moins une fois, une activité physique ou sportive ? De manière générale, depuis le début de la pandémie, vous diriez que :

83%

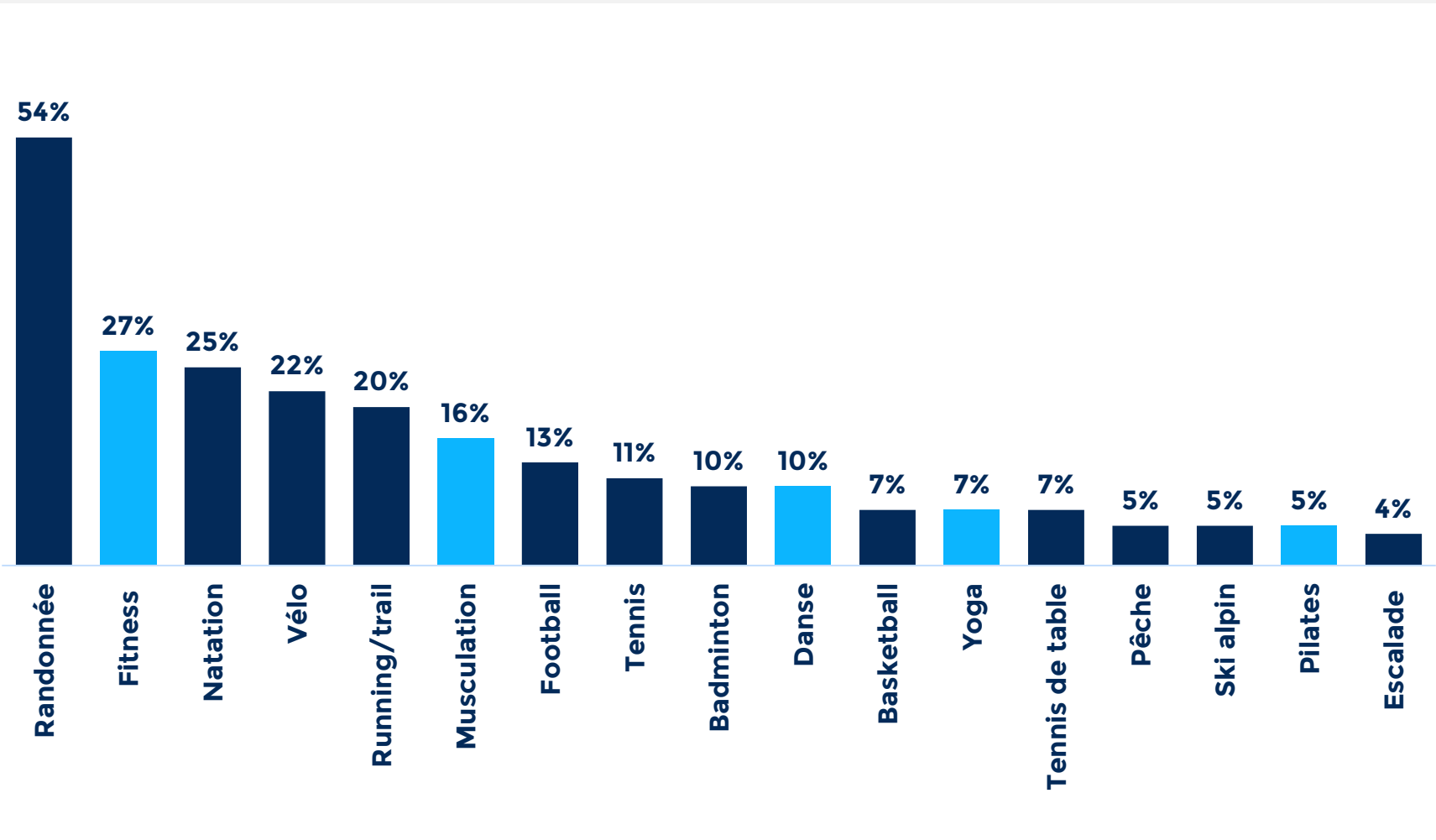
Des Français ont déclaré avoir pratiqué au moins une activité physique au cours des 12 derniers mois, ne serait-ce qu'occasionnellement



P2

Les sports Outdoor et les sports de forme ont été plébiscités durant la crise

Au cours des 12 derniers mois, avez-vous pratiqué l'une des activités suivantes, ne serait qu'occasionnellement ou durant vos vacances ?

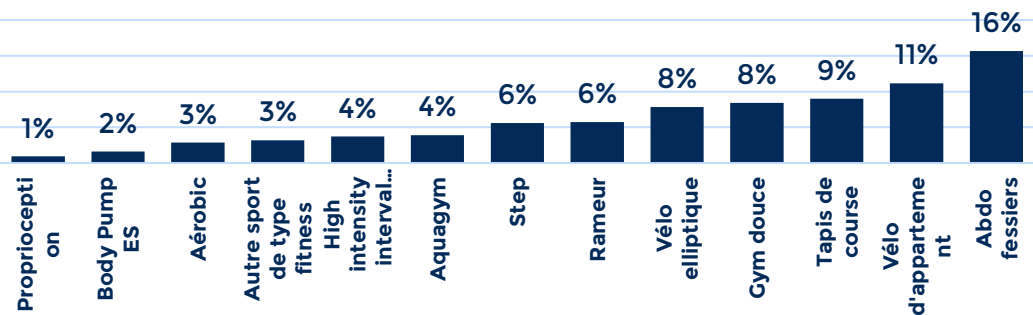


Top 10 des sports débutés depuis le début de la pandémie	
1	Yoga
2	Padel
3	Escalade
4	Musculation
5	Fitness/Gym
6	Pilates
7	Danse
8	Sports de combat
9	Equitation
10	Golf

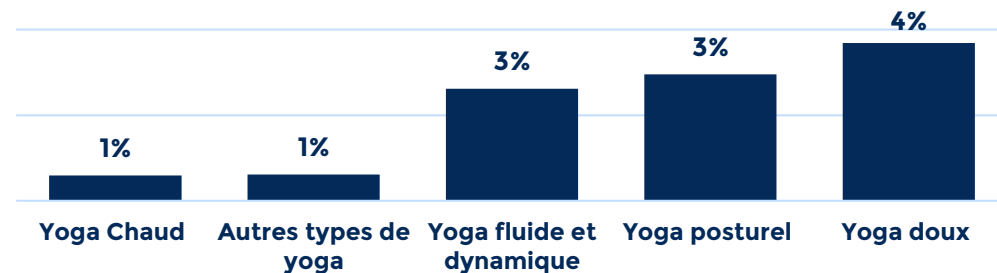
Cartographie des différents sports de forme

Au cours des 12 derniers mois, avez-vous pratiqué l'une des activités suivantes, ne serait qu'occasionnellement ou durant vos vacances ?

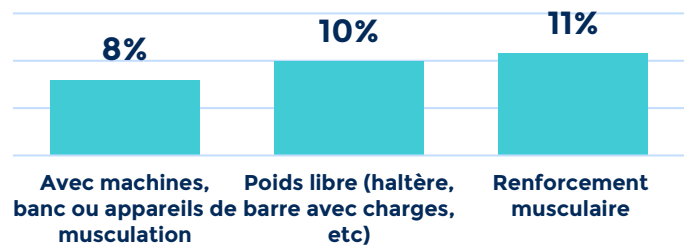
Fitness/GYM



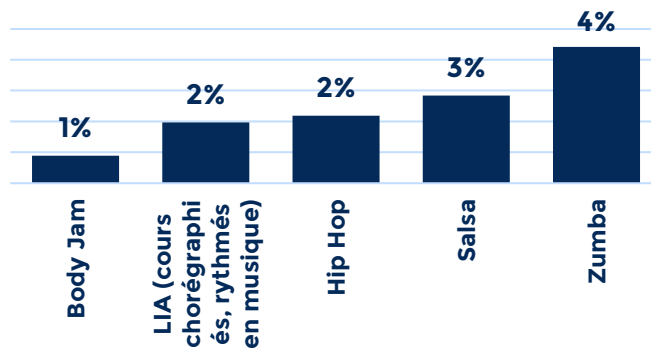
Yoga



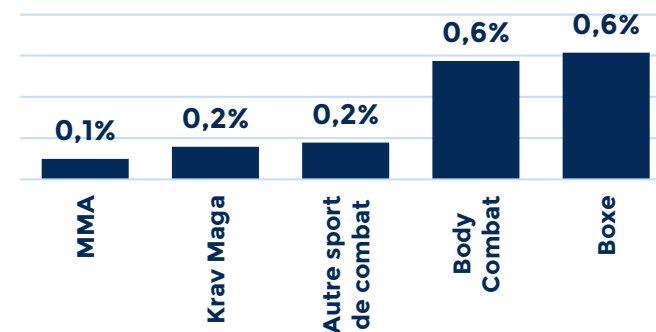
Musculation



Danse

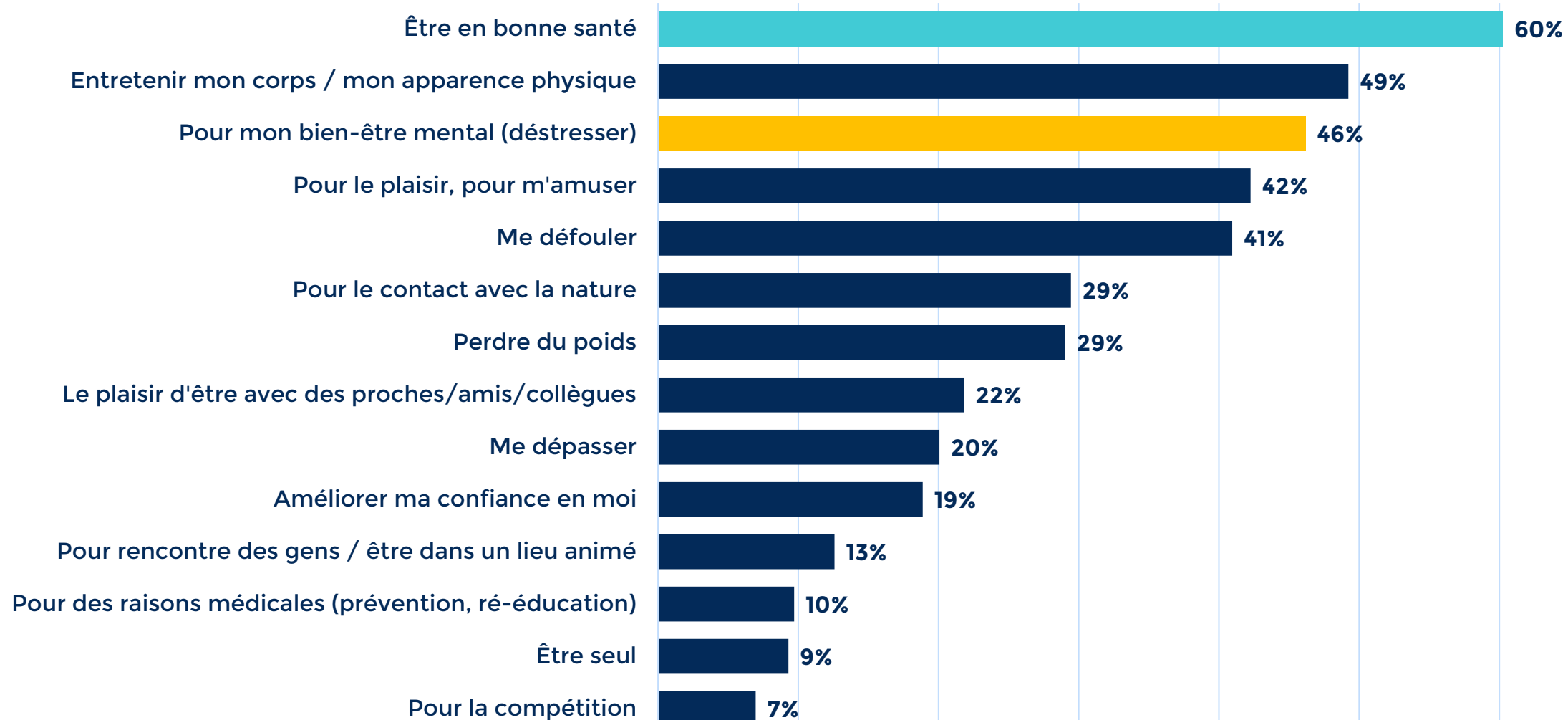


Sports de combat



Le sport, une bulle salubre pour le bien-être mental et physique des Français

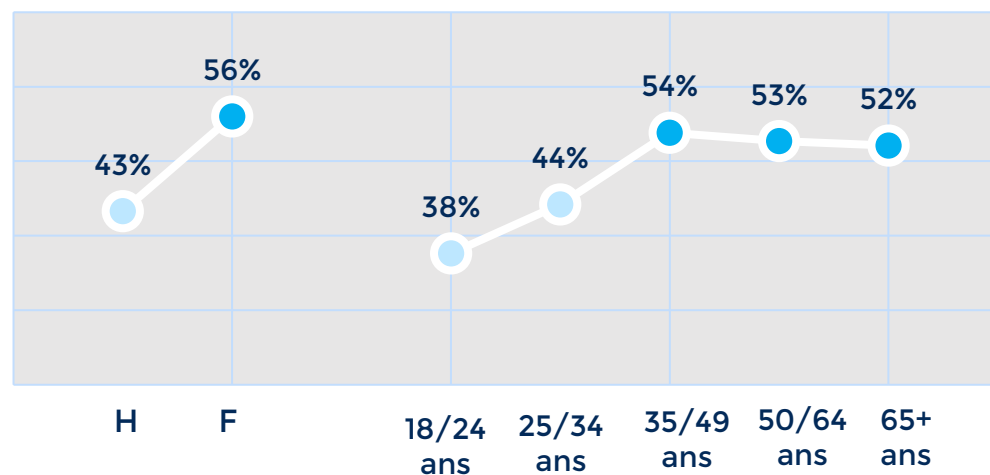
Pour quelles raisons pratiquez-vous ce ou ces activités physiques et sportives ? – plusieurs réponses possibles



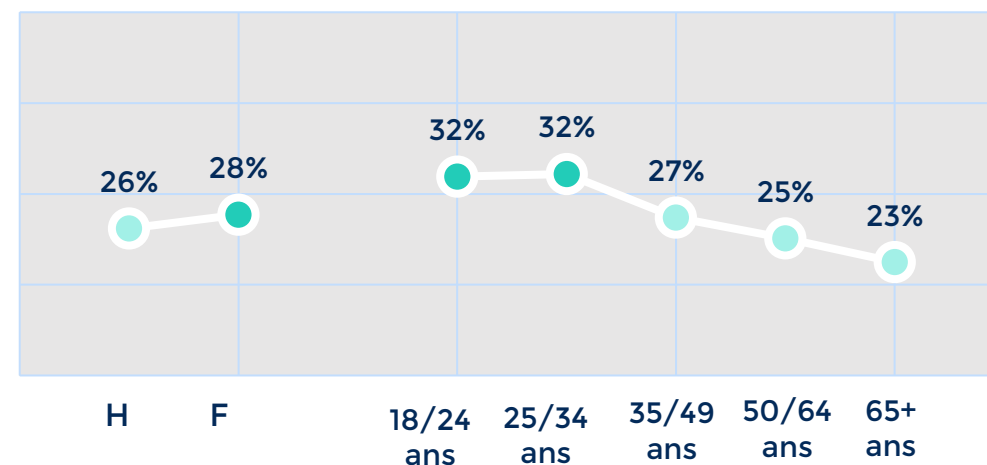
Des motivations de pratique qui diffèrent selon le profil des Français

Pour quelles raisons pratiquez-vous ce ou ces activités physiques et sportives ? – plusieurs réponses possibles

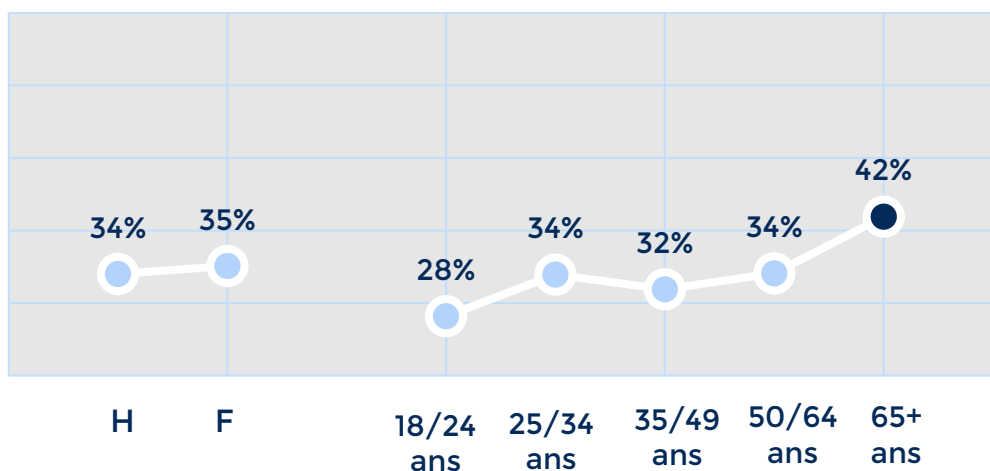
Pour être en bonne santé



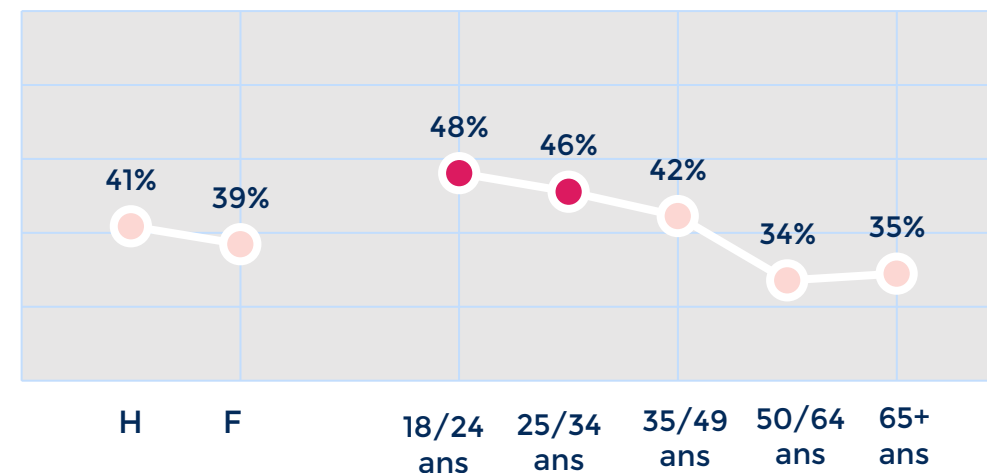
Pour mon bien-être mental



Pour perdre du poids



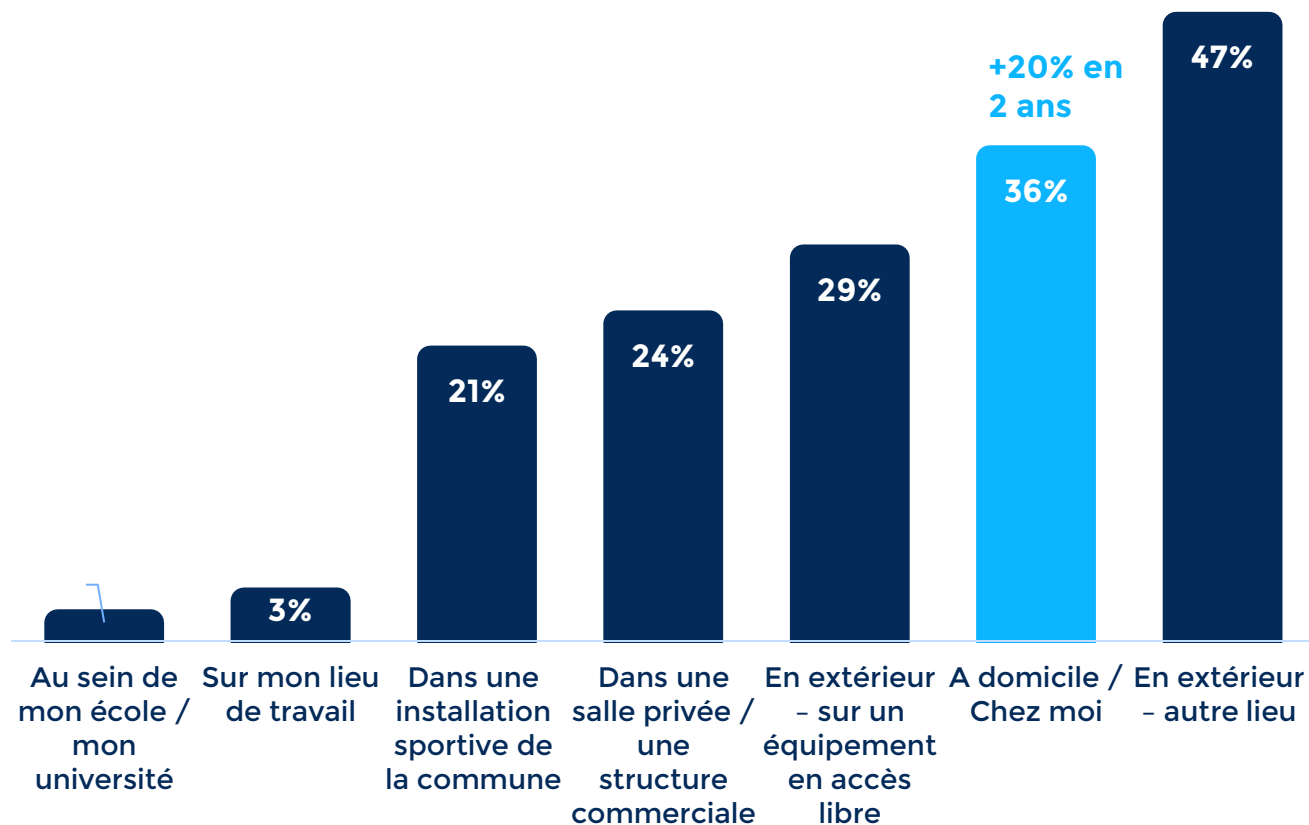
Pour la compétition



36%

Des Français ont déclaré avoir pratiqué du sport à domicile au cours des 12 derniers mois

Où pratiquez-vous généralement ?



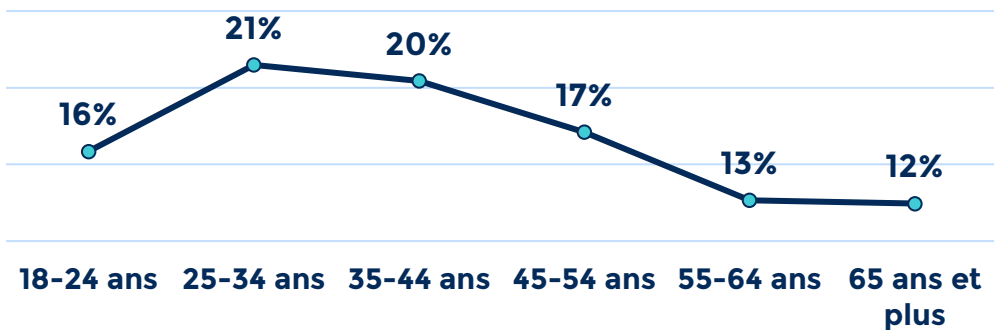
Carte d'identité des pratiquants à domicile

Une pratique plutôt féminine et très orientée vers les sports de forme

La pratique à domicile : par genre



La pratique à domicile : par âge

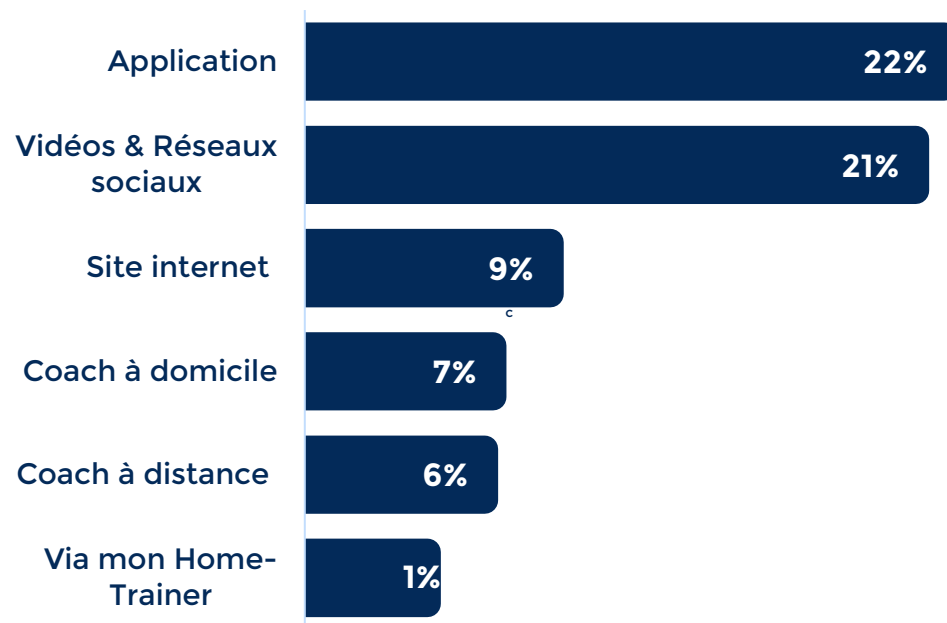


Le TOP 10 des sports les plus pratiqué à domicile

1	Yoga	69%
2	Musculation	65%
3	Fitness/Cym	57%
4	Pilates	50%
5	Tennis de table	45%
6	Danse	36%
7	Sports de combat	31%
8	Badminton	24%
9	Football	17%
10	Vélo (home-Trainer)	17%

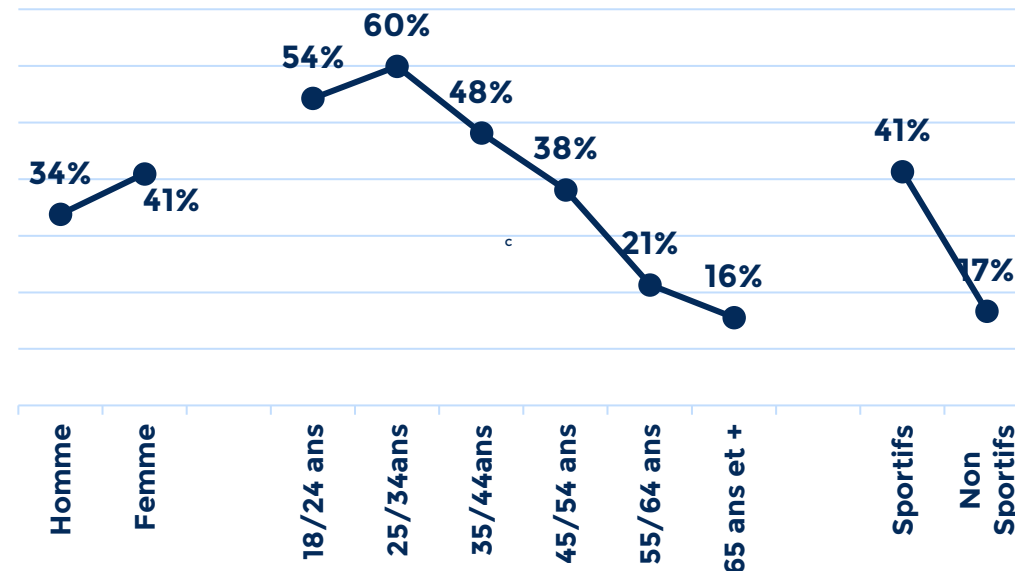
De quelle manière pratiquez-vous à domicile ?

16% des Français sont déjà accompagnés lors de leur pratique à domicile



À l'avenir, seriez-vous intéressé par les offres de cours à domicile « ONLINE » : cours sur internet/en vidéo ou en direct avec un professeur ?

38% sont intéressés par des cours à domicile ONLINE à l'avenir



Allez-vous continuer à pratiquer dans ce cadre une fois la pandémie terminée ? – pratique à domicile



Conclusions de la partie

1

L'activité physique, un remède pour garder la forme

- ✓ Les Français ont continué à pratiquer du sport malgré la crise : **83% d'entre eux ont pratiqué** au moins une fois une activité physique et sportive durant la crise.
- ✓ Les sports **Outdoor et les sports de forme** (pratiqués à domicile) ont été plébiscités par les Français durant la crise.

2

La pratique à domicile, une tendance partie pour durer

- ✓ La **pratique à domicile a explosé** et concerne désormais **plus d'un tiers (36%) des Français**. Une augmentation de 20% par rapport à la période d'avant crise.
- ✓ Cette pratique à domicile **est partie pour durer** : +90% des pratiquants disent vouloir la continuer dans les prochains mois.

3

Quel avenir pour les loisirs sportifs marchands ?

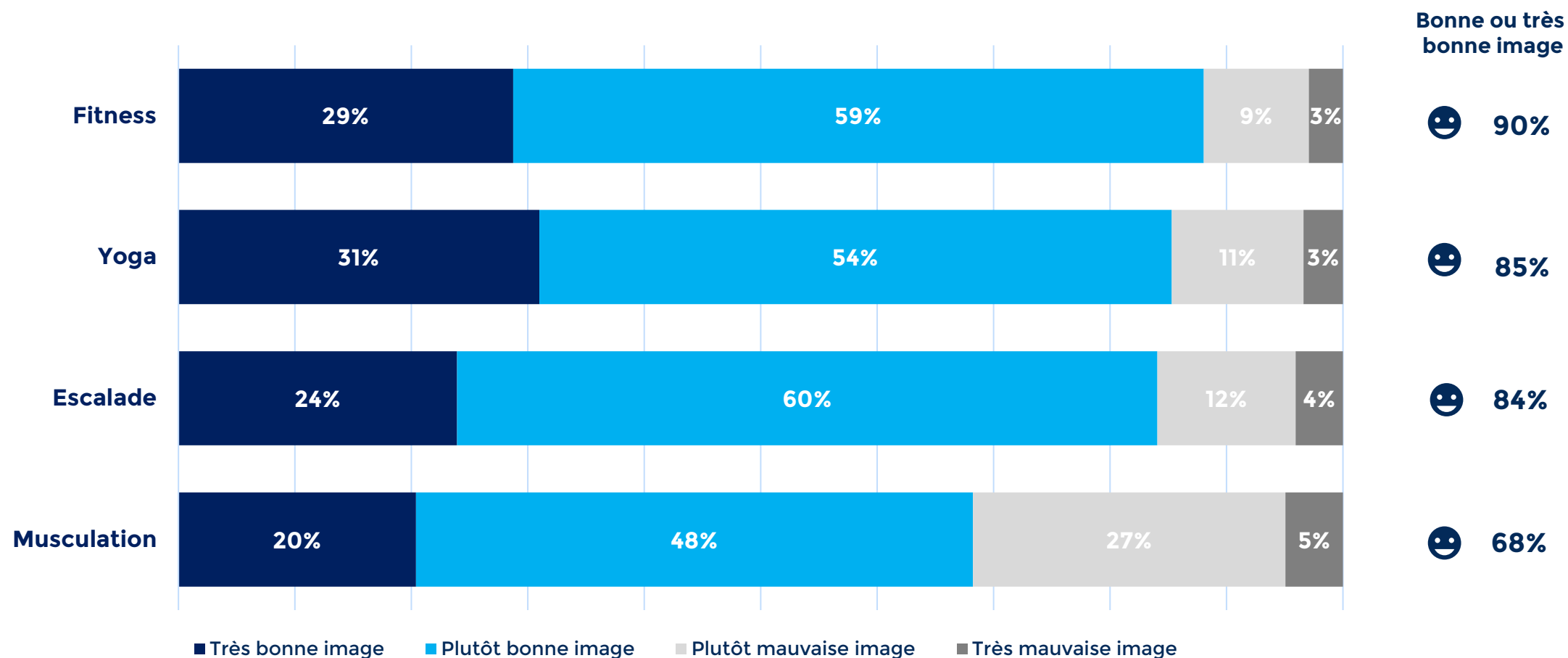
2.1

Une image

de marque préservée pour

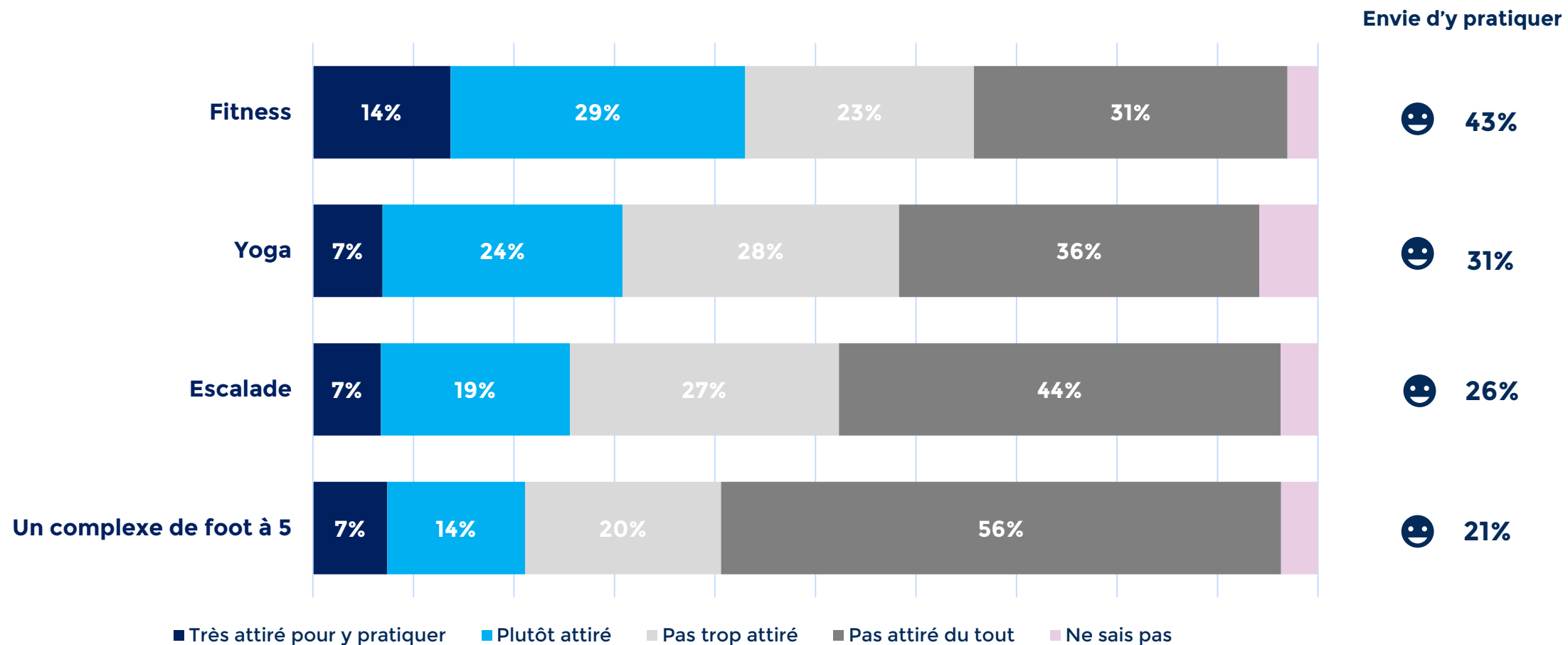
les loisirs sportifs marchands

Quelle image avez-vous des activités physiques suivantes ?



Une envie de pratique en salle toujours bien présente

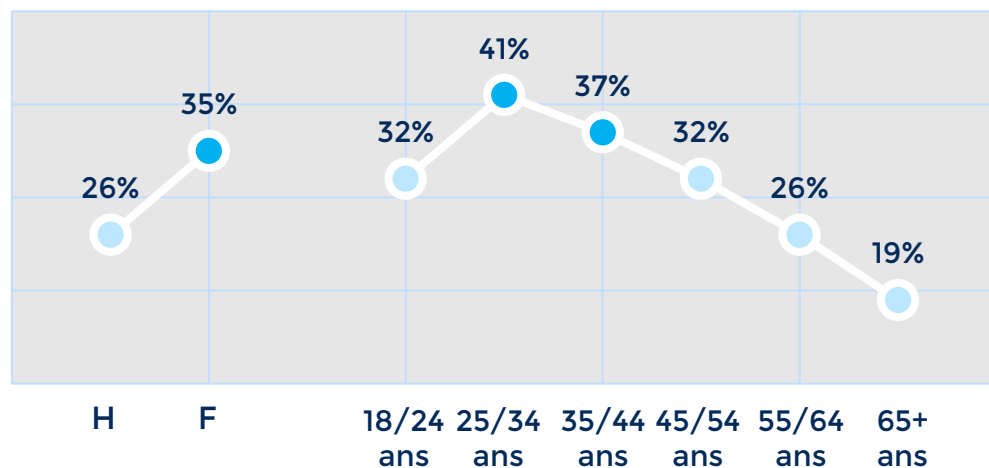
Au cours des 12 prochains mois, avez-vous envie de pratiquer une activité physique et sportive dans l'un des lieux suivants ?



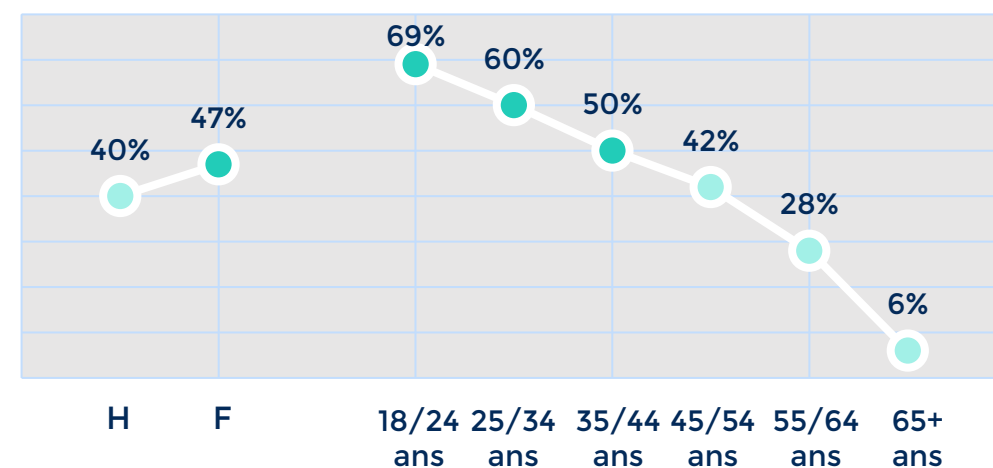
Des différences générationnelles très nettes dans l'envie de pratiquer en salle

Au cours des 12 prochains mois, avez-vous envie de pratiquer une activité physique et sportive dans l'un des lieux suivants ?

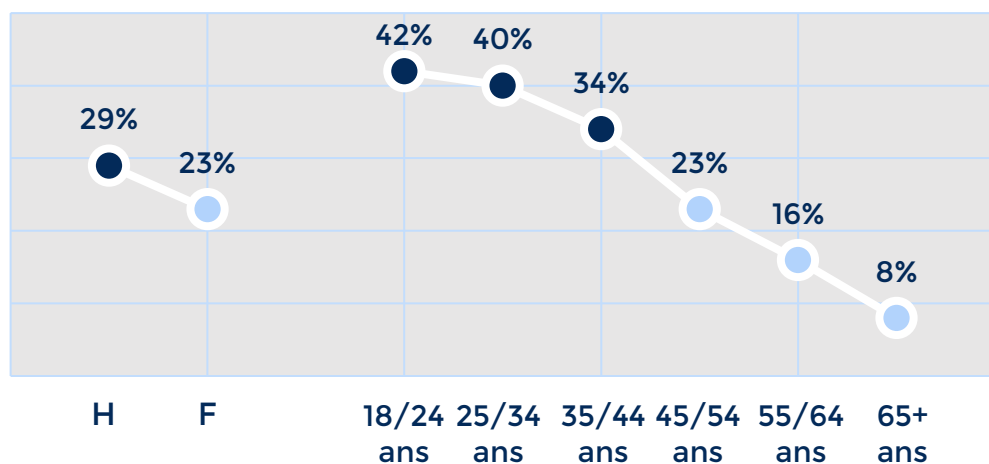
STUDIO DE YOGA



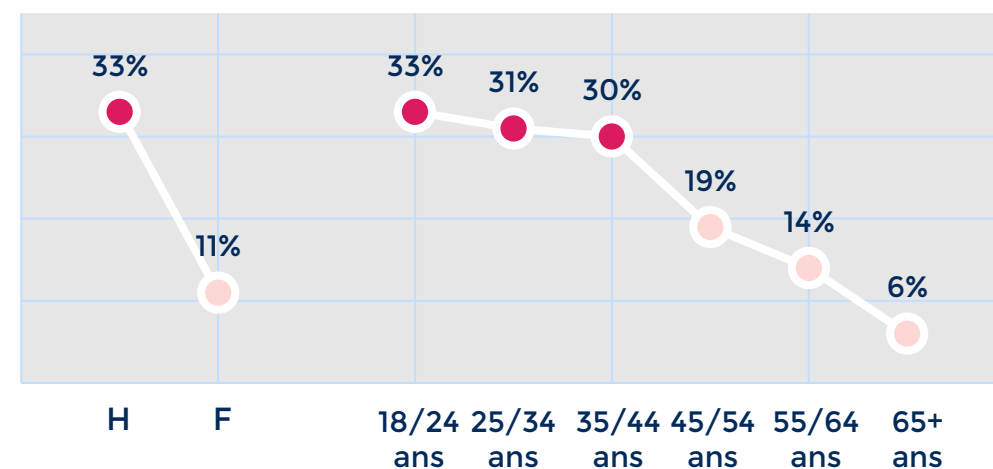
SALLES DE FITNESS



SALLES D'ESCALADES



COMPLEXE DE FOOT 5



1.2

La difficile

reprise

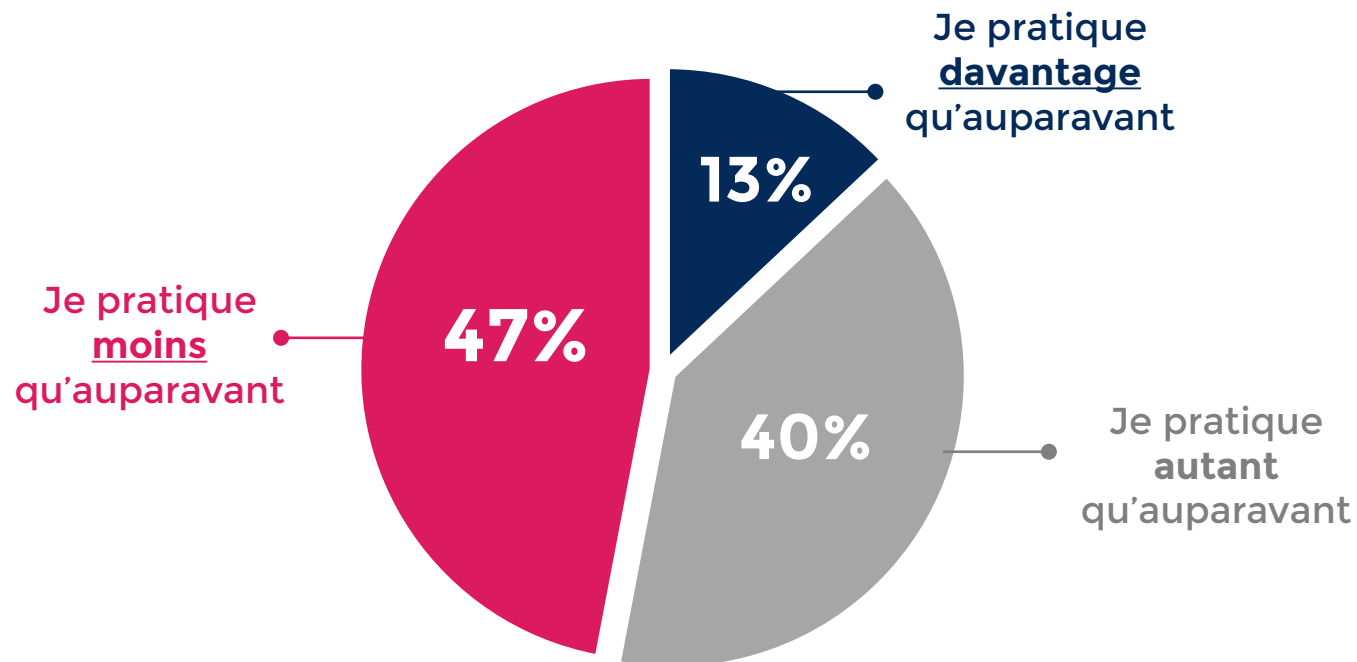
des salles de sports*

* Hors escalade

47%

Des pratiquants en salle de sport déclarent avoir réduit leur fréquence de pratique en salle de sport depuis le début de la pandémie

Depuis le début de la pandémie, avez-vous réduit votre fréquence de pratique en salle de sport privée ?



Sur une note de 0 à 10, quelle est votre niveau de satisfaction envers votre salle de sport ?

7,5/10

La note de
satisfaction moyenne
des pratiquants en
salle de sport

Pour quelles raisons pratiquez-vous en salle de sport ?

Plus facile de se motiver

35%

↑ Femme (41%)

Je peux pratiquer quand je veux

30%

La salle est à proximité de mon domicile

30%

J'aime l'ambiance / C'est convivial

27%

La qualité / l'exhaustivité de l'équipement

24%

Cela me permet de suivre un programme structuré

20%

Bénéficier des conseils d'un coach personnel

19%

Pour rencontrer des gens

16%

↑ 45/54 ans

Quels services additionnels seraient susceptibles de vous intéresser ?

Service de
récupération
(massage,...)

32%

Plus de cours en
petit groupe

24%

Présence de
spécialistes
(kinés,
nutritionnistes)

22%

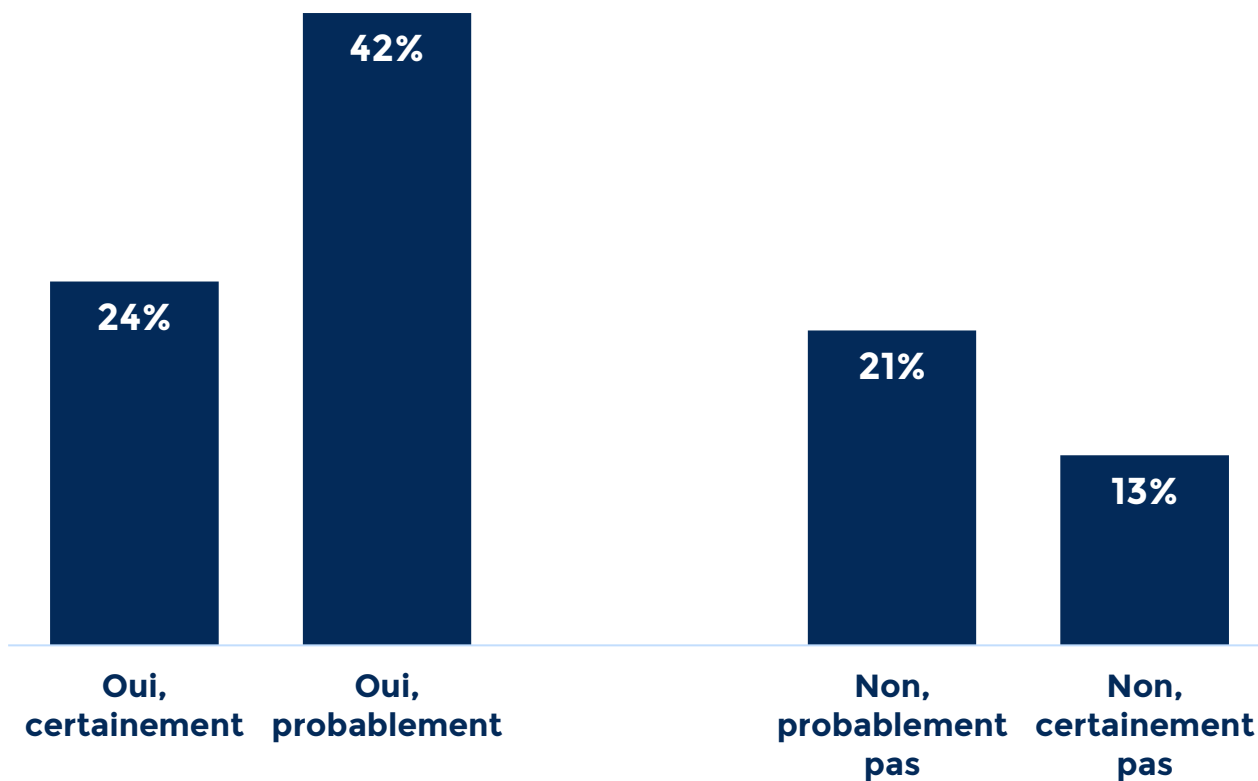
Suite du classement

Plus de cours collectifs	20%
Restauration (bar,...)	20%
Plus de cours individuel	20%
Distributeur de boissons	19%
Shopping : possibilité d'acheter des produits pour la pratique (nutrition, habillement, chaussure, accessoires...)	17%
Locker Amazon (ou autre)	12%
Espace networking	8%

66%

Des pratiquants en salle de sport déclarent envisager des abonnements low-cost à l'avenir

Envisageriez-vous de vous abonner à une chaîne/salle de sport à bas prix à l'avenir ?

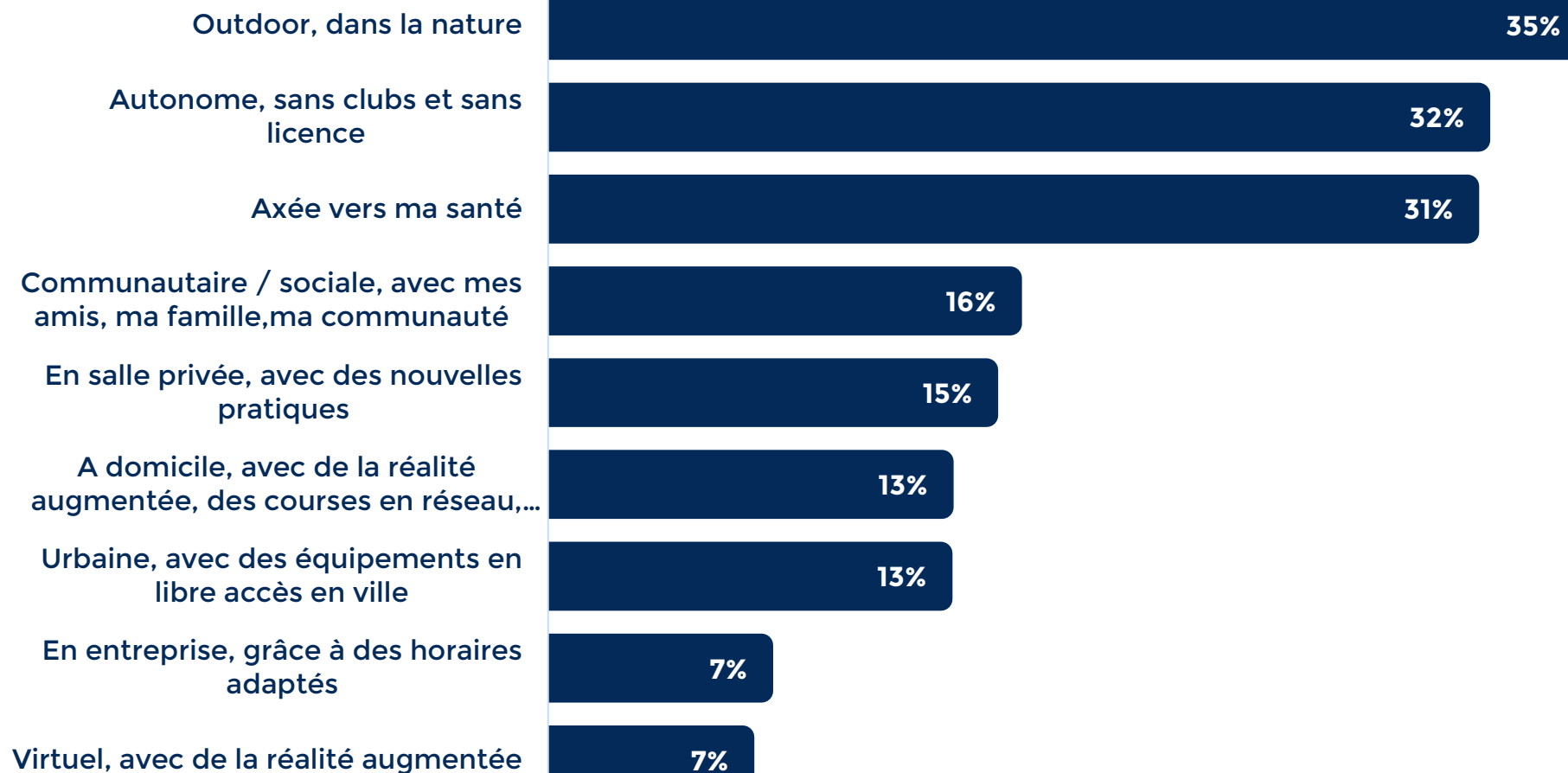


1.3

Quelques perspectives pour l'avenir de la pratique en salle

P3 La pratique Outdoor, sans licence et axée vers la santé vont encore se renforcer à l'avenir

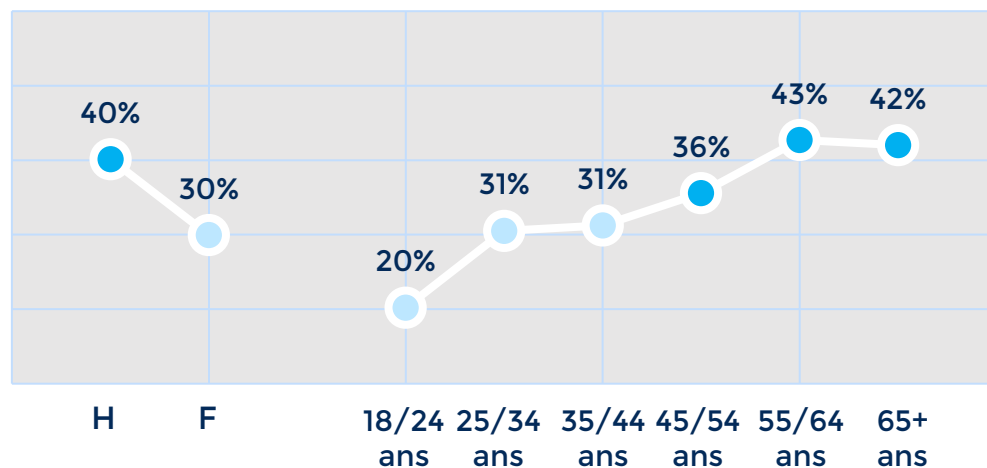
Quelles sont les offres de pratiques sportives qui vous intéressent le plus et que vous seriez susceptible de pratiquer à l'avenir ?



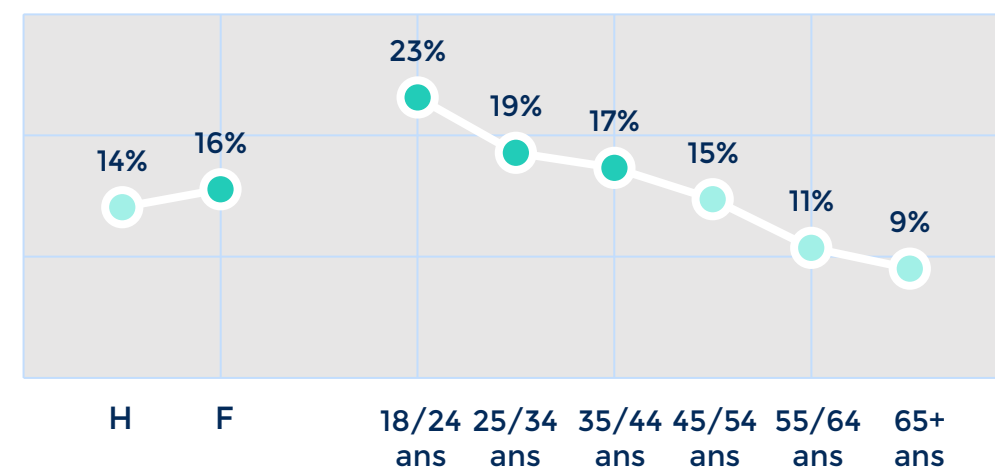
Des attentes qui varient avec l'âge, une nécessité de segmenter les offres de pratique

Quelles sont les offres de pratiques sportives qui vous intéressent le plus et que vous seriez susceptible de pratiquer à l'avenir ?

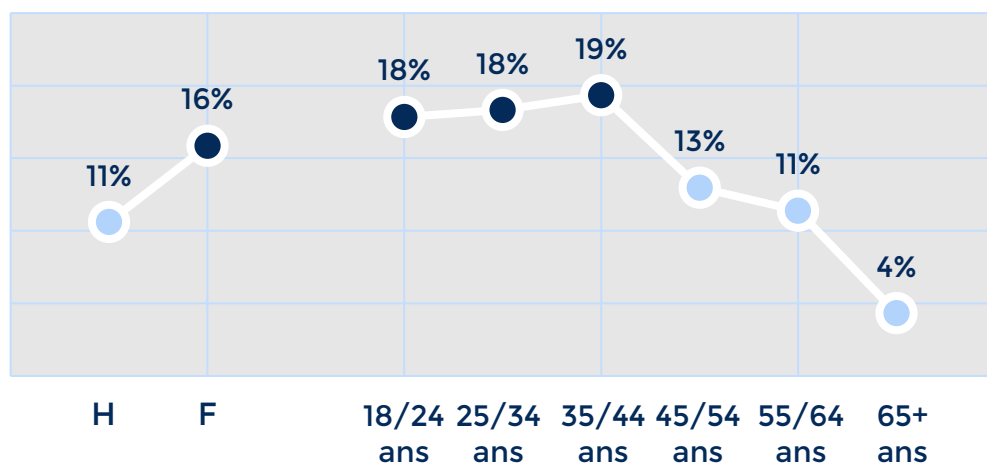
OUTDOOR



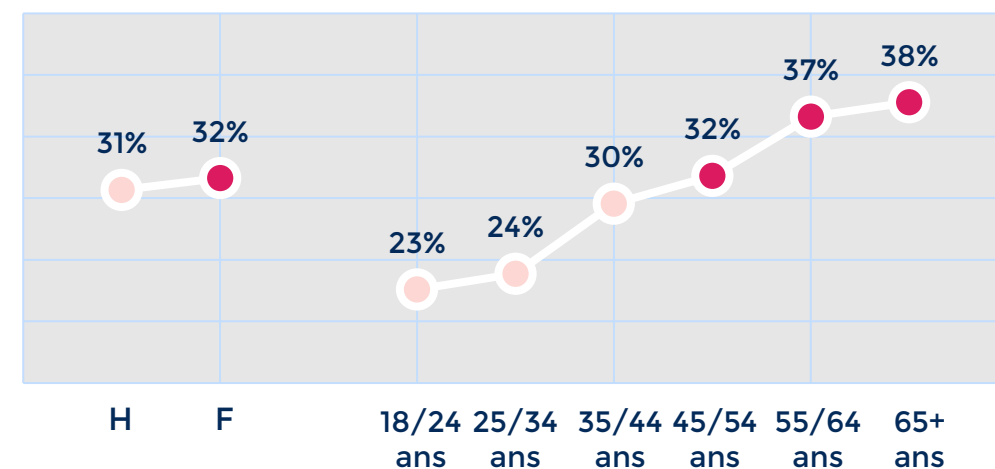
EN SALLE PRIVEE



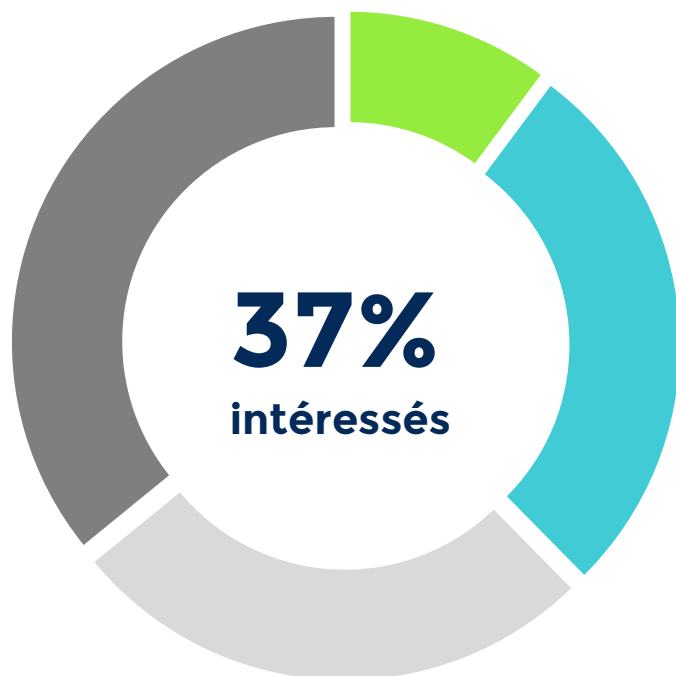
A DOMICILE



AXEE VERS MA SANTE

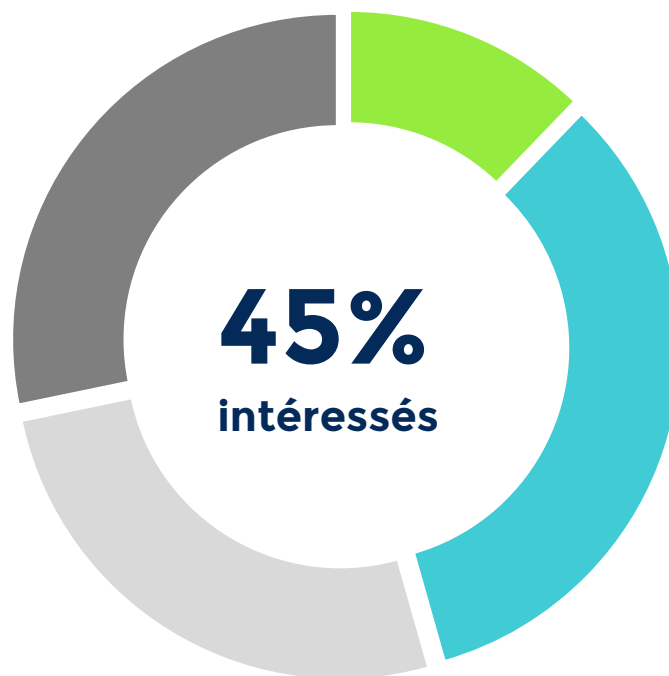


Seriez-vous intéressé par les offres de cours à domicile « ONLINE » : cours sur internet / en vidéo ou en direct avec un professeur ?



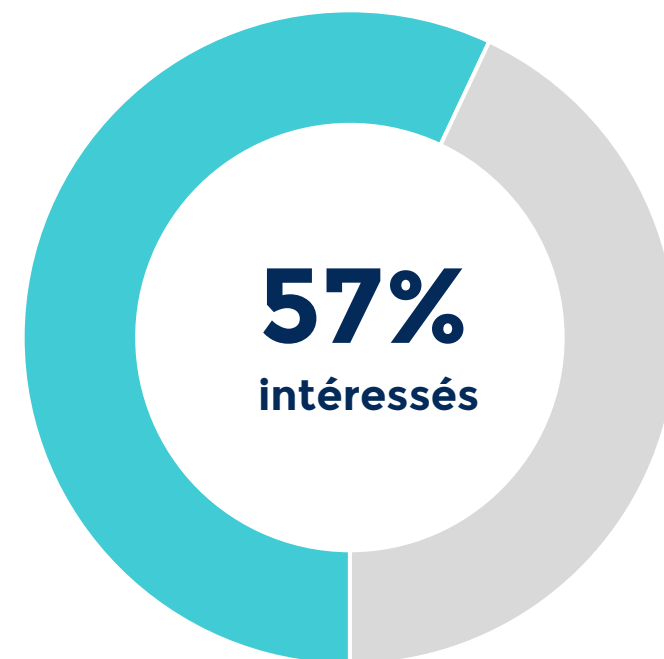
■ Oui, très intéressé ■ Oui, plutôt intéressé
■ Non, plutôt pas intéressé ■ Non, pas intéressé du tout

Seriez-vous intéressé par vous faire accompagner par un professionnel de santé pour votre pratique sportive ?



■ Oui, très intéressé ■ Oui, plutôt intéressé
■ Non, plutôt pas intéressé ■ Non, pas intéressé du tout

Pensez-vous qu'une mutuelle ou l'assurance maladie de votre employeur devrait prendre en charge une partie de vos dépenses pour la pratique sportive ?



Conclusions de la partie

1

Les sports de forme conservent des fondamentaux solides, qui attirent les Français

- ✓ L'image des sports de forme n'a pas été impactée par la crise, c'est même tout l'inverse : les Français conservent une très bonne image de ces derniers, et nombreux sont ceux qui déclarent vouloir y pratiquer (du Fitness pour 43% des Français par exemple)
- ✓ La fréquentation des salles de sport a souffert pendant la crise. Il n'empêche que les fondamentaux demeurent : amplitude horaire, praticité, convivialité sont autant de points forts sur lesquels peuvent capitaliser les salles.

2

L'avenir de la pratique en salle

- ✓ A l'avenir, les professionnels devront proposer un positionnement clair (low cost ou haut de gamme), proposer de nouveaux services (récupération, présence de spécialistes santé et forme), ou nouveaux formats (Hybridation de la pratique domicile/salle, salle mono-activité) afin de répondre à la demande, bien réelle, de pratique des sports de forme.

4

Les équipements de Fitness

4.1

Les Français

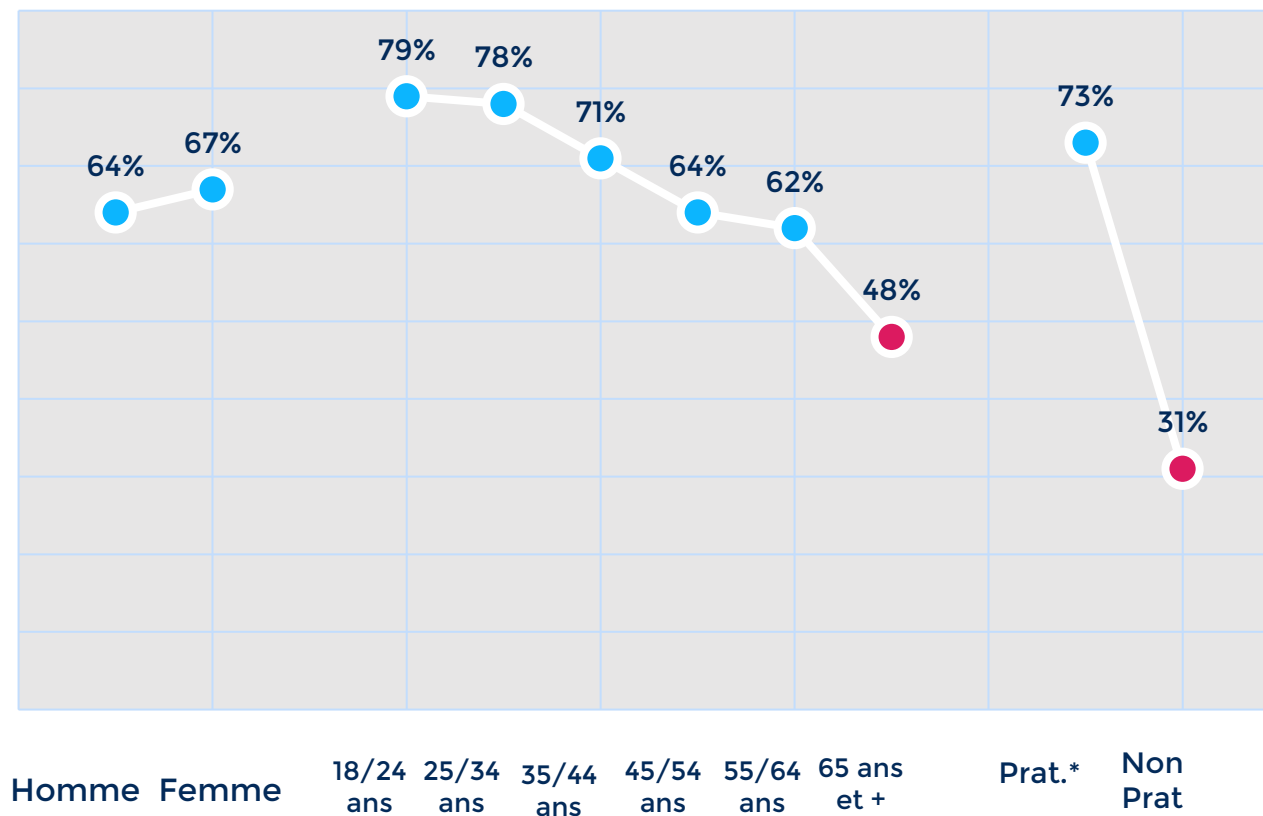
s'équipent pour pratiquer

à domicile

64%

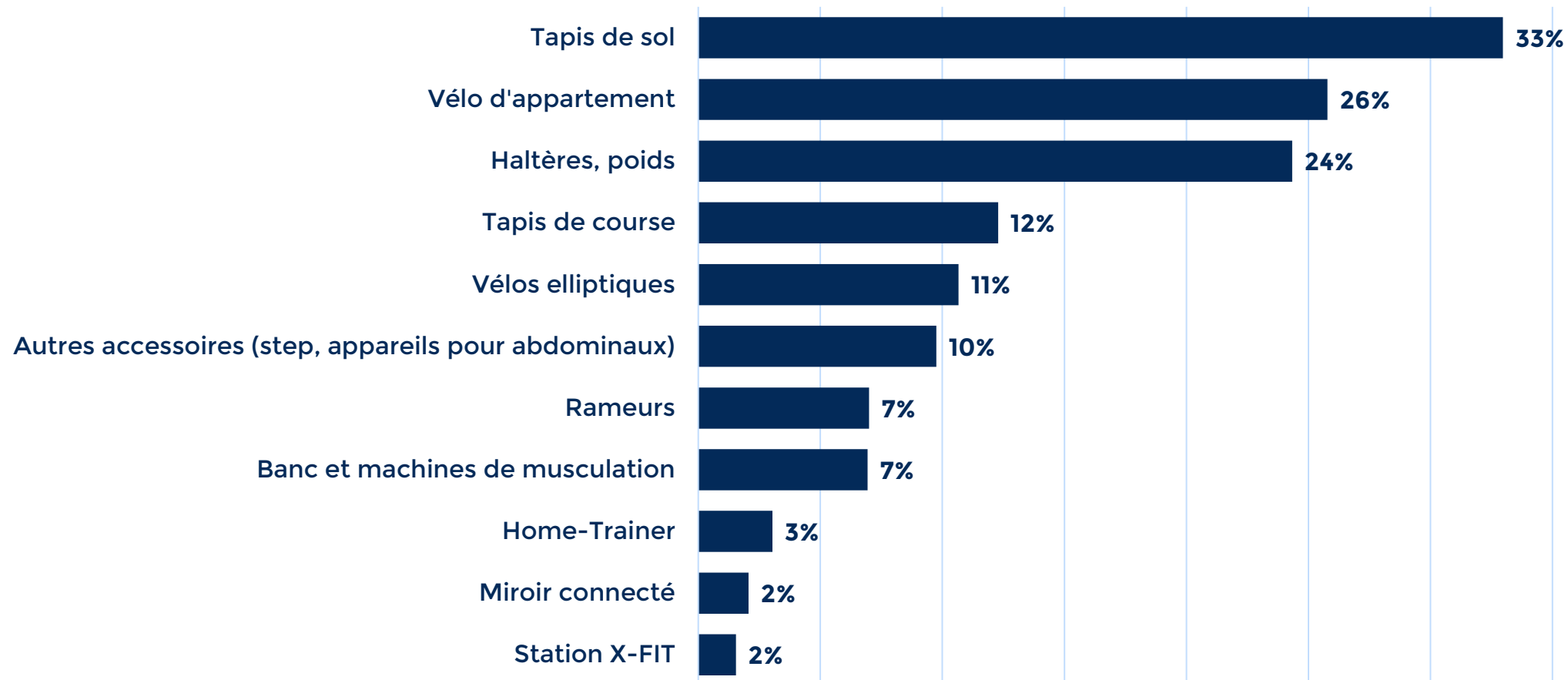
Des Français déclarent posséder au moins un équipement de fitness à domicile

Possédez-vous des équipements de FITNESS suivants à votre domicile ?



Les tapis de sols et les vélos d'appartement sont les équipements les plus possédés

Possédez-vous des équipements de FITNESS suivants à votre domicile ?



Le prix, incontournable dans le choix des équipements.

Quels sont les facteurs qui vous ont influencé dans l'achat de votre équipement?

LE PRIX



71%

LA MARQUE



36%

DURABILITE



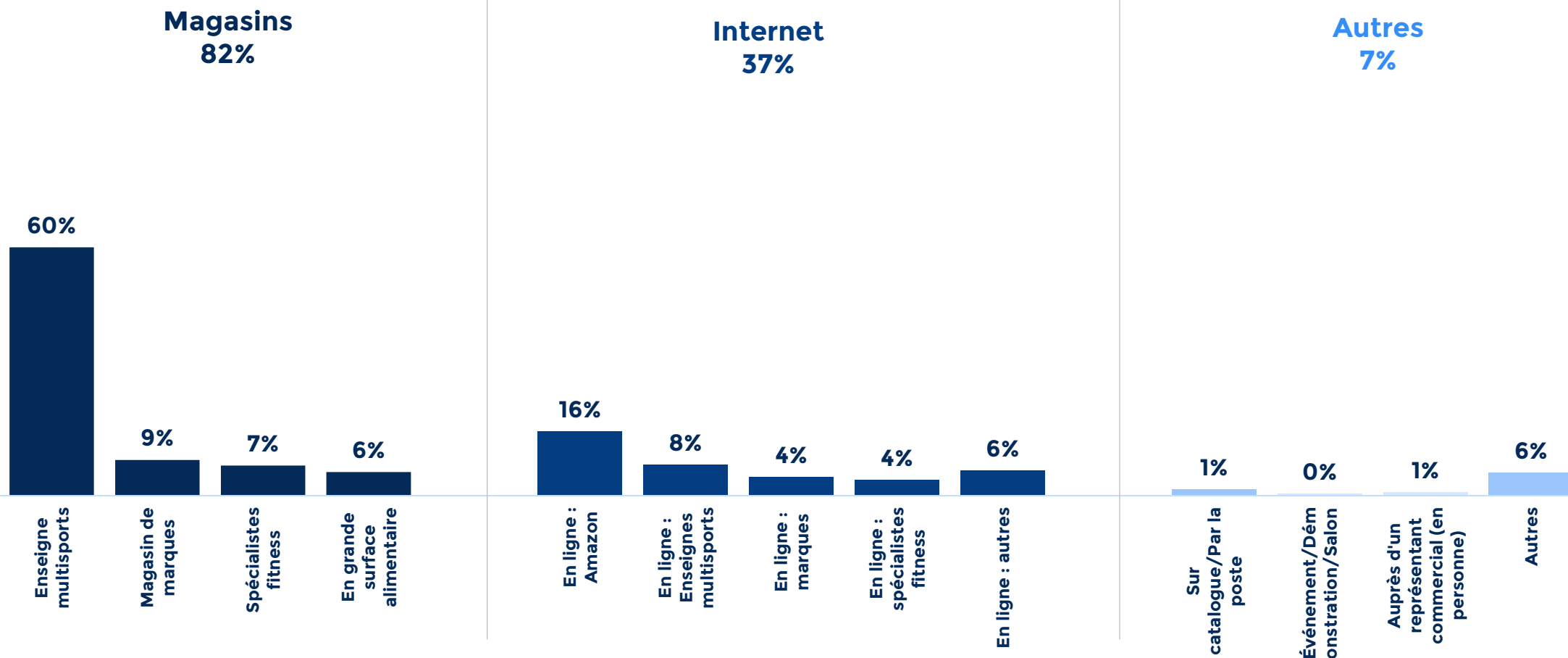
24%

Suite du classement

La connectivité du produit	10%
----------------------------	-----

Autres	4%
--------	----

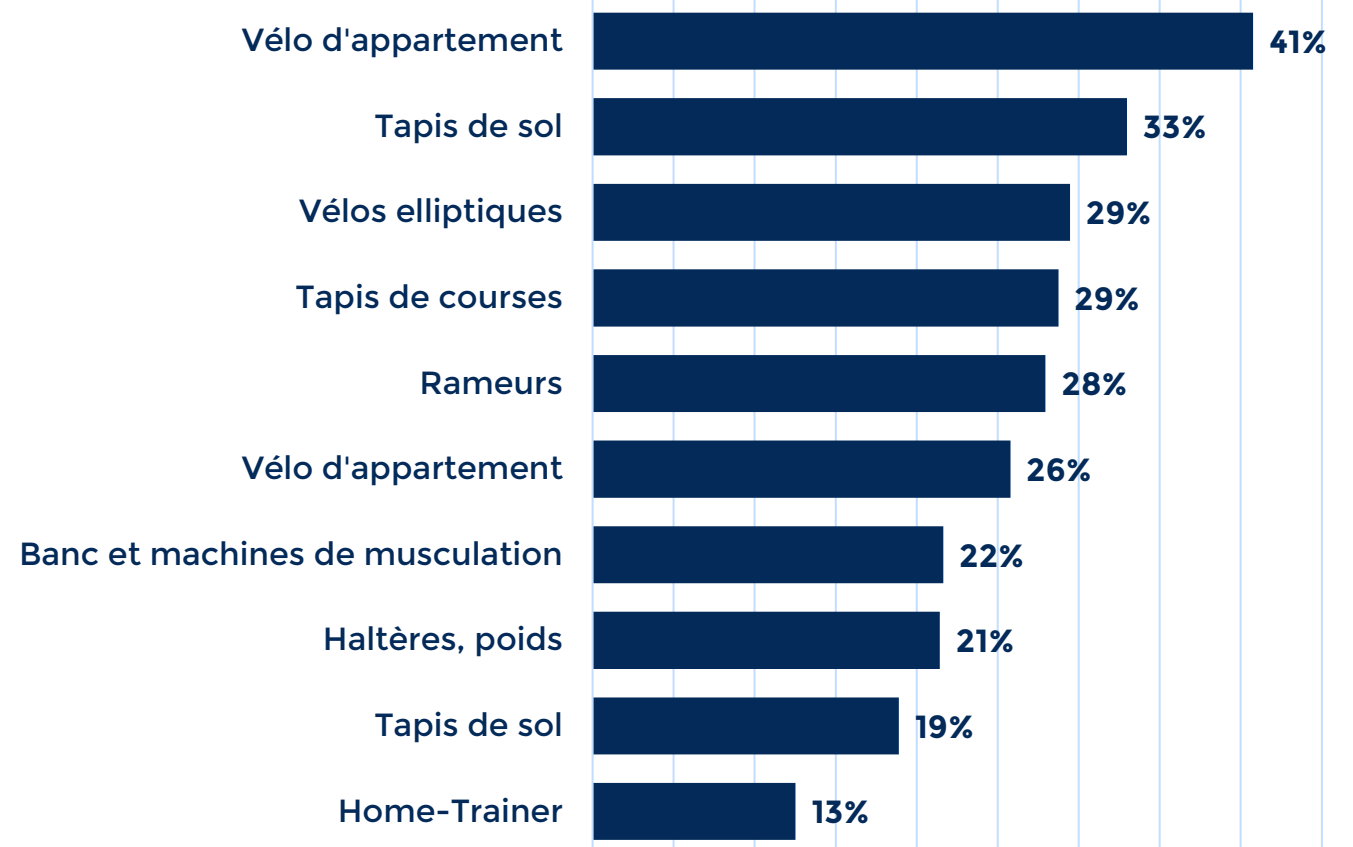
Où avez-vous acheté cet équipement de fitness/musculation? Plusieurs réponses possibles



28%

Des Français seraient
intéressés pour louer des
équipements de fitness

Quels types de produits voudriez-vous louer ?



1.2

Les équipements

En salle de sport

P3 En salle, une faible notoriété des marques d'appareils à disposition

Dans votre salle, est-ce que vous utilisez les machines/équipements (tapis de course, vélos, vélos elliptiques, appareils de musculation) à disposition ?

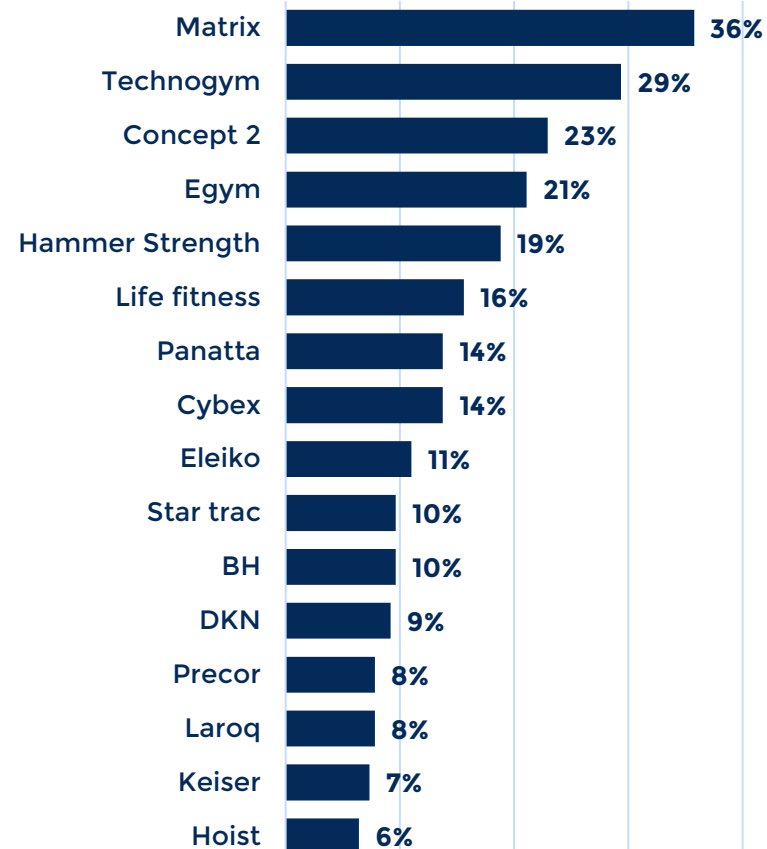
88%

Des pratiquants en salle
déclarent utiliser les
appareils à disposition

38%

Des pratiquants en salle
déclarent connaître les
marques d'appareils à
disposition

Marques connues



Conclusions de la partie

Les équipements de fitness à domicile, un incontournable

1

- ✓ 2 Français sur 3 déclarent posséder un appareil de fitness à domicile. La crise et le développement de la pratique à domicile ont permis cet équipement massif, très présent chez les jeunes générations (78% des 18/34 ans).
- ✓ Le prix demeure d'assez loin, le premier critère d'achat sur ce types d'appareil pour les Français. En résulte une large domination des enseignes multisports dans les lieux d'achat, tandis que sur Internet, Amazon est déjà une place forte de la distribution.
- ✓ Pour l'achat de ces produits, 28% des Français déclarent par ailleurs être prêt à envisager de nouvelles formes d'achat (location), notamment pour les vélos d'appartement.

Une étude réalisée par :



Avril 2022
www.unionsportcycle.com

Contacts

Damien JACQUART

Responsable du développement , de la
forme et des loisirs sportifs marchands

Damien.jacquart@unionsportcycle.com

06.61.61.64.11