



Les Français et l'activité physique durant l'été

Sondage Ifop pour UPSA

Contact Ifop :

Damien Philippot / Esteban Pratviel

Département Opinion et Stratégies d'Entreprise

01 45 84 14 44

prenom.nom@ifop.com

Juin 2014



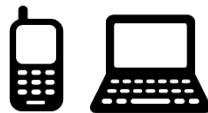
Sommaire

- 1 - La méthodologie**
- 2 - Les résultats de l'étude**
- 3 - Les principaux enseignements**

1 | La méthodologie



Etude réalisée par l'Ifop pour UPSA

Echantillon	Méthodologie	Mode de recueil
 L'enquête a été menée auprès d'un échantillon de 1016 personnes, représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus.	 La représentativité de l'échantillon a été assurée par la méthode des quotas (sexe, âge, profession de la personne interrogée) après stratification par région et catégorie d'agglomération.	 Les interviews ont été réalisées par questionnaire auto-administré en ligne du 24 au 26 juin 2014.

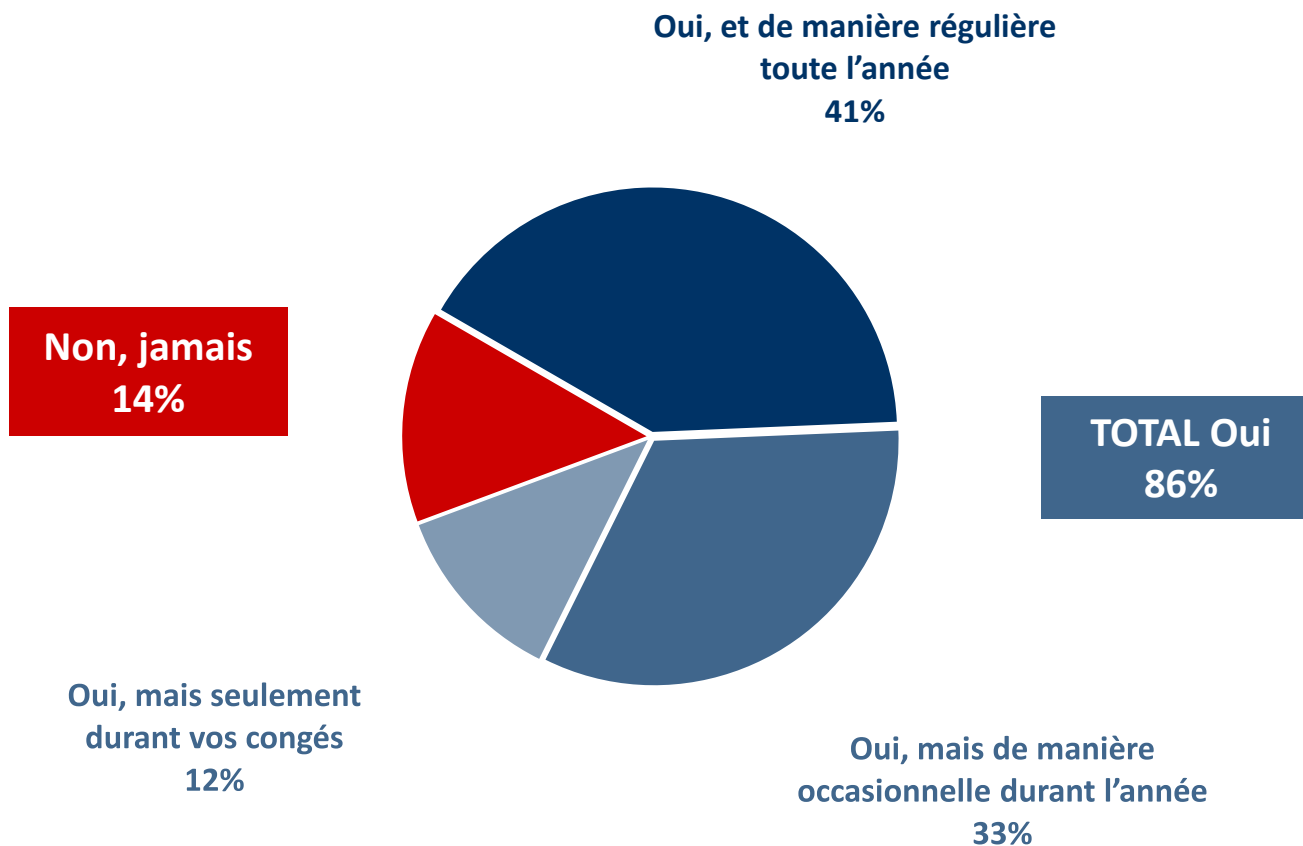
2 | Les résultats de l'étude



La fréquence de la pratique d'une activité physique

QUESTION : Actuellement, pratiquez-vous une activité physique (marche, vélo pour vous déplacer, et/ou activité sportive) ?

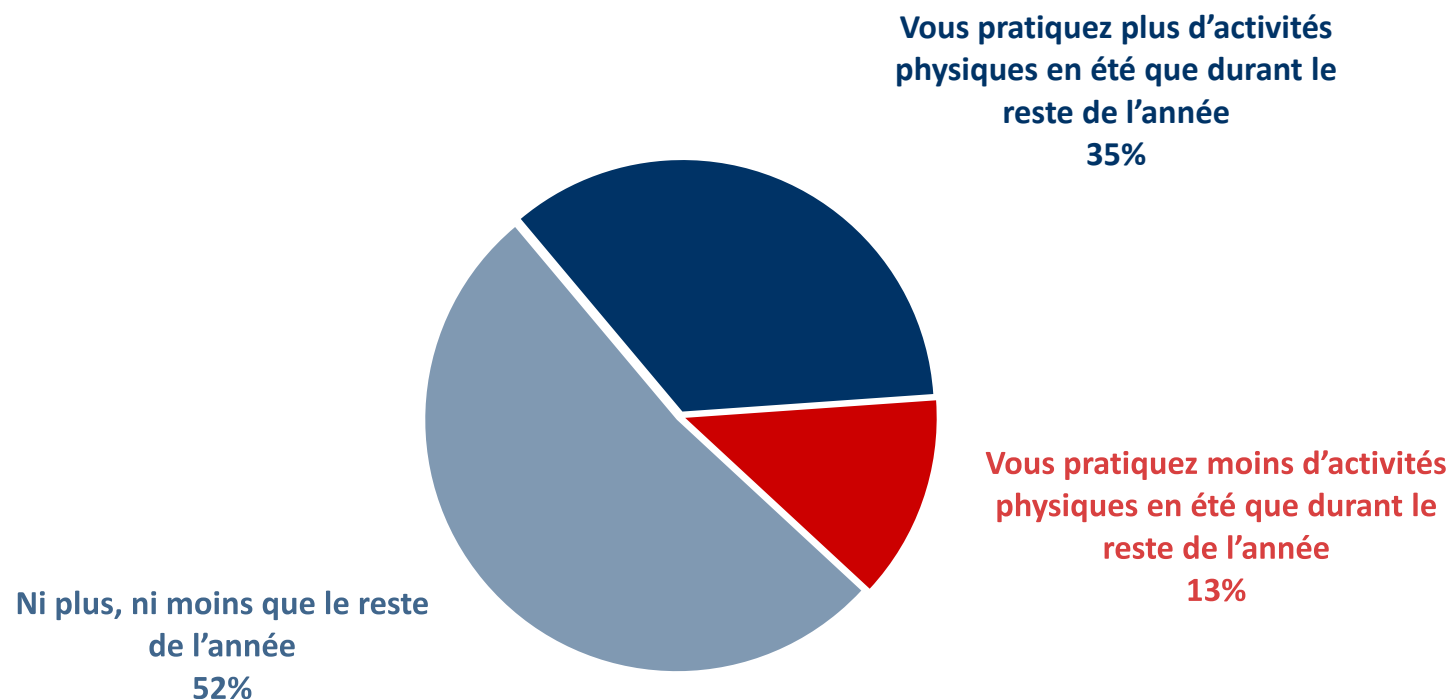
Base : Ensemble des Français



La pratique d'activités sportives en été par rapport au reste de l'année

QUESTION : De manière générale, laquelle des deux attitudes suivantes correspond le mieux à la vôtre pendant les vacances d'été ?

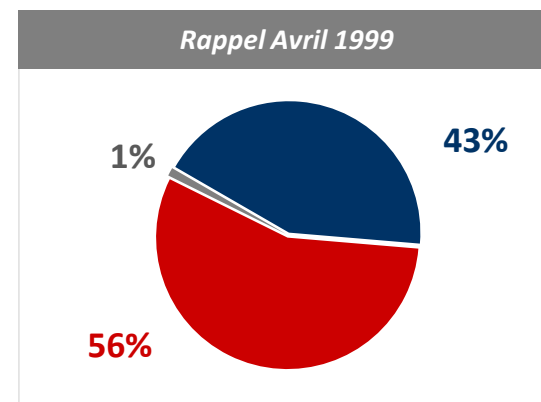
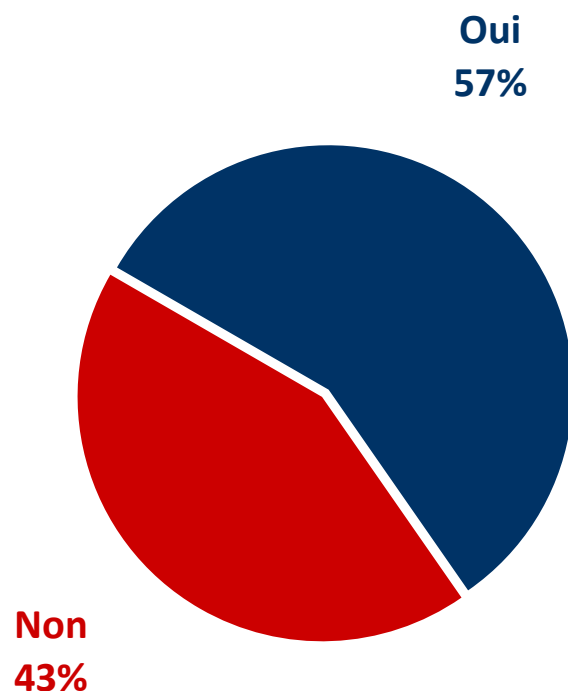
Base : Ensemble des Français



L'intention de pratiquer une ou plusieurs activités physiques / sportives durant les vacances d'été

QUESTION : Et durant ces vacances d'été, envisagez-vous de pratiquer une ou plusieurs activités physiques / sportives ?

Base : Ensemble des Français

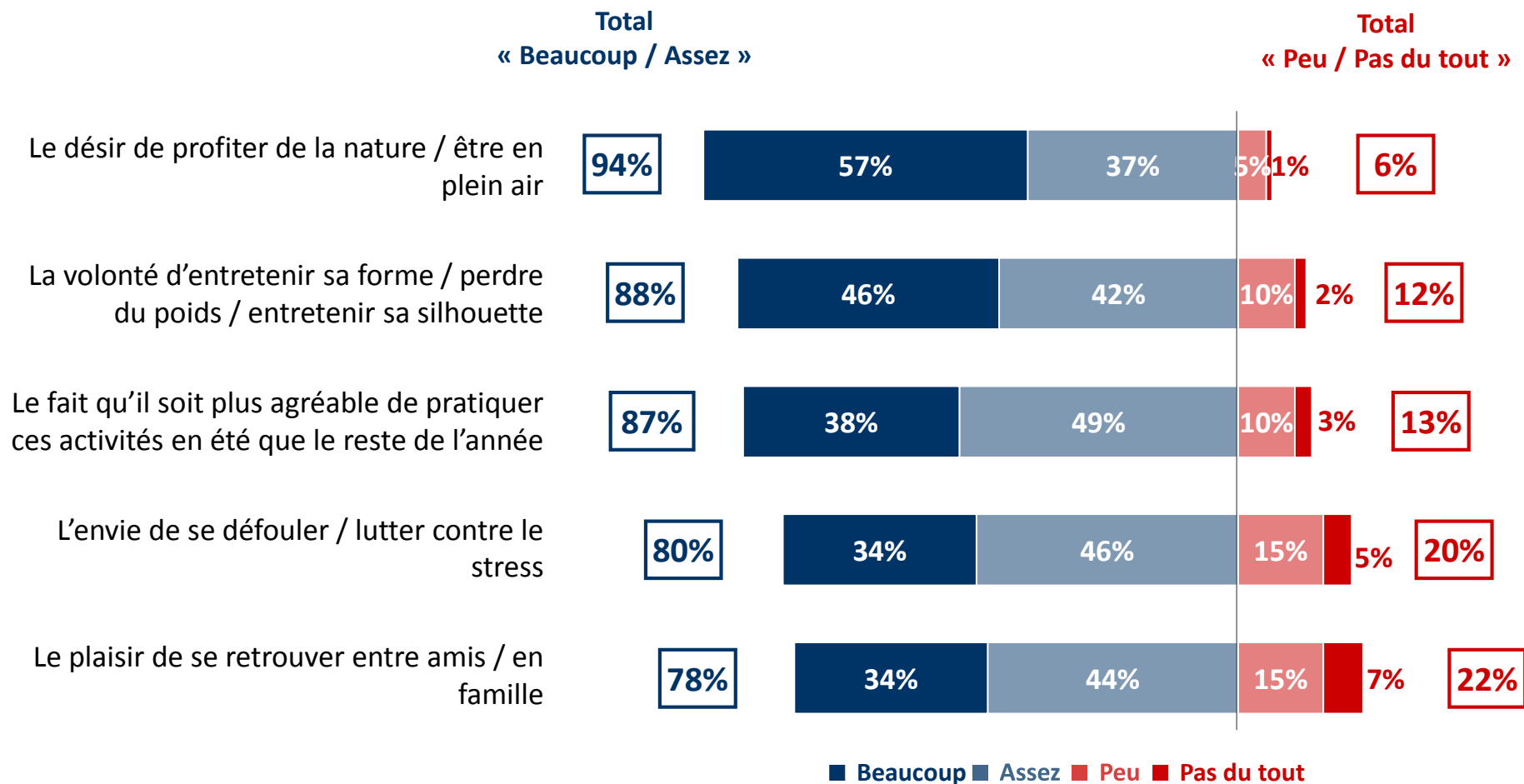


Sondage Ipsos pour L'Equipe Magazine réalisé par téléphone du 9 au 10 avril 1999 auprès d'un échantillon de 1015 personnes, représentatif de la population française âgée de 15 ans et plus. Le libellé de la question était « Durant vos vacances l'été prochain, envisagez-vous de pratiquer une ou plusieurs activités sportives ? »

Les éléments incitant à pratiquer une activité sportive durant l'été

QUESTION : Chacune des raisons suivantes vous motive-t-elle beaucoup, assez, peu ou pas du tout pour pratiquer une activité sportive cet été ?

Base : Personnes envisageant de pratiquer une ou plusieurs activités physiques / sportives durant les vacances d'été, soit 57% de l'échantillon.



3 | Les principaux enseignements



86% des Français pratiquent une activité physique au moins occasionnellement.

La fréquence de la pratique d'une activité physique se révèle particulièrement élevée parmi les Français. 86% des personnes interrogées déclarent être concernées par ce type d'activité (marche, vélo pour vous déplacer, et/ou activité sportive), dont 41% de manière régulière, 33% de manière occasionnelle durant l'année et 12% uniquement pendant leurs congés. A contrario, 14% ne pratiquent aucune forme d'activité physique.

La pratique d'une activité physique se retrouve naturellement corrélée à l'âge des personnes interrogées. Les jeunes de moins de 25 ans se montrent en effet les plus actifs, 94% d'entre eux pratiquant une activité physique durant l'année, 77% seulement des 65 ans et plus en faisant de même. **L'environnement semble également jouer sur la propension à effectuer une activité physique.** Ainsi, les indépendants sans salarié ou employeurs (38%) et les salariés du secteur privé (41%) semblent moins disposés à pratiquer une activité physique de manière régulière que les salariés du secteur public (46%), tandis que les habitants des communes rurales (36%) sont moins actifs que ceux de l'agglomération parisienne (44%), sans doute avantagés par les infrastructures.

La moitié des Français ne change ses habitudes en termes d'activité physique durant l'été.

L'arrivée de l'été n'est pas nécessairement synonyme d'un surplus d'activités physiques pour les Français. 52% d'entre eux ne changent pas leurs habitudes par rapport au reste de l'été, tandis que 35% pratiquent davantage d'activités physiques en été et 13% en pratiquent moins.

L'été apparaît cependant comme une occasion particulière pour certaines strates de se mobiliser davantage. Les jeunes de moins de 25 ans (46%), les personnes appartenant aux catégories socioprofessionnelles les plus aisées (46%) et les diplômés du supérieur (41%) saisissent notamment cette occasion pour pratiquer davantage d'activités physiques que durant le reste de l'année.

57% des Français ont l'intention de s'exercer durant l'été.

Les vacances d'été apparaissent comme une période propice à l'exercice d'une ou plusieurs activités physiques et/ou sportives. **57% des personnes interrogées ont l'intention d'en pratiquer une ou plusieurs.** Ce résultat représente une hausse significative par rapport à 1999 (57% en juin 2014 contre 43% en avril 1999). La multiplication des campagnes de communication incitant à bouger davantage semble avoir atteint son objectif, en inscrivant la nécessité de faire des exercices physiques et/ou sportives dans les représentations sociétales. La période estivale bénéficie de ses dispositions plus favorables (météo, temps disponible, etc.) pour devenir le moment privilégié des Français qui souhaitent pratiquer davantage d'activités. »

Se retrouvent les mêmes clivages qu'observés précédemment. Les plus jeunes (71% des moins de 25 ans), les cadres supérieurs et professions libérales (74%) et les plus diplômés (70% des diplômés du supérieur) sont les plus enclins à se mobiliser pendant l'été. **En réalité, il apparaît que les plus actifs tout au long de l'année continuent à pratiquer une ou plusieurs activités physiques, alors que les moins actifs rattrapent le temps perdu durant le reste de l'année.**

Le désir de profiter de la nature et d'être en plein air est le principal élément d'incitation à la pratique d'une activité sportive durant l'été.

Deux clés de lecture permettent d'expliquer la volonté de pratiquer une activité sportive durant l'été. La première correspond aux conditions idéales induites par la pratique estivale, c'est-à-dire le beau temps et le fait de pouvoir évoluer en extérieur. **94% des personnes envisageant de se mobiliser durant l'été expliquent ainsi que le désir de profiter de la nature et d'être en plein air les motivent pour faire du sport l'été.** 87% jugent également qu'il est plus agréable de pratiquer ces activités pendant la période estivale plutôt que pendant le reste de l'année. La deuxième motivation principale renvoie à des éléments déjà présentés ci-avant, à savoir les bienfaits de l'activité physique sur sa santé. **88% des Français envisageant de pratiquer une activité sportive durant l'été sont motivés par la volonté d'entretenir leur forme, de perdre du poids et d'entretenir leur silhouette,** tandis 80% y voient la possibilité de se défouler et de lutter contre le stress. Dans une moindre, l'activité sportive apparaît comme une occasion de se retrouver entre amis ou en famille (78%).

Opèrent quelques clivages en fonction de l'âge et du sexe de la personne interrogée. **Les femmes de 35 ans et plus mettent ainsi davantage en avant leur désir de profiter de la nature et d'être en plein air** : 69% d'entre elles déclarent ainsi que ce désir les motive « beaucoup » pour faire du sport durant l'été contre 57% en moyenne. **Les jeunes de moins de 35 ans y voient dans des proportions plus importantes le moyen de lutter contre le stress et de se défouler** : 42% d'entre eux citent cette envie comme un élément très incitatif à la pratique du sport pendant l'été contre 34% en moyenne.



iOS - iPhone & iPad

Android



www.ifop.com



[@ifopopinion](https://twitter.com/ifopopinion)

[Ifop Opinion](https://www.facebook.com/ifopopinion)

A propos du Groupe Ifop :

Précurseur sur le marché des sondages d'opinion et des études marketing depuis 75 ans, l'Ifop est aujourd'hui l'un des leaders de son secteur. Structuré autour de 6 expertises (Opinion & Stratégies d'Entreprise, Consumer & Beauty, Services, Médias & Numérique, Santé et Luxe), l'Ifop crée de la valeur pour ses clients en sécurisant la qualité de l'information recueillie et en lui donnant du sens et de la perspective. Il les accompagne dans la définition et le pilotage de leur stratégie d'entreprise en leur fournissant une vision opérationnelle et prospective qui leur permet d'anticiper les mutations sociétales et les tendances des marchés. C'est aussi dans cet esprit pionnier que l'Ifop développe de nouvelles expertises transversales (Planning Stratégique, Grandes Enquêtes). Entreprise proche de ses clients, l'Ifop intervient dans une cinquantaine de pays à travers le monde, à partir de ses cinq implantations : Paris, Buenos Aires, Shanghai et Hong-Kong. Il réalise aujourd'hui un chiffre d'affaires de 40 millions d'euros et emploie plus de 200 collaborateurs.

Présent lors de toutes les campagnes présidentielles et municipales de la Cinquième République, l'Ifop est reconnu comme un acteur majeur dans le domaine électoral et de l'analyse de l'opinion.

A propos du Département Opinion et Stratégies d'Entreprise de l'Ifop :

Le Département Opinion et Stratégies d'Entreprise de l'Ifop compte une vingtaine de professionnels de l'opinion publique indépendants. La mission de notre Département est d'accompagner dans leurs décisions stratégiques et leurs choix de communication l'ensemble des acteurs publics, privés ou associatifs, qu'ils relèvent de la sphère politique, économique, sociale, médiatique ou du développement durable. Il s'agit, au travers des dispositifs d'enquête quantitatifs et qualitatifs réalisés par le Département Opinion et Stratégies d'Entreprises d'éclairer nos clients sur les opinions, les attitudes et les comportements des groupes et des individus, dans toute leur diversité et complexité d'électeurs, de consommateurs, de salariés, d'usagers, d'épargnants, d'internautes...