

Combien de Français s'y adonnent ?

35%
14,9 MLE POURCENTAGE DE FRANÇAIS AYANT PRATiqué AU MOINS UNE ACTIVITÉ DE **FITNESS**, DE **DANSE** OU DE **SPORTS DE COMBAT** AU COURS DES 12 DERNIERS MOIS64%
FEMMES36%
HOMMES

63% des pratiquants ont moins de 45 ans

La grande famille du Fitness

LES PRATIQUANTS

12.7 M

4 M

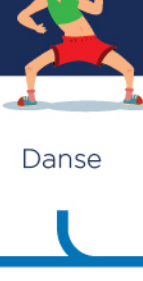
1.8 M

50%

LES NON-PRATIQUANTS

6,3 M

21 M

Fitness
Musculation

Danse

Sports de
combat1 FRANÇAIS SUR 2
A IN FINE DÉJÀ
PRATiquéLes
intentionnistesLes anciens
pratiquants

Les réfractaires

À chacun son fitness

FITNESS / MUSCU

39%*

32%*

31%*

28%*

Musculation en poids libre
Renforcement musculaire

Abdos fessiers

Machines ou appareils
de musculationVélo
d'appartementGym douce
Tapis de course

* Taux de pratique de chaque activité au cours des 12 derniers mois sur tous les pratiquants (12,7 Millions) de la catégorie Fitness/Musculation

FEMMES
63%
HOMMES
37%

RÉGIONS

Région parisienne	26%
Nord-Ouest	19%
Nord-Est	25%
Sud-Ouest	11%
Sud-Est	18%

DANSE

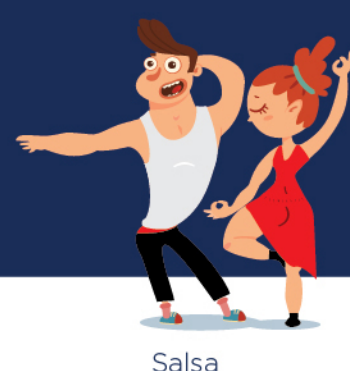
52%*

22%*

7%*



Zumba



Salsa



LIA Hip Hop

* Taux de pratique de chaque activité au cours des 12 derniers mois sur tous les pratiquants (4 Millions) de la catégorie Danse

FEMMES
86%
HOMMES
14%

RÉGIONS

Région parisienne	24%
Nord-Ouest	23%
Nord-Est	17%
Sud-Ouest	10%
Sud-Est	26%

SPORTS DE COMBAT

50%*

32%*

Boxe (française,
thaïlandaise...)

Body Combat/Krav Maga/MMA

* Taux de pratique de chaque activité au cours des 12 derniers mois sur tous les pratiquants (1,8 Millions) de la catégorie Sports de combat

HOMMES
58%
FEMMES
42%

RÉGIONS

Région parisienne	24%
Nord-Ouest	23%
Nord-Est	17%
Sud-Ouest	10%
Sud-Est	26%

Pratiquer pour se maintenir en forme mais aussi pour lâcher prise, se détendre

QUELS SONT LES MOTEURS DE LA PRATIQUE ?

96%

86%

87%

85%

82%

81%

Pour être en
bonne santéL'apparence physique
(se muscler, entretien
du corps)

Le plaisir

Vous défouler

Vous relaxer,
vous détendrePasser un bon
moment, vous
amuser

Au global, toutes activités confondues

La salle en tête des lieux de pratique de Fitness

OÙ PRATIQUE-T-ON SES ACTIVITÉS ?

58%

73%

66%

Sports de
combat

Danse

FEMMES
60%
HOMMES
64%
55-70 ANS
64%

41%

19%

3%

2%

Club de fitness,
salle de sport

Domicile

Extérieur
(parc, parcours sportifs...)Lieu de
travailClub de
vacances, resort

20% DES PRATIQUANTS COMBINENT UNE PRATIQUE EN SALLE/CLUB AVEC UN AUTRE LIEU DE PRATIQUE (dans 66% des cas la pratique mixte salle + domicile)

Un cœur de cible qui se détache : PLUS ASSIDU DANS LA PRATIQUE, PLUS CONNECTÉ, PLUS INVESTI (CONSOMME D'AVANTAGE)...

L'amplitude horaire, une forte exigence

LES CRITÈRES DE CHOIX D'UNE SALLE DE SPORT

81%

74%

73%

73%

71%

70%

69%

Les horaires
d'ouverture

Le prix

La qualité du
matérielLa proximité du
domicileL'ambiance
de la salleLa qualité du
coachingLa présence
physique d'un
coach

70% DES DANSEURS SONT PLUS ATTENTIFS À L'EXISTENCE DE COURS COLLECTIFS

Des abonnements medium / low cost qui séduisent les pratiquants

PRIX MOYEN

32€/MOIS

59%

dépendent moins de
30€/mois (+femmes)

Le Fitness, à l'épreuve de la connectivité

LES OBJETS CONNECTÉS S'INVITENT À LA PRATIQUE, LE SMARTPHONE EN PÔLE !

56%

Utilisent au moins 1
objet lors des séances

35%

18%

9%

18-34 ANS
65%

Un smartphone

Un lecteur MP3

Une montre
connectée

L'USAGE D'APPLIS EST DÉJÀ BIEN RÉPANDU

56%

Des pratiquants
connectés sont ainsi
concernés

40%

22%

10%

69%

Encore plus les fans
de sports de combatMesure de ma
performanceCoaching et de
programme
d'entraînement

Nutrition

Les pratiquants sont des shoppers !

LE VESTIAIRE A BESOIN D'ÊTRE RENOULÉ (TEXTILE ET/OU CHAUSSURES)

79% ONT CONNU UNE EXPÉRIENCE D'ACHAT AU COURS DES 12 DERNIERS MOIS

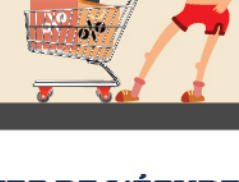
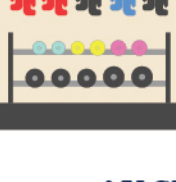
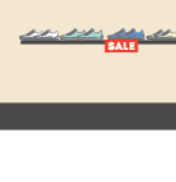
56%

Textile

51%

Chaussures

25%

Petit
équipement /
matériel

LES MAGASINS PHYSIQUES SONT ENCORE TRÈS PRÉPONDERANTS

Lieu d'achat du dernier article textile/chaussures acheté

75%

Magasin
physique

25%

E-commerce

AU SUJET DE L'ÉTUDE :

Étude réalisée pour l'Union Sport et Cycle auprès du panel Ipsos (IIS) sur un échantillon national représentatif d'individus âgés de 18 à 70 ans : 3 033 interviewés réparties entre 1 070 pratiquants de fitness/muscu, danse, sports de combat et 1963 non pratiquants.

Terrain réalisé du 01 au 06/09/2017