

LES DOSSIERS DE L'IRDS

N° 40 - JANVIER 2021

LA PRATIQUE D'ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES NON ENCADRÉES EN ÎLE-DE-FRANCE

Prépondérante chez les adultes franciliens, la pratique sportive sans encadrement questionne bien des acteurs de l'aménagement et des professionnels du sport. Qu'est-ce qui la motive ? Dans quelles conditions est-elle pratiquée ? Comment mieux l'accompagner ?

En Île-de-France, la pratique non encadrée, c'est-à-dire hors association et sans la présence d'un coach (voir encadré p.2), est la plus fréquente chez les adultes (70 % des sportifs de 18-75 ans). Elle s'effectue le plus souvent dans les espaces publics et échappe au cadre plus strict des associations sportives. Les collectivités sont-elles en mesure d'intégrer ces pratiques ? Les clubs ont-ils un rôle à jouer auprès de ces pratiquants ? Pour apporter des réponses à ces questions, il apparaît indispensable d'en savoir davantage sur ce qu'ils sont, leurs motivations, leurs attentes, les modalités de leur pratique (où, quand, comment) et leur parcours sportif (ancienneté, expérience en club).

UNE PRATIQUE NON ENCADRÉE PRÉPONDÉRANTE CHEZ LES ADULTES

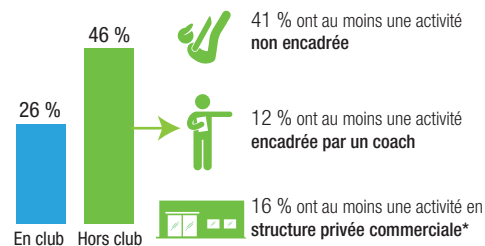
En 2019, 60 % des Franciliens âgés de 18-75 ans déclarent s'adonner à une activité physique et sportive au moins une heure par semaine.

Les cadres de leur pratique sont variés. L'activité hors association est la plus répandue : 46 % des 18-75 ans (79 % des sportifs) exercent au moins une de leurs activités régulières en dehors d'une association. Parfois en étant suivis

par un coach pour au moins une de leurs activités (12 % des 18-75 ans, 21 % des sportifs) mais le plus souvent, ils pratiquent sans encadrement (41 %, 70 % des sportifs).

La pratique hors association peut se dérouler en structure privée à caractère commercial (SPC) : 16 % des 18-75 ans (27 % des sportifs) déclarent les fréquenter au moins une heure par semaine. Parmi ces sportifs, 49 % suivent régulièrement les conseils d'un coach pour au moins une activité et 75 % pratiquent au moins une activité sans accompagnement.

La pratique sportive 1h/semaine (% 18-75 ans)



* pour 75 % d'entre eux au moins une activité non encadrée

© L'INSTITUT PARIS RÉGION, IRDS 2020
pictogrammes © 123rf/leremy
Source : IRDS, EPSF 2019



La pratique en association sportive ne regroupe que 26 % des 18-75 ans (44 % des sportifs). Mais rappelons qu'elle est surtout présente chez les plus jeunes^{(1),(2)} non interrogés dans le cadre de cette enquête.

Définitions

La pratique sportive

On entend par activité sportive régulière une activité exercée au moins une heure par semaine tout au long de l'année en ne comptant que les séances d'au moins 30 minutes. Une personne ayant une activité régulière est considérée comme sportive.

La pratique sportive non encadrée

Dans cette étude, une activité sportive non encadrée se déroule en dehors d'une association/club sportif et sans la présence régulière d'un entraîneur/coach, ou dans une structure privée commerciale sans la présence régulière d'un coach.

Un pratiquant est dit « non encadré » s'il exerce au moins une de ses activités sportives régulières de manière non encadrée.

Un pratiquant est dit « non encadré exclusif » s'il pratique toutes ses activités régulières de manière non encadrée.

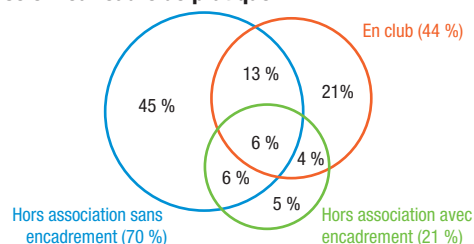
LES ADEPTES DU « MONOCADRE » ET DU « MULTICADRE »

On distingue ainsi trois cadres de pratique : en club (44 % des sportifs), hors club avec encadrement (21 % des sportifs) et hors club sans encadrement (70 % des sportifs). Un sportif peut combiner, ou non, plusieurs de ces cadres en fonction des activités auxquelles il s'adonne. On a donc affaire à des sportifs aux profils variés et polymorphes.

Les sportifs « monocadre » exercent toutes leurs activités régulières dans le même environnement : hors association sans encadrement pour 45 % d'entre eux, hors association avec encadrement (5%), exclusivement en club (21%). Les sportifs « multicadre » fréquentent différents environnements : 13 % associent pratique en club et activités sportives non encadrées, 4 % mixent pratique en club et activités encadrées hors association, 6 % combinent des activités hors association encadrées et non encadrées, et 6 % sont familiers des trois cadres de pratique. Lorsque les sportifs fréquentent régulièrement plusieurs cadres, il s'agit d'activités différentes : jouer au tennis avec son club, suivre un cours de fitness dans une salle de sport privée ou faire son footing au parc par exemple. Il est très rare qu'une même activité soit pratiquée régulièrement dans différents cadres.

Le profil du sportif évolue au fil du temps. La moitié des sportifs qui s'exercent exclusivement hors club ont déclaré avoir déjà fait du sport en club par le passé.

Répartition des sportifs selon leur cadre de pratique



© L'INSTITUT PARIS REGION, IRDS 2020
Source : IRDS, EPSF 2019

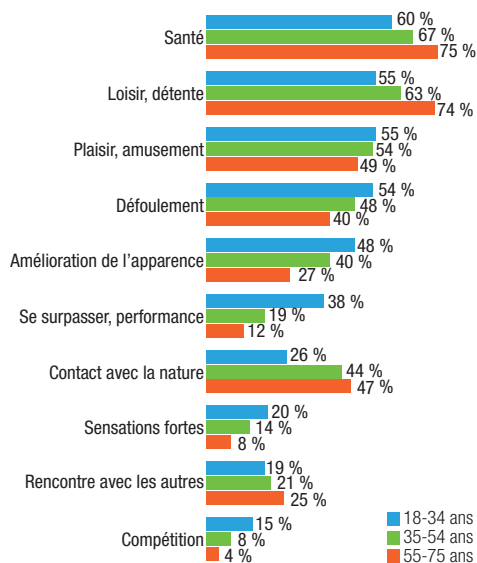


POUR LA SANTÉ, LE LOISIR ET LE PLAISIR

Pour les sportifs non encadrés, la santé (66 %) et le loisir (63 %) constituent des motivations essentielles. Le plaisir (53 %) vient en troisième position. La rencontre avec les autres n'est citée que par seulement 21 % d'entre eux. La compétition (10 %) ainsi que les sensations fortes (15 %) sont les finalités les moins souvent recherchées.

Les femmes mettent plus souvent en avant la volonté d'améliorer leur apparence (46 % vs 35 % pour les hommes) et le besoin de se défouler (55 % vs 42 %). Quant aux hommes, ils sont davantage dans la pratique compétitive (13 % vs 6 % des femmes). Le facteur âge joue également : compétition, sensations fortes, performances, défoulement et amélioration de l'apparence sont plus souvent cités par les plus jeunes. À l'inverse, les personnes plus âgées mentionnent davantage le loisir, la santé et le contact avec la nature.

Pourquoi les sportifs non encadrés font-ils du sport ?



© L'INSTITUT PARIS REGION, IRDS 2020
Source : IRDS, EPSF 2019



1. 63 % des Franciliens âgés de 4-14 ans ont une activité sportive régulière encadrée. Source : EPSF IRDS, 2011.

2. En France, les moins de 20 ans représentent 55 % des licences. Source : INJEP, 2018.

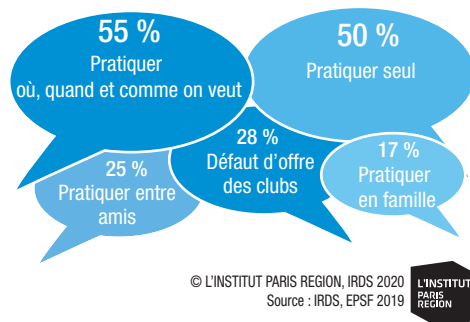
SANS CONTRAINTE ET EN SOLO

Deux raisons sont principalement évoquées pour une pratique sportive non encadrée : pouvoir pratiquer seul (50 % des sportifs), et où, quand et comme on veut (55 % des sportifs). C'est encore plus vrai avec l'avancée en âge. Les hommes (53 %) souhaitent plus souvent pratiquer seuls (vs 47 % des femmes), tandis que les femmes (60 %) mettent plus en avant la pratique sans contrainte en comparaison des hommes (50 %).

Les sportifs non encadrés s'adonnent le plus souvent à la course à pied (32 %), au fitness⁽³⁾ (27 %) et à la randonnée (26 %) : des disciplines qui offrent une grande souplesse en termes d'organisation.

Le sport solitaire est un moyen de s'affranchir de nouvelles obligations : on peut d'autant plus pratiquer où et quand on veut quand on ne dépend de personne d'autre que de soi-même. Les sportifs non encadrés sont ainsi 71 % à déclarer pratiquer régulièrement leurs activités seuls (38 % s'y adonnent même de manière exclusive). En outre, 62 % des sportifs déclarent s'être initié seuls à au moins une de leurs activités non encadrées, et 36 % d'entre eux à toutes. Les sportifs non encadrés pratiquent plus souvent seuls à Paris (43 %) et en proche couronne (40 %) qu'en grande couronne (34 %). La musculation (76 % des personnes qui pratiquent cette discipline de manière non encadrée) et le fitness (77 %) sont les principales disciplines non encadrées auxquelles on s'adonne seul.

Pourquoi les sportifs pratiquent-ils hors club ?

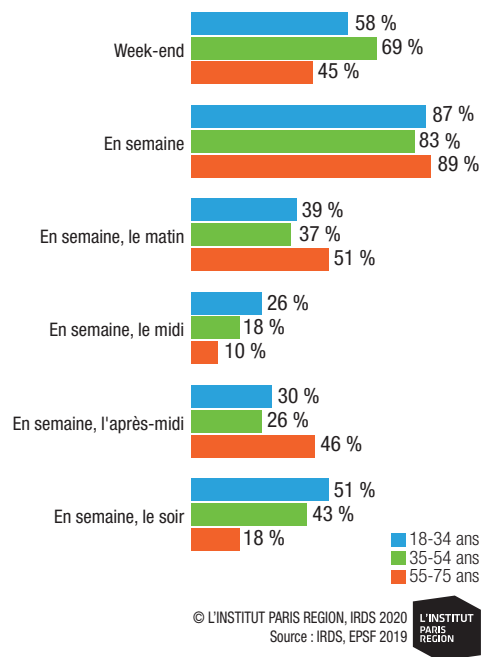


À TOUT MOMENT

S'affranchir des contraintes horaires est l'un des principaux attraits de la pratique non encadrée. Elle a lieu aussi bien le week-end (59 %) qu'en semaine à n'importe quel moment de la journée : le matin (41 %), l'après-midi (33 %), en soirée (40 %) et dans une moindre mesure à la pause déjeuner (19 %).

Mais avec des nuances selon l'âge : les moins de 35 ans citent plus souvent que les autres les créneaux de la pause méridienne et du soir, les 35-54 ans ceux du week-end, et les plus de 55 ans ceux en semaine, le matin et l'après-midi.

Moments de la pratique sportive non encadrée



71 % DES SPORTIFS
PRATIQUENT
LEUR ACTIVITÉ
NON ENCADRÉE
EN SOLITAIRE

Et selon la catégorie socioprofessionnelle : les cadres et professions intermédiaires s'exercent plus souvent en semaine, le midi, et les employés et ouvriers, en semaine, l'après-midi.

EN TOUT LIEU, PROCHE DU DOMICILE

Si la pratique en extérieur (58 %) est le lieu privilégié des sportifs non encadrés, ils sont également nombreux à s'adonner à leurs activités au sein d'une installation sportive (43 %), dont 28 % dans une structure privée commerciale. La pratique non encadrée est partout : en milieu naturel (29 %), dans la rue (27 %), dans un parc (19 %) ou encore dans un équipement extérieur en accès libre (9 %).

Le plus souvent, l'activité se déroule à proximité du domicile (66 %). 19 % des sportifs démarrent directement leur activité au départ de chez eux (course à pied, vélo...). Lorsqu'ils se déplacent pour se rendre sur le lieu de leur activité, le temps de trajet moyen est de 17 minutes.

Les structures privées commerciales attirent davantage les plus jeunes (43 % des 18-34 ans vs 25 % des 35-49 ans). *Idem* pour les équipements extérieurs en accès libre qui séduisent surtout les 18-34 ans (11 % vs 7 % des 35-49 ans). À l'inverse, les 55-75 ans fréquentent davantage le milieu naturel (37 % vs 20 % des 18-34 ans) et les berges (21 % vs 9 % des 18-34 ans). La pratique sportive en pleine nature est également plus courante chez les hommes (32 %) que chez les femmes (25 %), et l'utilisation des structures privées commerciales est plus commune aux hommes (30 %) qu'aux femmes (25 %).

3. La famille d'activités fitness regroupe un grand nombre de disciplines dont les principales sont : fitness, gymnastique, cardiotraining, vélo/rameur d'intérieur, aquagym, crossfit, zumba...

Les espaces publics (28 %) sont le premier lieu de pratique non encadrée des femmes, suivi de près par le milieu naturel et la structure privée commerciale (25 %). Dans le cœur dense de la métropole, la pratique du sport se déploie davantage dans les installations sportives et les parcs, tandis que, dans les espaces ruraux, le milieu naturel est plus souvent évoqué.

ET AUSSI CHEZ SOI

En 2019, 29 % des sportifs non encadrés font du sport à la maison. C'est notamment le cas des plus jeunes (33 % vs 24 % des personnes les plus âgées) et des femmes (34 % vs 25 % des hommes). Les disciplines les plus concernées sont le yoga (56 % de ceux qui s'y adonnent sans encadrement le font au domicile), le fitness (53 %), la danse (40 %), et la musculation (39 %). Plusieurs raisons à cela : une pratique peu contraignante, qui se passe d'infrastructure et qui nécessite seulement de petits accessoires (tapis de sol, corde à sauter, poids, élastiques) ; la multiplication des applications numériques qui accompagnent le sportif ; les nouveaux canaux de diffusion (vidéos/tutoriels sur les réseaux sociaux) et des disciplines qui s'efforcent d'adapter leurs pratiques pour une plus grande diffusion (évolution et diversification des exercices). À titre d'exemple, 31 % des sportifs à domicile utilisent un support numérique pour les guider dans leur pratique. Parmi les personnes qui s'exercent peu chez eux, on trouve les ménages avec la présence d'enfants (27 % vs 31 % des ménages sans enfant).

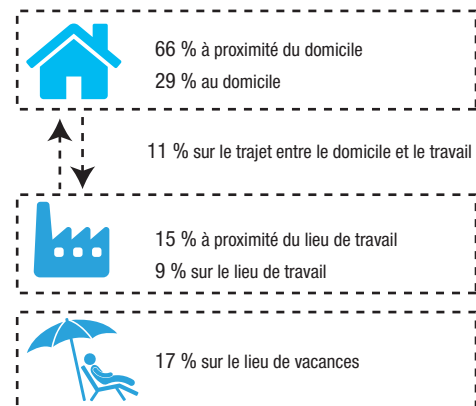
LE COÛT, UN FREIN
À LA PRATIQUE
EN CLUB POUR 16 %
DES SPORTIVES
NON ENCADRÉES

LE SPORT SUR LE LIEU DE TRAVAIL OU À PROXIMITÉ RESTE UN PHÉNOMÈNE MARGINAL

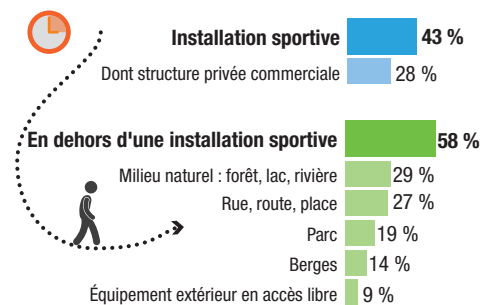
Les pratiques non encadrées sont très peu présentes sur le lieu de travail (9 %) ou à proximité (15 %), par manque de salle dédiée, de matériel adéquat, de problème d'aménagement du temps de travail, par manque de demande, peut-être. Les hommes (25 % vs 17 % des femmes), les plus jeunes (32 % des 18-34 ans vs 21 % des 35-55 ans) et les habitants en cœur d'agglomération (25 % vs 17 % en grande couronne) s'adonnent plus volontiers à une activité non encadrée sur le lieu de travail ou à proximité.



Lieux de la pratique non encadrée



17 min en moyenne pour se rendre sur le lieu de son activité

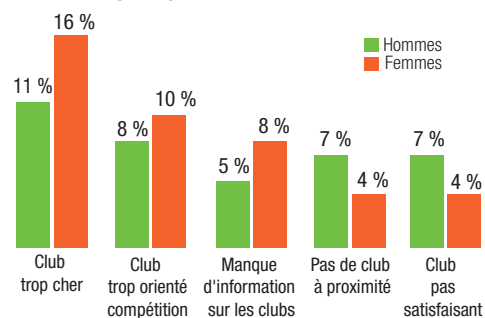


© L'INSTITUT PARIS REGION, IRDS 2020
pictogrammes © 123rf/leremy
Source : IRDS, EPSF 2019

UN CHOIX PAR DÉFAUT POUR CERTAINS ?

28 % des sportifs non encadrés choisissent ce mode de pratique en raison d'un défaut d'offre des clubs (trop cher, manque d'information, pratique trop compétitive, absence de club sportif à proximité, club insatisfaisant). C'est plus souvent le cas des femmes (31 % vs 26 % pour les hommes), des 18-34 ans (34 % vs 19 % des 55-75 ans) et des habitants du cœur de la métropole (32 % vs 23 % en grande couronne). Le coût représente le principal frein surtout chez les femmes, la tranche des 18-34 ans et les

Freins à la pratique en club



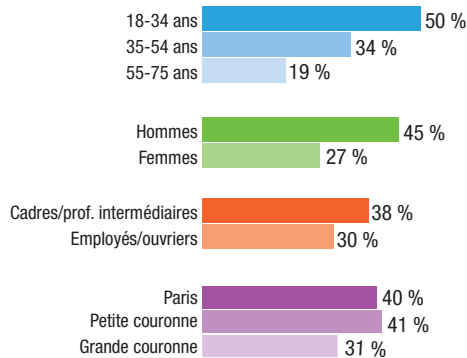
© L'INSTITUT PARIS REGION, IRDS 2020
Source : IRDS, EPSF 2019

Parisiens (16 %) en comparaison des hommes, des 35 ans et plus et des Franciliens de grande couronne (11 %).

UNE ACTIVITÉ SPORTIVE INTENSIVE POUR PLUS D'UN SPORTIF SUR TROIS

La pratique intensive se caractérise par une augmentation importante de la capacité respiratoire. 36 % des sportifs non encadrés déclarent avoir une activité sportive intense. Ce taux est à rapprocher de la discipline (17 % pour les randonneurs contre 55 % pour les sports collectifs par exemple), du lieu d'habitation (jusqu'à 41 % pour Paris et la proche couronne), de l'âge (50 % pour les 18-34 ans) et enfin du sexe de la personne (45 % des hommes).

Part des sportifs non encadrés ayant déclaré une activité intensive



© L'INSTITUT PARIS REGION, IRDS 2020
Source : IRDS, EPSF 2019

DU NOVICE AU PLUS CHEVRONNÉ

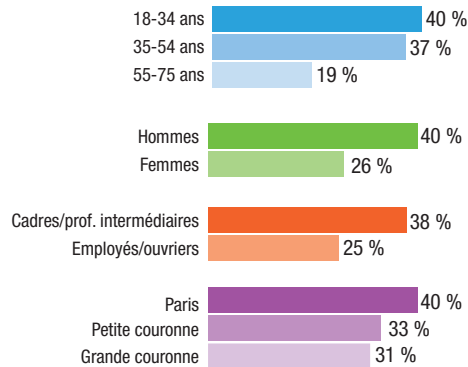
Les sportifs non encadrés ont évalué leur niveau de pratique : 30 % se déclarent débutants dans au moins une discipline, 60 % compétents, 30 % performants et 7 % experts.

Certains disposent d'une longue ancienneté dans leur pratique : 48 % des plus de 30 ans précisent avoir débuté au moins une de leurs activités actuelles avant l'âge de 20 ans (plus de 10 ans d'expérience). Cela explique peut-être pourquoi ils se passent d'encadrement.

Les hommes (40 %) affirment plus souvent être performants ou experts que les femmes (26 %),



Part des sportifs non encadrés se déclarant performants ou experts dans une discipline



© L'INSTITUT PARIS REGION, IRDS 2020
Source : IRDS, EPSF 2019

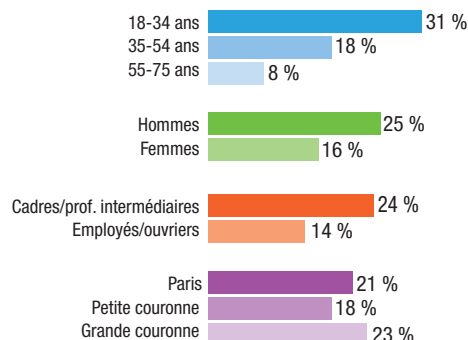
les cadres/professions intermédiaires (38 %) plus souvent que les employés ou ouvriers (25 %) et les Parisiens (40 %) plus souvent que les autres Franciliens (32 %). C'est auprès des plus jeunes que l'on observe la plus grande hétérogénéité de niveaux : ils sont plus nombreux à se déclarer à la fois débutants dans l'une de leurs activités (34 % des 18-34 ans vs 27 % des 35 ans et plus) et experts ou performants dans une autre (40 % vs 19 % des 55-75 ans).

48 % DES SPORTIFS
NON ENCADRÉS
ONT PLUS DE 10 ANS
D'EXPÉRIENCE DANS
LEUR ACTIVITÉ

UN SPORTIF SUR CINQ A DÉJÀ PARTICIPÉ À UN ÉVÈNEMENT SPORTIF

La participation à un challenge, un événement sportif ou une compétition concerne 21 % des sportifs non encadrés. C'est notamment le cas des cadres et professions intermédiaires (24 %), des hommes (25 %) et des jeunes (31 %). La course à pied est de loin la discipline la plus citée : 32 % des coureurs non encadrés ont déjà participé à une épreuve organisée au cours de l'année.

Part des sportifs non encadrés ayant participé à un événement sportif au cours de l'année



© L'INSTITUT PARIS REGION, IRDS 2020
Source : IRDS, EPSF 2019

UNE PRATIQUE QUI PASSE PAR LE NUMÉRIQUE

45 % des sportifs non encadrés recourent aux outils numériques pour au moins une de leurs activités, et 33 % d'entre eux le font pour toutes leurs activités.

Tous les profils sportifs sont concernés : que l'on soit débutant (38 %) ou expert (55 %), dans une pratique modérée (40 %) ou intensive (51 %), adepte des challenges sportifs (78 %) ou non (36 %), mais avec des taux d'utilisation qui varient du simple au double selon le degré d'engagement dans la pratique. L'objet connecté, centré sur l'analyse des performances (montre, bracelet, smartphone...), est celui auquel on a le plus recours (33 %). Les applications communautaires (14 %) arrivent en deuxième position, suivi des réseaux sociaux (8 %).

Les hommes (50 %) se servent davantage du numérique que les femmes (40 %). Mais les jeunes, plus familiers de ces supports, restent les plus grands clients : 61 % des 18-34 ans utilisent au moins un support numérique vs 25 % des 55-75 ans. Les employés/ouvriers y ont légèrement moins recours. La différence la plus notable concerne l'usage des applications communautaires (16 % des cadres/professions intermédiaires vs 9 % des employés/ouvriers). Les Parisiens ont moins d'appétence pour le numérique (35 %) qu'en petite couronne (49 %), notamment pour les objets connectés (25 % vs 35 % ailleurs).

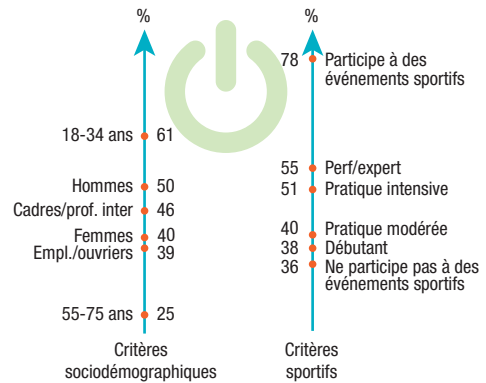
Le numérique est prégnant dans les sports d'itinérance : 59 % des coureurs à pied y ont recours ; 45 % des cyclistes et 41 % des randonneurs.

AVEC DES OBJECTIFS DE PROGRESSION

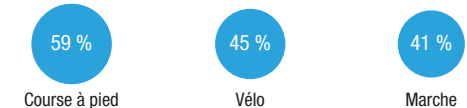
L'usage premier du numérique est la mesure et le suivi de ses performances pour 61 % des sportifs non encadrés et 68 % des 35-54 ans. Le sportif étudie ses données et vérifie ce qui peut être amélioré. C'est une source de motivation et un support pour progresser. On trouve ensuite la volonté de se fixer des objectifs pour 43 % des sportifs non encadrés (47 % des

L'usage du numérique par les sportifs non encadrés

Qui sont les sportifs utilisant les outils numériques ?



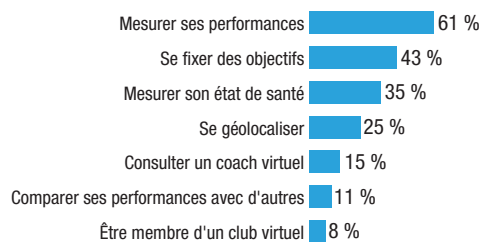
Top 3 des disciplines utilisant le numérique (en % des pratiquants de la discipline)



Type de support numérique utilisé



Principaux usages des supports numériques



© L'INSTITUT PARIS REGION, IRDS 2020
Source : IRDS, EPSF 2019



18-34 ans, 60 % des Parisiens). Il s'agit aussi d'un moyen de se motiver (pour préparer une course officielle par exemple). La mesure de l'état de santé, principale source de motivation dans la pratique non encadrée, arrive en troisième position pour 35 % des sportifs et 42 % des plus âgés. La fonction de géolocalisation (25 %) est plus souvent employée par les personnes de plus de 35 ans (31 %) et par les hommes (29 %).

Parmi les usages les moins fréquents, on trouve logiquement, la consultation d'un coach virtuel (15 %), le partage de ses performances (11 %, 19 % des Parisiens) et le fait d'être membre d'un club virtuel (8 %). Ses usages sont néanmoins

plus fréquents chez les jeunes : 12 % des 25-34 ans sont membres d'un club virtuel, et, en revanche, presque absents chez les personnes les plus âgées. Les hommes ont également plus tendance à adhérer à un club virtuel (10 %) que les femmes (6 %).

EN DEMANDE DE NOUVELLES PRATIQUES

26 % des sportifs non encadrés souhaitent s'adonner à une nouvelle activité (33 % chez les 18-34 ans). Ce besoin de renouvellement n'est pas propre aux non-encadrés, on le retrouve chez les autres sportifs dans les mêmes proportions.

Le plus souvent, ils souhaiteraient se mettre à un sport collectif (17 %), au fitness (14 %), au yoga (13 %), à un sport de raquettes (11 %) ou de combat (10 %). L'enquête ne dit pas s'ils souhaiteraient bénéficier d'un encadrement. Mais ces activités se pratiquent, à ce jour, majoritairement de manière encadrée.

ET DES ATTENTES POUR FACILITER LEURS PRATIQUES

Plus des deux tiers des sportifs non encadrés expriment des attentes pour améliorer leur pratique (73 %), notamment chez les plus jeunes (82 %) et à Paris (83 %). En premier lieu, 51 % d'entre eux réclament une augmentation du nombre d'équipements en accès libre (installation sportive, équipement extérieur, piste cyclable...). Ensuite, arrive la demande d'un meilleur aménagement de l'espace public (46 %) jusqu'à 53 % chez les Parisiens, avec moins d'obstacles, davantage d'espaces publics fermés temporairement à la circulation. Enfin, le développement de l'offre de services sur le lieu de la pratique (26 %) comme l'accompagnement dans l'apprentissage initial arrive en troisième position. Les femmes demandent plus

souvent que les hommes un nombre plus important d'installations sportives et d'équipements extérieurs en accès libre. Elles sont également plus intéressées par un accompagnement pour la pratique de leur activité (18 % vs 7 % des hommes). De leur côté, les hommes (49 %) revendiquent plutôt un espace public mieux aménagé pour faciliter leur pratique que les femmes (43 %).

DES PISTES POUR LES COLLECTIVITÉS ET LES CLUBS

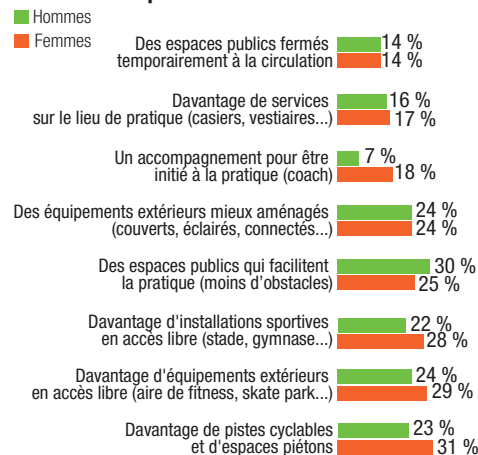
La pratique non encadrée est prépondérante chez les adultes. Les collectivités mais aussi les clubs doivent aller à la rencontre de ce public. Les profils des sportifs sont variés aussi bien en termes de motivations, de niveaux ou encore de temps de pratique. Le premier défi est d'être en capacité de proposer une offre diversifiée. Le développement du sport dans l'espace public conduit à voir la ville comme un « équipement sportif ». La fonction sportive cohabite dorénavant avec d'autres « emplois urbains ». Cette nouvelle donne doit être intégrée dans les projets d'aménagement pour un partage sans conflit de l'espace public et un développement inclusif de l'activité physique et sportive⁽⁴⁾ en ville.

Les sportifs non encadrés sont nombreux à avoir recours au numérique. Ce phénomène va probablement s'accroître avec une population de plus en plus familiarisée aux pratiques numériques. Ces dernières offrent une certaine souplesse dans l'organisation grâce, par exemple, aux cours en ligne accessibles depuis chez soi. Des clubs ont déjà développé cette offre complémentaire avec l'aide de leurs éducateurs sportifs notamment en période de confinement lié à l'épidémie de Covid-19. C'est aussi un moyen d'accompagner le sportif dans sa pratique. Des collectivités proposent ainsi des équipements connectés associés à une application de coaching (aire de fitness, parcours de santé..., voir encadré p. 8).

Pour les clubs, sortir des équipements traditionnels et aller au-devant des pratiquants pourraient être stratégiques. Les débutants et notamment les débutantes semblent ouverts à une offre d'initiation et les plus compétents sont peut-être en demande d'une expertise pointue qui les aide à aller encore plus loin dans leur pratique. Par ailleurs, des animations sur les équipements extérieurs en accès libre en direction des femmes pourraient les aider à s'approprier ces espaces qui profitent le plus souvent aux seuls jeunes hommes. Il est peut-être nécessaire pour les clubs de formuler une offre moins engageante pour le sportif non encadré mais d'excellence qui se distinguerait de la prise de licence traditionnelle. Certaines fédérations s'y attendent déjà.

POUR LES CLUBS,
SORTIR DES
ÉQUIPEMENTS
TRADITIONNELS ET
ALLER AU-DEVANT
DES PRATIQUANTS
POURRAIENT ÊTRE
STRATÉGIQUES

Attentes des sportifs non encadrés



© L'INSTITUT PARIS REGION, IRDS 2020
Source : IRDS, EPSF 2019



4. Bouger ! Le sport rythme la ville, *Les Cahiers de L'Institut Paris Region*, n° 177 avec l'Institut régional de développement du sport, juillet 2020.

Des dispositifs publics en faveur de la pratique sportive en accès libre.

Exemple de la Région Île-de-France

Depuis 2016, la Région a mis l'accent sur l'essor de la pratique en accès libre avec un dispositif agréant la prise en charge de projets d'équipements à 50% du coût de financement voire 75% pour les communes dépourvues d'équipements. Ainsi 217 équipements de proximité en accès libre ont été financés pour un montant global de 6,5 M€. La Région a aussi adopté en 2018 le dispositif « Plan sport oxygène » afin de favoriser l'accès à la pratique sportive de tout Francilien, à tout le territoire. Il s'agit de promouvoir la pratique d'activités physiques facteur de santé, de combler la carence en équipements et parcours sportifs et de renforcer le maillage de l'offre. Ce dispositif s'articule autour de trois volets :

- le soutien à l'organisation de manifestations « sport santé, bien-être » avec à titre d'exemple en 2020 des journées dédiées, au sein des Îles-de-loisirs, à des activités physiques adaptées dans le cadre de parcours de soins de patients post cancer.
- le soutien à l'acquisition de matériels et/ou d'équipements sportifs facilitant notamment la pratique du sport de plein air, encourageant la marche, la course à pied ou l'éveil musculaire « en bas de chez soi ». 120 projets tels des aires de street-workout ou des parcours santé ont été financés pour un montant global de 2,224 M€.
- l'incitation directe à l'activité physique avec l'élaboration d'une application mobile nommée Bougeott pour donner envie aux Franciliens de bouger tout en découvrant la région et son patrimoine. Où qu'il soit en Île-de-France, l'utilisateur peut choisir la distance, le temps, l'environnement de son parcours (bois, ville, berge...) et ponctuer son trajet par des étapes culturelles.

LE DISPOSITIF D'ENQUÊTES SUR LES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES EN ÎLE-DE-FRANCE

Depuis 2007, l'IRDS a mis en place un dispositif d'enquêtes sur les activités physiques et sportives en Île-de-France. Historiquement, l'enquête était menée au mois de janvier, par téléphone, auprès des 15 ans et plus.

En 2019, le dispositif est passé à une enquête par internet, en lien avec la complexification des enquêtes téléphoniques. Cela a eu plusieurs conséquences : un questionnaire mis en ligne et adapté pour une prise en main individuelle de l'enquêté, une méthode aléatoire remplacée par une méthode des quotas, un resserrement de la population cible (18-75 ans). Enfin les dates de terrain ont également été changées : les panélistes sont interrogés désormais en septembre sur leurs pratiques des 12 derniers

mois afin de se placer sur une saison sportive. Tous ces changements représentent une rupture totale avec l'ancien dispositif. En 2019, 2 500 Franciliens ont ainsi été interrogés sur leurs activités physiques et sportives au cours des 12 derniers mois. L'objectif est de réaliser des vagues d'enquêtes successives afin de consolider les informations et de constituer au fil des ans, un nouveau baromètre de la pratique sportive francilienne.

Les variables de contrôle (quotas) utilisées dans l'enquête sont le sexe, l'âge et la profession. La représentativité de l'échantillon est assurée au niveau de chacun des huit départements franciliens sur la base de ces quotas. Le terrain de cette enquête a été confié à l'institut de sondage IPSOS. ■

Ce dossier est consultable sur notre site internet www.irds-idf.fr