

*“opinionway*

# Les Français et le sport santé

Avril 2024



**ESOMAR**<sup>24</sup>  
Corporate





# La méthodologie





# La méthodologie de l'enquête



Echantillon de **1023 personnes représentatif** de la population française âgée de 18 ans et plus.

L'échantillon a été constitué selon la **méthode des quotas**, au regard des critères de sexe, d'âge, de catégorie socioprofessionnelle, de catégorie d'agglomération et de région de résidence.



L'échantillon a été interrogé par **questionnaire auto-administré en ligne sur système CAWI** (Computer Assisted Web Interview).



Les interviews ont été réalisées **du 24 au 25 avril 2024**.

*Pour les remercier de leur participation, les panélistes ont touché des incentives ou ont fait un don à l'association proposée de leur choix.*



OpinionWay a réalisé cette enquête en appliquant les procédures et règles de la **norme ISO 20252**



Les résultats de ce sondage doivent être lus en tenant compte des marges d'incertitude : 1,5 à 3 points au plus pour un échantillon de 1000 répondants.



*Toute publication totale ou partielle doit impérativement utiliser la mention complète suivante :*

**« Sondage OpinionWay »**

*et aucune reprise de l'enquête ne pourra être dissociée de cet intitulé.*



# Les résultats

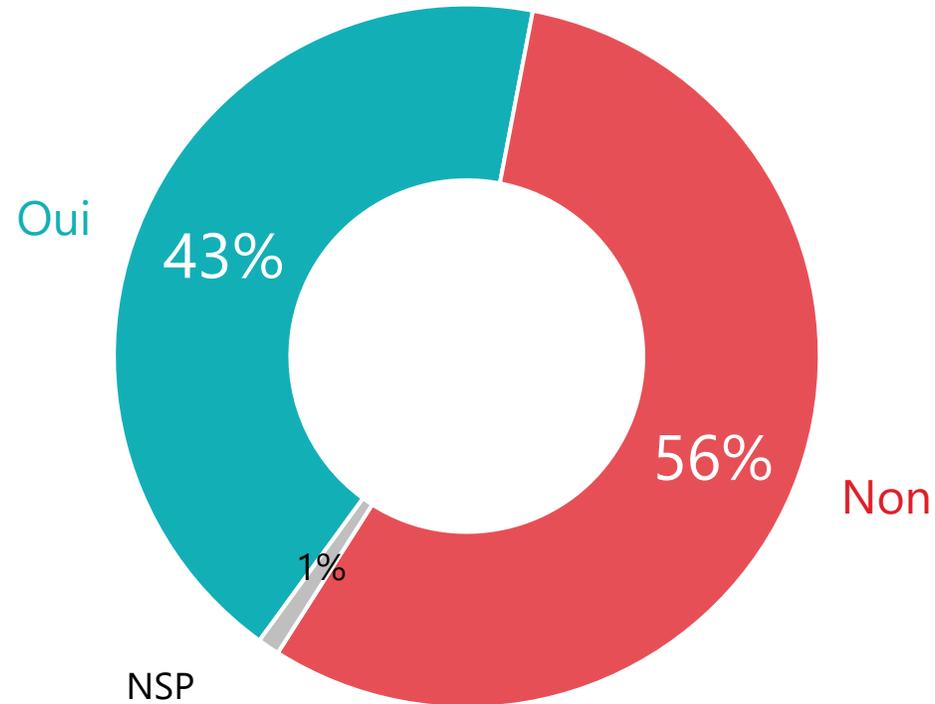




# L'évocation du sport comme outil de prévention par le médecin



Q. Lors d'une consultation médicale, votre médecin a-t-il évoqué la pratique régulière d'un sport considéré comme de la 'prévention' pour votre santé ?





# L'évocation du sport comme outil de prévention par le médecin



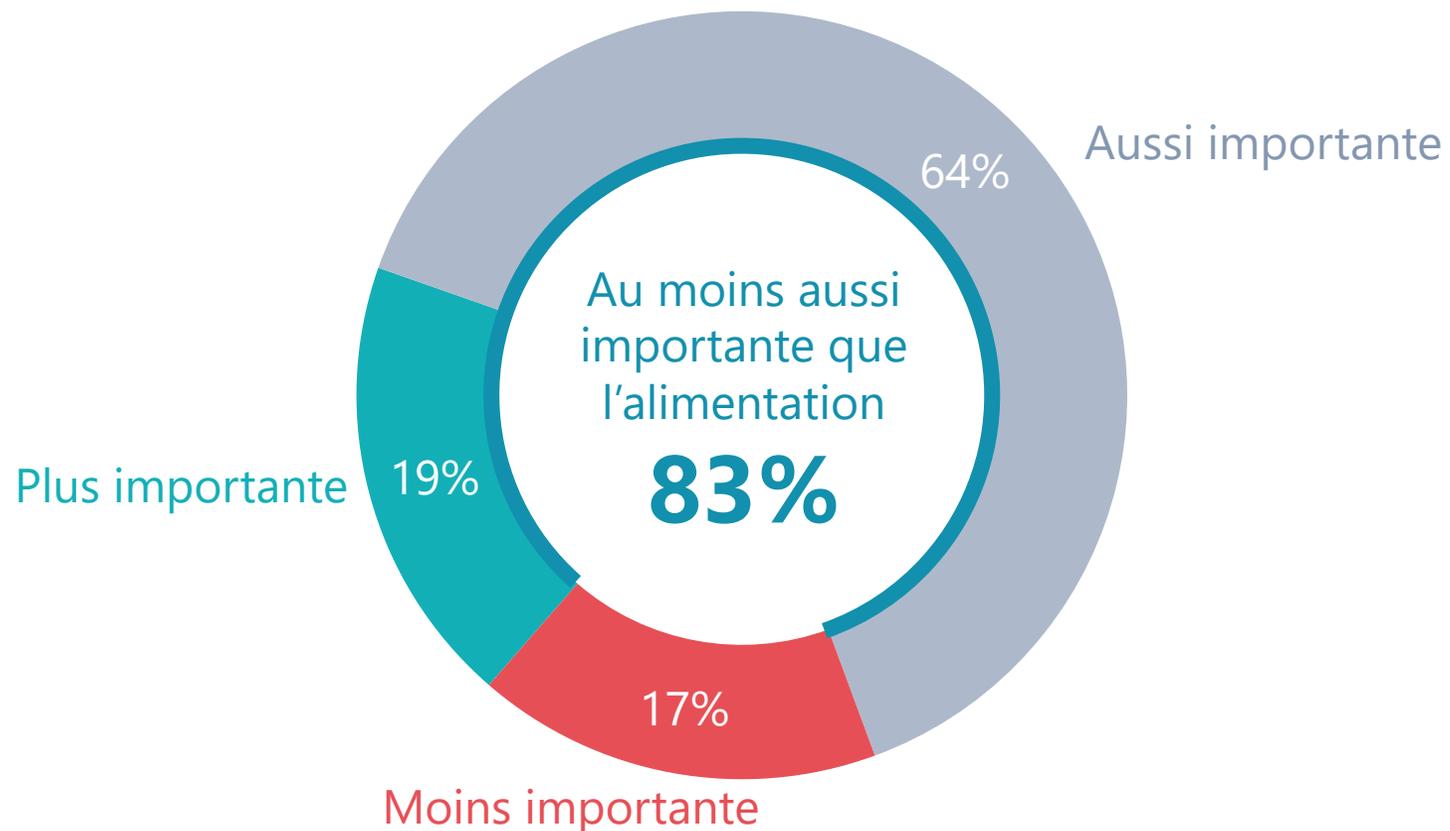
Q. Lors d'une consultation médicale, votre médecin a-t-il évoqué la pratique régulière d'un sport considéré comme de la 'prévention' pour votre santé ?

	% Total	Sexe		Âge					Statut		
		Homme	Femme	18-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP +	CSP -	Inactif
Oui	<b>43%</b>	45%	41%	53%	35%	42%	44%	43%	42%	41%	45%
Non	<b>56%</b>	55%	58%	47%	64%	57%	56%	56%	58%	58%	54%

# “ L'importance de la pratique du sport pour la santé



Q. Selon vous, la pratique du sport est-elle plus importante, moins importante ou aussi importante que l'alimentation pour la santé ?





# L'importance de la pratique du sport pour la santé



Q. Selon vous, la pratique du sport est-elle plus importante, moins importante ou aussi importante que l'alimentation pour la santé ?

	% Total	Sexe		Âge					Statut		
		Homme	Femme	18-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP +	CSP -	Inactif
<b>Sous-total Au moins aussi importante que l'alimentation</b>	<b>83%</b>	<b>82%</b>	<b>83%</b>	<b>75%</b>	<b>71%</b>	<b>84%</b>	<b>86%</b>	<b>88%</b>	<b>84%</b>	<b>81%</b>	<b>83%</b>
...Plus importante	<b>19%</b>	20%	18%	24%	26%	20%	17%	15%	22%	22%	15%
...Aussi importante	<b>64%</b>	62%	65%	51%	45%	64%	69%	73%	62%	59%	68%
<b>Moins importante</b>	<b>17%</b>	<b>18%</b>	<b>17%</b>	<b>25%</b>	<b>29%</b>	<b>16%</b>	<b>13%</b>	<b>12%</b>	<b>16%</b>	<b>19%</b>	<b>17%</b>

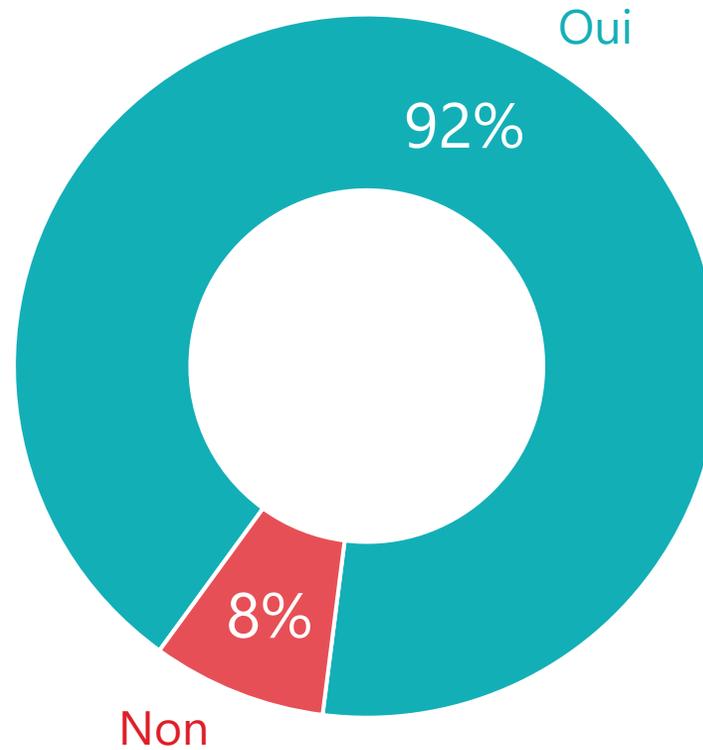


# L'impact du sport sur le vieillissement



1023 personnes

Q. A votre avis, la pratique d'un sport régulier permet-elle de mieux vieillir ?





# L'impact du sport sur le vieillissement



Q. A votre avis, la pratique d'un sport régulier permet-elle de mieux vieillir ?

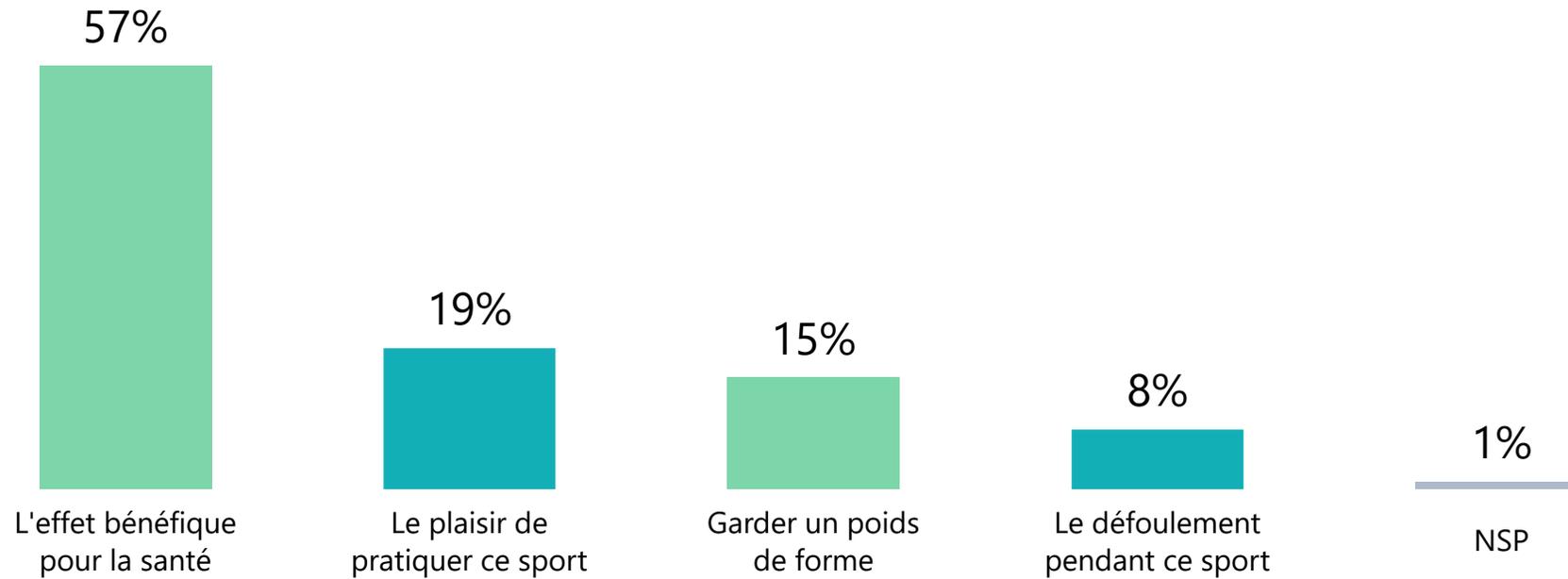
	% Total	Sexe		Âge					Statut		
		Homme	Femme	18-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP +	CSP -	Inactif
Oui	<b>92%</b>	92%	92%	97%	87%	92%	93%	93%	92%	94%	91%
Non	<b>8%</b>	8%	8%	3%	13%	8%	7%	7%	8%	6%	9%



# Les motivations à la pratique d'un sport



Q. Quel est le meilleur argument pour la pratique d'un sport ?





# Les motivations à la pratique d'un sport



Q. Quel est le meilleur argument pour la pratique d'un sport ?

	% Total	Sexe		Âge					Statut		
		Homme	Femme	18-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP +	CSP -	Inactif
L'effet bénéfique pour la santé	<b>57%</b>	55%	58%	57%	42%	54%	60%	65%	58%	52%	59%
Garder un poids de forme	<b>15%</b>	16%	15%	22%	24%	17%	13%	9%	16%	19%	13%
Le plaisir de pratiquer ce sport	<b>19%</b>	22%	17%	12%	19%	17%	22%	20%	17%	19%	19%
Le dévouement pendant ce sport	<b>8%</b>	6%	10%	8%	15%	11%	5%	5%	8%	10%	8%

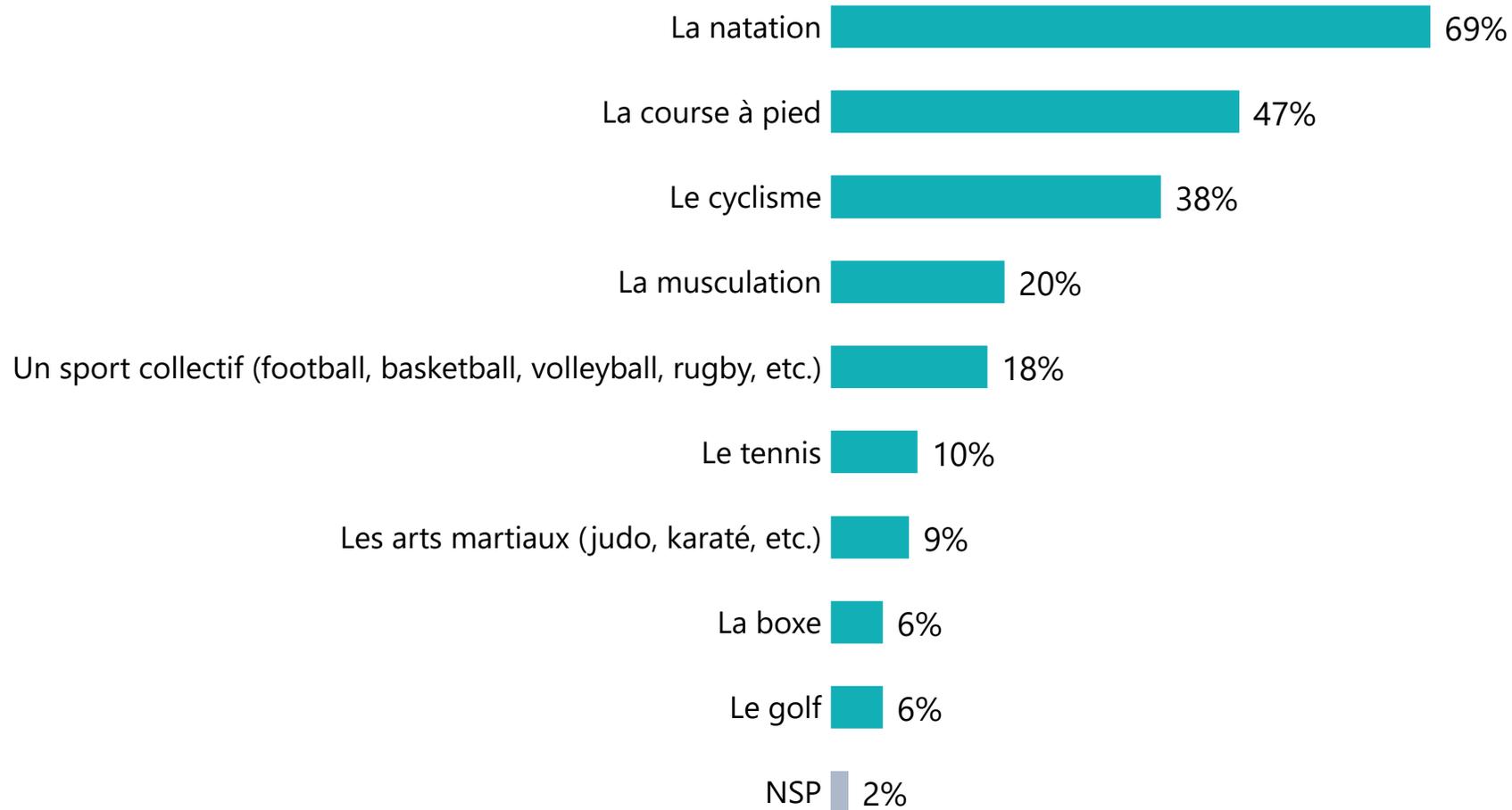


# Les meilleurs sports pour la santé



Q. Selon vous, quels sont les meilleurs sports pour la santé ?

Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100%





# Les meilleurs sports pour la santé



Q. Selon vous, quels sont les meilleurs sports pour la santé ?

Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100%

	% Total	Sexe		Âge					Statut		
		Homme	Femme	18-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP +	CSP -	Inactif
La natation	<b>69%</b>	64%	74%	60%	63%	70%	74%	72%	68%	71%	70%
La course à pied	<b>47%</b>	52%	42%	71%	51%	44%	45%	40%	44%	49%	47%
Le cyclisme	<b>38%</b>	43%	34%	33%	31%	36%	41%	42%	36%	36%	41%
La musculation	<b>20%</b>	17%	23%	46%	26%	18%	15%	12%	20%	22%	17%
Un sport collectif (football, basketball, volleyball, rugby, etc.)	<b>18%</b>	19%	18%	39%	20%	18%	16%	12%	17%	21%	17%
Le tennis	<b>10%</b>	10%	11%	12%	18%	9%	10%	7%	11%	13%	8%
Les arts martiaux (judo, karaté, etc.)	<b>9%</b>	9%	9%	15%	11%	10%	9%	6%	12%	10%	7%
La boxe	<b>6%</b>	5%	7%	17%	10%	4%	4%	2%	5%	9%	4%
Le golf	<b>6%</b>	6%	6%	2%	9%	4%	6%	6%	6%	7%	5%



# Les freins à la pratique du sport



Q. Qu'est-ce qui vous empêche le plus de faire du sport aujourd'hui ?





# Les freins à la pratique du sport



Q. Qu'est-ce qui vous empêche le plus de faire du sport aujourd'hui ?

	% Total	Sexe		Âge					Statut		
		Homme	Femme	18-24 ans	25-34 ans	35-49 ans	50-64 ans	65 ans et plus	CSP +	CSP -	Inactif
L'envie	<b>32%</b>	30%	33%	24%	31%	28%	33%	36%	31%	28%	34%
Un problème de santé	<b>20%</b>	23%	18%	14%	8%	14%	21%	35%	14%	13%	30%
Les contraintes professionnelles	<b>14%</b>	17%	11%	18%	17%	24%	14%	3%	25%	19%	3%
Les contraintes familiales	<b>13%</b>	12%	13%	4%	18%	18%	13%	8%	12%	18%	9%
Le coût du sport	<b>12%</b>	9%	16%	22%	19%	12%	10%	8%	11%	13%	14%
Le manque d'installation sportive	<b>7%</b>	7%	7%	17%	6%	4%	7%	6%	7%	7%	7%



## RENDRE LE MONDE INTELLIGIBLE POUR AGIR AUJOURD'HUI ET IMAGINER DEMAIN

# WE ARE DIGITAL !

**Fondé en 2000 sur cette idée radicalement innovante pour l'époque, OpinionWay a été précurseur dans le renouvellement des pratiques de la profession des études marketing et d'opinion.**

Forte d'une croissance continue depuis sa création, l'entreprise n'a eu de cesse de s'ouvrir vers de nouveaux horizons pour mieux adresser toutes les problématiques marketing et sociétales, en intégrant à ses méthodologies le Social Média Intelligence, l'exploitation de la smart data, les dynamiques créatives de co-construction, les approches communautaires et le storytelling.

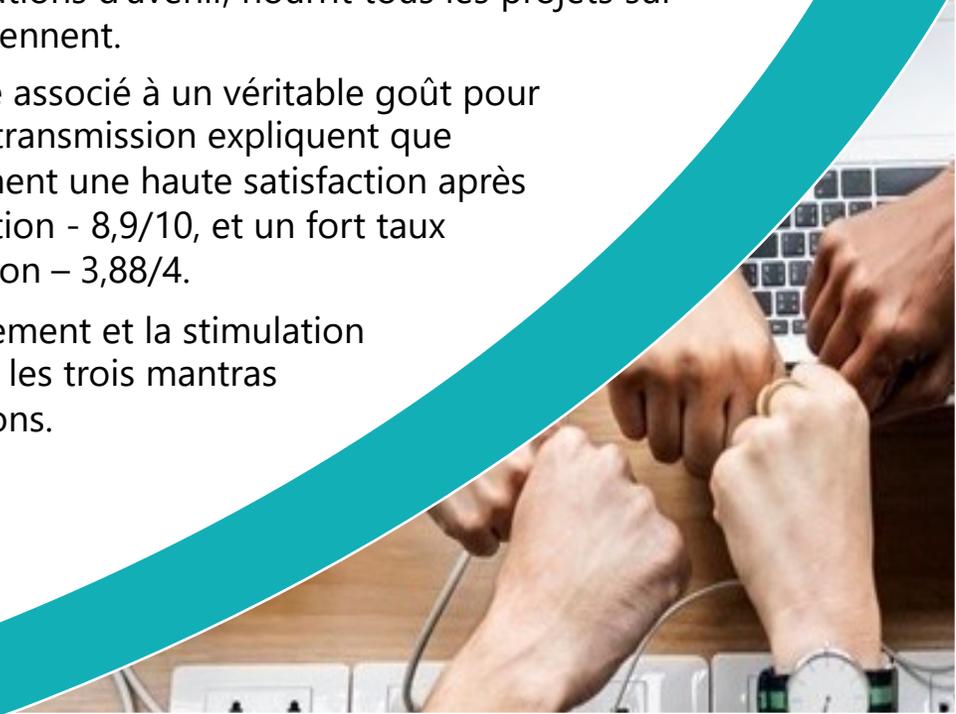
Aujourd'hui OpinionWay poursuit sa dynamique de croissance en s'implantant géographiquement sur des zones à fort potentiel que sont l'Europe de l'Est et l'Afrique.

**C'est la mission qui anime les collaborateurs d'OpinionWay et qui fonde la relation qu'ils tissent avec leurs clients.**

Le plaisir ressenti à apporter les réponses aux questions qu'ils se posent, à réduire l'incertitude sur les décisions à prendre, à tracker les insights pertinents et à co-construire les solutions d'avenir, nourrit tous les projets sur lesquels ils interviennent.

Cet enthousiasme associé à un véritable goût pour l'innovation et la transmission expliquent que nos clients expriment une haute satisfaction après chaque collaboration - 8,9/10, et un fort taux de recommandation – 3,88/4.

Le plaisir, l'engagement et la stimulation intellectuelle sont les trois mantras de nos interventions.





## RESTONS CONNECTÉS !

[www.opinion-way.com](http://www.opinion-way.com)



### Envie d'aller plus loin ?

Recevez chaque semaine nos derniers résultats d'études dans votre boîte mail en vous abonnant à notre

[newsletter !](#)

**“opinionway**

15 place de la République  
75003 Paris

PARIS  
CASABLANCA  
ALGER  
VARSOVIE  
ABIDJAN