



**MINISTÈRE  
CHARGÉ DES SPORTS**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

 **Pôle  
Ressources National  
Sports de Nature**



 **ENQUÊTE**

—  
**SPORTS ET LOISIRS DE NATURE  
EN FRANCE**  
POINTS DE REPÈRE ET CHIFFRES CLÉS  
ISSUS DU BAROMÈTRE SPORT 2018



**CREPS**  
Auvergne-Rhône-Alpes  
Vallon-Pont-d'Arc • Voiron • Lyon

Université Claude Bernard  Lyon 1

Université  
de Strasbourg

**UBO**  
Université de Bretagne Occidentale

 **injep**  
INSTITUT NATIONAL DE LA JEUNESSE  
ET DE L'ÉDUCATION POPULAIRE



Sports et loisirs de nature en France. Points de repère et chiffres clés issus du baromètre sport 2018. [Texte imprimé]. Guillaume Routier, Brice Lefèvre, Olivier Aubel, Thierry Michot. Vallon-Pont-d'Arc : Pôle ressources national sports de nature, 2021. [Enquête, n° 8]

ISBN : 979-10-92485-20-2

---

Pôle ressources national sports de nature  
CREPS Auvergne-Rhône-Alpes, Vallon-Pont-d'Arc (Ardèche)  
Tél. 04 75 88 15 10  
Courriel [info@sportsdenature.gouv.fr](mailto:info@sportsdenature.gouv.fr)  
Web [sportsdenature.gouv.fr](http://sportsdenature.gouv.fr)

---

# SOMMAIRE

Avant-propos	3
1. Contexte	4
2. Volumes et dynamiques outdoor	6
Les grandes tendances	6
La taille des portefeuilles de pratiques	7
3. Les enjeux en matière de politiques publiques	8
« Coloration sociale » des activités outdoor	8
Le sexe des pratiquants	9
Des âges et des pratiques	10
4. Les attentes des pratiquant-e-s de sport de nature	12
Les cadres de pratique	12
Les motivations : santé, détente et plaisir	16
5. Typologie	18
Références	20
Index des figures	20

# AVANT-PROPOS

Depuis 15 ans, le Pôle ressources national sports de nature analyse et diffuse des données d'observation, améliorant ainsi la connaissance dans le domaine des sports et loisirs de nature. Ces travaux d'observation – et les publications qui en découlent – constituent des outils d'aide à la décision dans le cadre de l'élaboration des politiques publiques.

**Connaître les pratiquants et les pratiquantes est un préalable essentiel à la définition d'une stratégie de développement de la pratique sportive.** Le *Baromètre des sports et loisirs de nature en France 2016* a révélé plusieurs données clés, dont ce chiffre : 34,5 millions de personnes pratiquent ces activités.

Depuis 2018, l'actualisation de ces effectifs se fait tous les deux ans grâce à un baromètre national des pratiques sportives, mis en place par l'IN-JEP, en lien avec le ministère des Sports. Dans ce cadre, afin de disposer de données spécifiques aux sports de nature, un traitement secondaire des données issues de l'édition 2018 de ce baromètre a été effectué par le Laboratoire sur les vulnérabilités et l'innovation dans le sport (L-VIS) rattaché à l'UFR Sciences et techniques des activités physiques et sportives (STAPS) de l'Université Claude Bernard Lyon 1.

Ce document présente l'analyse des données relatives aux sports de nature, issues du *Baromètre national des pratiques sportives 2018*. Que ce soit à des fins d'observation, de recherche ou de développement, nous espérons que cette publication vous sera utile.



**Florence Giraud,**  
responsable du  
Pôle ressources national  
sports de nature (PRNSN)

# LES SPORTS ET LOISIRS DE NATURE AU SENS DE L'ENQUÊTE

Les données présentées dans ce document ont été produites à partir du *Baromètre national des pratiques sportives 2018*, réalisé par le Centre de recherche pour l'étude et l'observation des conditions de vie (CRÉDOC) pour le compte du ministère chargé des Sports et de l'Institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire (INJEP). Il s'agit donc d'un traitement secondaire des données dont il convient d'explicitier la procédure<sup>1</sup>.

L'échantillon interrogé par le CRÉDOC est composé de 4 061 personnes âgées de 15 ans et plus et vivant sur le territoire national (France métropolitaine plus régions et départements d'outre-mer, DROM). Deux modes de passation du questionnaire ont été utilisés : autoadministré en ligne (CAWI) pour la France métropolitaine et par téléphone (CATI) dans les DROM. L'échantillon est de type stratifié par région (avec un quota d'au moins 200 personnes par région). Un redressement a été opéré en deux temps : une première étape pour caler les marges avec les variables sexe, âge, profession et catégorie socioprofessionnelle, agglomération et diplôme pour les 16 échantillons régionaux ; puis redressement final afin que chaque région pèse son

poids exact dans la distribution nationale. *In fine*, le jeu initial de données dispose de deux poids : l'un propice à l'analyse régionale, l'autre à l'analyse nationale. C'est ce second poids qui est utilisé dans le cadre des traitements proposés par la présente contribution.

La principale question posée aux répondants était la suivante :

« *Au cours des 12 derniers mois, parmi les activités suivantes, lesquelles avez-vous pratiquées (hors obligations scolaires ou professionnelles), au moins une fois dans l'année ?* »

À partir de cette question toutes les activités pratiquées ont été recensées. Pour chacune d'entre elles, la fréquence de pratique a été précisée (par semaine, mois ou année). *In fine*, ce sont plus de 100 activités différentes qui sont apparues. Elles ont été regroupées en 16 grands blocs pour être étudiées : sports enchaînés ou combinés, course et marche, activités verticales, sports de cycles ou motorisés, sports urbains, sports aquatiques et nautiques, sports d'hiver ou de montagne, équitation, activités de la forme et de la

<sup>1</sup> Pour en savoir plus sur la méthodologie du Baromètre national des pratiques sportives 2018, voir Baromètre national des pratiques sportives 2018. Sandra Hoibian (dir.), Patricia Croutte, Jorg Müller. INJEP, 2019. Notes & rapports



## QU'EST-CE QUE LE BAROMÈTRE SPORT 2018 ?

Le recensement des licences au sein des fédérations sportives – qui plus est des fédérations délégataires des sports de nature – est un outil riche pour comprendre l'évolution de la pratique sportive outdoor des Français-e-s, néanmoins il est insuffisant. En effet, si l'investissement sportif fédéral reste globalement en bonne santé et continue de croître régulièrement, les Français-e-s pratiquent les sports de nature surtout de manière autonome et hors cadre fédéral.

Pour cette raison, les pouvoirs publics ont, depuis longtemps, engagé des enquêtes nationales sur les pratiques physiques et sportives des Français-e-s afin d'appréhender le phénomène dans toute sa complexité (de la pratique la plus institutionnalisée, ascétique et fréquente à la plus autonome, hédonique et ponctuelle). En complément de l'*Enquête nationale sur les pratiques physiques et sportives 2020*, le *Baromètre national des pratiques sportives 2018* s'inscrit dans cette dynamique et ce besoin de connaissances, nécessaires à toute action raisonnée. Ainsi, tous les deux ans, un échantillon d'environ 4 000 Français-e-s doit être interrogé, faisant du baromètre un outil d'observation et d'aide à la décision.

gymnastique, sports de raquette, athlétisme, sports collectifs, arts martiaux et sports de combat, sports aériens, sports de précision ou de cibles, autres activités physiques et sportives. Dans ce cadre, est considérée comme sportive toute personne ayant déclaré au moins une activité au cours des douze derniers mois.

Les sports et loisirs de nature n'étant pas une catégorie à part entière du questionnaire, leurs frontières ont dû être redéfinies *a posteriori* à partir des activités présentes dans le *Baromètre national des pratiques sportives 2018*. *In fine*, ce sont 62 activités qui ont été retenues pour apparaître dans la liste des activités dites « sports et loisirs de nature » (tableau 1). À travers ce choix de formulation, les activités de nature se définissent sur la base d'un critère essentiellement environnemental, c'est-à-dire des activités ayant cours en extérieur et ne nécessitant pas, *a priori*, d'infrastructure spécifique. En cela, bien que se pratiquant en extérieur pour un certain nombre d'entre eux, les sports collectifs sont exclus du fait des infrastructures nécessaires.

De manière plus générale, toutes les activités se réalisant dans des équipements sportifs par « destination » ont été exclues<sup>2</sup>.

2 « Constructions érigées *ex nihilo* expressément ou principalement pour le déroulement de pratiques sportives » (Vigneau, 1998), qu'elles soient permanentes ou temporaires.

Dès lors, dans le cadre du *Baromètre national des pratiques sportives 2018*, pour être qualifiée de « nature », une activité doit en premier lieu se réaliser dans des équipements dits « par appropriation » ou bien « par adaptation »<sup>3</sup>. Cela comprend donc tous les « sites naturels, espaces urbains ou domestiques utilisés, en l'état, pour la pratique » (par exemple une plage ou même encore un parvis de mairie) tout autant que chaque lieu de pratique en milieu naturel « que l'intervention de l'homme a rendu propre à la pratique » (par exemple les sentiers de randonnées ou encore les pistes de ski de fond)<sup>4</sup>.

À cette définition « de base » des sports et loisirs de nature sont venues se greffer d'autres activités (automobile, karting) afin de se rapprocher du champ d'action du PRNSN. En effet, ce dernier s'appuie sur une classification élargie (intégrant notamment toutes les activités de cycles et de sports motorisés) dans tous ses champs d'observation (emploi, pratiquants, développement territorial...). *In fine*, la liste des activités sportives « de nature » retenues révèle la difficulté de produire des contours homogènes pour cette catégorie d'analyse, tant elle fait l'objet d'une mobilisation publique forte<sup>5</sup>.

3 Vigneau, 1998

4 Idem

5 Audinet, et al., 2017

1 Accrobranche, parcours acrobatiques en hauteur	17 Équitation	36 Planche à voile	52 Surf de neige, snowboard
2 Alpinisme (hors ski)	18 Escalade	37 Plongée sous-marine	53 Surf et glisse sur vague, bodyboard
3 Apnée, plongée libre	19 Footing, jogging	38 Rafting	54 Swimrun
4 Aquathlon	20 Karting	39 Randonnée pédestre	55 Trail
5 Automobile	21 Kite surf	40 Raquette à neige	56 Triathlon
6 Avion, ULM	22 Longe côte	41 Roller, trottinette	57 Vélo free style (Trial, Dirt...)
7 Aviron	23 Luge	42 Run and bike	58 Vélo sur route ou cyclotourisme
8 Biathlon	24 Marche athlétique	43 Skateboard	59 Via ferrata
9 BMX	25 Marche nordique	44 Ski alpin, ski freeride, ski freestyle	60 Voile
10 Canoë-kayak et sports de pagaie	26 Moto sur route ou circuit	45 Ski de fond, ski nordique	61 Vol à voile
11 Canyoning	27 Moto tout-terrain, quad	46 Ski de randonnée, ski alpinisme	62 VTT sur piste et chemin
12 Cerf-volant	28 Motonautisme, jet ski	47 Ski nautique, wakeboard	
13 Combiné nordique	29 Motoneige	48 Snorkeling, nage avec palmes	
14 Course d'orientation	30 Nage en eau vive, hydrospeed	49 Spéléologie	
15 Courses ludiques et à obstacles	31 Nage, natation	50 Stand up paddle	
16 Duathlon	32 Parachutisme, base jump	51 Street workout, musculation urbaine	
	33 Parapente, deltaplane		
	34 Parkour, free run		
	35 Pêche sportive		

Tableau 1. Liste des sports et loisirs de nature présents dans le baromètre sport 2018 (par ordre alphabétique)

## LES GRANDES TENDANCES

En premier lieu, rappelons que l'augmentation de la pratique physique et sportive est principalement due à l'augmentation des cycles de vie sportifs ainsi qu'à la féminisation et à une relative démocratisation des activités. Au milieu de ces trois phénomènes, nous observons également une « écologisation »<sup>6</sup> des pratiques correspondant à une augmentation de l'attrait pour l'outdoor. En conséquence, nombre de travaux observent une massification et une diversification de l'outdoor, à l'image de ce qui se passe dans les activités physiques et sportives de manière générale.

Familles d'activités	Taux
Course et marche	40 %
Sports aquatiques et nautiques	20 %
Sports de cycle ou motorisés	18 %
Sport d'hivers et de montagne	8 %
Sports enchaînés ou combinés	6 %
Sports urbains	4 %
Équitation	3 %
Activités verticales	3 %
Sports aériens	2 %

**Tableau 2. Les familles d'activités outdoor les plus pratiquées par les Français-e-s (en %)**

Activités	Taux
Randonnée pédestre	23 %
Nage, natation	17 %
Footing, jogging	16 %
Vélo sur route ou cyclotourisme	10 %
VTT	8 %
Marche nordique et athlétique	8 %
Ski alpin, freeride et freestyle	5 %
Équitation	3 %
Run & Bike	3 %
Roller, trottinette	2 %

**Tableau 3. Les activités outdoor les plus pratiquées par les Français (en %)**

En 2018, selon les premiers résultats du *Baromètre national des pratiques sportives*<sup>7</sup>, 66 % des Français-e-s interrogés déclaraient pratiquer au moins une activité physique ou sportive. Parmi ces derniers, 84 % sont concernés par les sports et loisirs de nature. Ainsi, un peu plus de 4 Français-e-s sur 5 – ayant pratiqué au moins une activité sportive au cours des 12 derniers mois – déclarent avoir pratiqué au moins une activité outdoor, soit 55 % des Français-e-s. Notons également que parmi les « sportifs », 47 % déclarent pratiquer leur activité principale en plein air (36 % en pleine nature et 11 % en « nature urbaine »).

Lorsqu'on s'intéresse aux grandes familles d'activités, et bien que la panoplie des activités soit assez variée (cf. multipratique), les univers les plus prisés sont : marcher, nager, rouler et courir. Ainsi, 40 % des Français-e-s déclarent avoir pratiqué des activités de course ou de marche et 20 % des activités aquatiques ou nautiques, puis 18 % des activités de cycle ou motorisées. L'attrait dont bénéficie une activité telle que le triathlon est le reflet de l'engouement pour ces trois univers de pratique.

La randonnée pédestre est l'activité outdoor la plus prisée (23 %), suivie de la nage et de la natation (17 %), puis de la course à pied (16 %). Viennent ensuite le vélo sur route (10 %) et le VTT (8 %). Cela confirme l'attrait pour les activités relevant des trois « familles » marcher-courir, nager et rouler.

Lorsque l'on réduit le champ de l'enquête aux personnes pratiquant de manière régulière, c'est-à-dire s'investissant au moins une fois par semaine dans au moins une activité outdoor, le taux de pratiquant-e-s tombe à 41 % des Français-e-s. Pour autant, cette évaluation est soumise à de fortes variations selon les disciplines. Ainsi, 73 % des Français-e-s ayant une pratique régulière déclarent pratiquer le footing ou le jogging contre 39 % par exemple pour le roller et la trottinette.

<sup>6</sup> Audinet, et al., 2017

<sup>7</sup> Baromètre national des pratiques sportives 2018. Sandra Hoibian (dir.), Patricia Croutte, Jorg Müller. INJEP, 2019. Notes & rapports

Enfin, parmi les 45 % de Français-e-s n'investissant aucune activité physique et sportive, seulement 20 % émettent le souhait de se remettre au sport.

En effet, il existe un frein socioculturel fort à l'investissement dans des activités physiques et sportives. Nous observons cependant que parmi ces Français-e-s, 55 % déclarent vouloir se remettre au sport en découvrant une activité de nature.

Une fois encore le quatuor nager, marcher, courir, et rouler apparaît comme les domaines d'activité de prédilection puisque 16 % de Français-e-s souhaitant se remettre au sport envisagent de nager, 15 % marcher, 9 % courir et 6 % pédaler.

Activités	Taux
Footing, jogging	73 %
Moto sur route ou circuit	65 %
Marche athlétique et marche nordique	61 %
Vélo sur route ou cyclotourisme	58 %
Trail	51 %
Nage, natation	46 %
Run and bike	44 %
Randonnée pédestre	44 %
VTT	39 %
Roller, trottinette	39 %

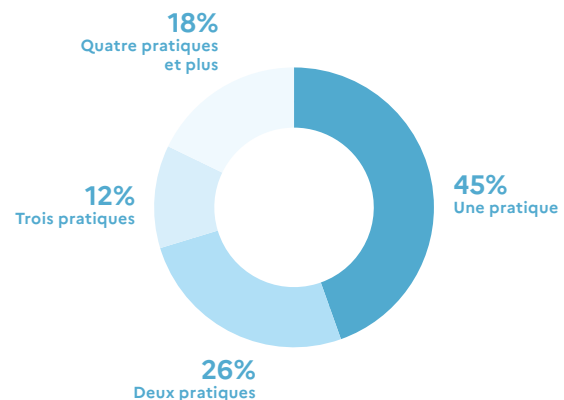
**Tableau 4. Les activités outdoor pratiquées les plus régulièrement (au moins une fois par semaine)**

## LA TAILLE DES PORTEFEUILLES DE PRATIQUES

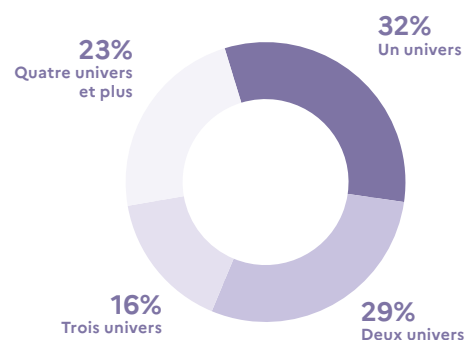
Au-delà du choix de telle ou telle activité, ce qui semble caractériser les Français-e-s est leur portefeuille de pratique car une part non négligeable d'entre eux s'adonnent à plusieurs sports. Ainsi, selon les premiers résultats du baromètre sport (Croutte & Müller, 2018), 29 % des Français-e-s ont pratiqué trois sports ou plus au cours des douze derniers mois. Ce taux atteint 49 % chez les adeptes de sports de nature. Parmi ceux-ci, il est de 66 % chez les moins de 40 ans et de 49 % chez les hommes tout comme chez les femmes.

L'omnivorité est la règle dans le domaine de la nature avec une majorité de pratiquant-e-s (55 %) déclarant deux pratiques de nature et plus. Qui plus est, presque un pratiquant sur cinq verse dans la haute omnivorité avec un minimum de quatre pratiques de nature.

Les univers privilégiés sont logiquement les modalités de la course et de la marche (72 %), les sports aquatiques et nautiques (36 %) ainsi que des sports de cycle ou motorisés. Les adeptes des sports outdoor ne sont pas exclusivement « naturocentrés » car ils s'adonnent aussi aux pratiques de forme (28 %) aux sports de raquettes (18 %) ou encore aux sports collectifs (16 %). Cette réflexion est renforcée par le fait qu'environ 2/3 (soit 68 %) des pratiquant-e-s d'activités physiques de nature pratiquent des activités liées à au moins deux univers et que presque 1/4 (23 %) s'adonnent à des activités rattachées à au moins quatre univers.



**Graphique 5. Nombre d'activités outdoor pratiquées chez les pratiquant-e-s d'outdoor**



**Graphique 6. Nombre d'univers d'activités outdoor investis par les pratiquant-e-s outdoor**

## LA « COLORATION SOCIALE » DES ACTIVITÉS OUTDOOR

La démocratisation des activités physiques et sportives et plus spécifiquement des sports et loisirs outdoor peut être ici entendue comme la réduction des obstacles sociaux ou économiques d'accès à ces activités. Bien que les obstacles puissent être matériels et symboliques, nous ne traiterons ici que des obstacles matériels de type économique. L'indicateur retenu est le revenu des individus.

**Chez les catégories sociales moyennes et inférieures disposant de bas revenus<sup>8</sup>**, cinq activités apparaissent comme caractéristiques : le run and bike, le skate, le BMX, la marche nordique et athlétique et le parkour ou le free run. Par ailleurs, quelques groupes d'activités semblent particulièrement marqués (surreprésentation statistiquement significative) par la présence d'individus issus de ces catégories. Il s'agit des sports dits enchaînés ou combinés (34 %) ainsi que des sports urbains (35 %). À l'inverse, certains blocs d'activités se caractérisent par une sous-représentation de ces individus. Il s'agit des activités hivernales et de montagne (17 %), les activités aquatiques et nautiques (20 %) ou encore la course et la marche (20 %).

**Chez les catégories sociales moyennes et supérieures, disposant de revenus plus élevés**, de nombreuses activités sont pratiquées, notamment la nage avec palmes (ou snorkeling), la randonnée pédestre, le ski alpin ou le ski de fond, l'avion, l'ULM, etc. De manière plus générale, la taille du portefeuille de pratiques de cette catégorie est plus élevée. Parmi les activités typiques surreprésentées dans ce portefeuille global de pratiques, figurent les activités hivernales et de montagne (27 %), les différentes formes de course et de marche (24 %), et les activités aquatiques et nautiques (23 %). Enfin, il est à noter que dans cette catégorie de pratiquants, aucune activité physique et sportive n'apparaît sous-représentée, mettant ainsi en relief le caractère « omnivore » des professions et catégories socio-professionnelles moyennes et supérieures.

8 Définition du niveau de vie de chaque enquêté selon le CRÉDOC : « Celui-ci prend en compte les revenus et la taille du foyer. Ceux dont le niveau de vie est inférieur à 0,7 fois le niveau de vie médian sont qualifiés de bas revenus, ceux dont le niveau de vie est compris entre 0,7 et 1 fois le niveau de vie médian de classe moyenne inférieure, ceux dont le niveau de vie est compris entre 1 et 1,5 fois le niveau de vie médian de classe moyenne supérieure et ceux dont le niveau de vie est supérieur à 1,5 fois le niveau de vie médian de hauts revenus. »

9 Peterson & Simkus, 1992.





## LE SEXE DES PRATIQUANTS

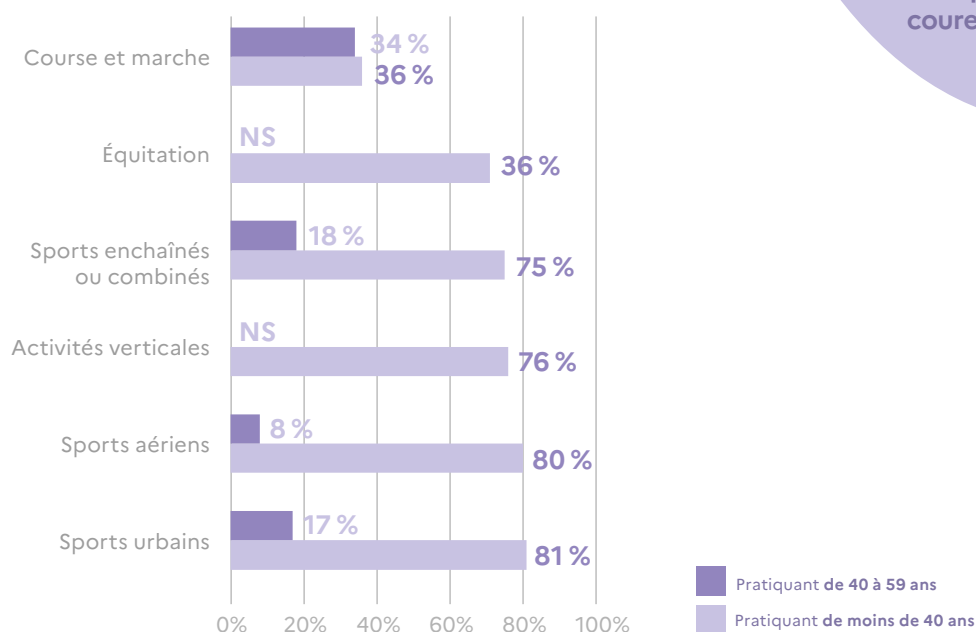
L'outdoor est un champ d'investissement sportif globalement mixte. En effet, 49 % des déclarations d'activités concernent des femmes. Pour autant, il est important de rappeler la définition large de l'investissement sportif dans le cadre du baromètre (au moins une activité au cours des 12 derniers mois). Même en resserrant cette définition autour de la pratique régulière (au moins une fois par semaine), la répartition entre les femmes et les hommes ne change pas. En effet, 49 % des femmes se déclarent pratiquantes régulières. Les activités sont donc relativement mixtes.

Notons cependant que, même en conservant une acception large de l'investissement sportif, de véritables bastions de masculinité persistent ; seule l'équitation semble être une activité typiquement féminine (77 %). Pour les autres activités majoritairement féminines, nous retrouvons, derrière l'équitation, la nage (56 %) et marche (55 %). Inversement, le trail (77 %), la voile (71 %), le VTT (66 %), le vélo (61 %) ou encore le ski alpin (59 %) sont des activités majoritairement masculines.

## DES ÂGES ET DES PRATIQUES

Par tranche d'âge, les plus jeunes (ici identifiés comme ayant moins de 40 ans) s'investissent plus dans le footing/jogging, le skateboard, le run and bike ou encore l'équitation. Cette tranche d'âge est surreprésentée dans ces disciplines, mais ne l'est pas dans la famille de la course et de la marche (graphique 7). Les moins de 40 ans sont une catégorie de population disposant d'un portefeuille de pratiques important et dénotant une certaine « omnivorité ».

Parmi les 40-59 ans, les activités les plus pratiquées sont la randonnée pédestre, la nage, natation ainsi que le vélo. À l'inverse des moins de 40 ans, les 40-49 ans sont surreprésentés parmi les coureurs et les marcheurs et largement sous-représentés dans d'autres blocs d'activités tels que les sports enchaînés, les sports urbains ou encore les sports aériens.



**Graphique 7. Proportion de pratiquant-e-s de moins de 40 ans et de 40 à 59 ans dans les différentes familles d'activité outdoor**

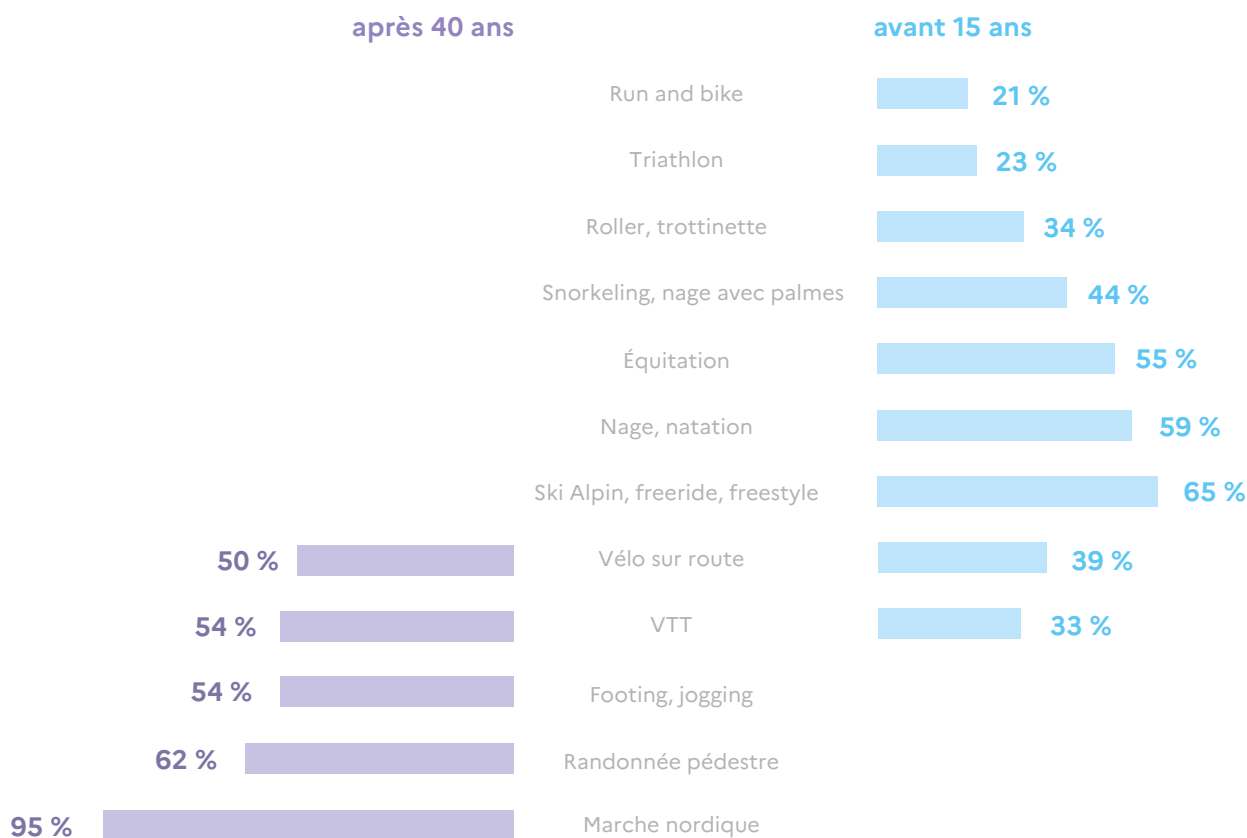
NS : Non sondé

Enfin, chez les 60 ans et plus, les activités privilégiées sont la randonnée pédestre, la marche nordique ou encore la pratique de la raquette à neige. Nous observons également une forte surreprésentation parmi les marcheurs et coureurs (surreprésentation essentiellement produite par la marche ici) et une nette sous-représentation dans presque tous les autres univers d'activité. De manière assez logique, le constat global est celui d'une propension à l'investissement dans les pratiques relativement risquées et intenses physiquement, qui décroît avec l'âge.

Lorsque l'on analyse l'investissement sportif dans les sports outdoor en termes d'âge, il est intéressant d'observer à quel âge les pratiquant-e-s de telle ou telle activité commencent.

Le ski alpin, le freeride ou freestyle, la nage, la natation ou encore l'équitation font partie des activités que l'on commence très jeune (graphique 8). Notons que l'enquête sur les pratiques physiques et sportives de 2010 avait permis d'identifier que plus on commençait tôt une activité, plus on avait de chance de continuer cette activité par la suite.

Enfin, lorsque l'on s'intéresse aux individus de plus de 60 ans ayant commencé une activité à partir de 40 ans, nous retrouvons pour l'essentiel les activités déclarées par les plus anciens telles que la marche nordique et la randonnée pédestre.



Graphique 8. Proportions d'individus de plus de 60 ans ayant commencé l'activité après 40 ans et d'individus ayant commencé l'activité avant 15 ans

## LES CADRES DE PRATIQUE

Bien que dépendant de l'offre disponible sur le marché, l'analyse des cadres de pratique permet une première appréhension des attentes en termes d'investissement.

Quelques explications doivent cependant être apportées pour bien comprendre le sens des données discutées ci-après. Les résultats présentés sont issus de la question suivante :

« Dans quel cadre avez-vous principalement pratiqué < NOM DE L'ACTIVITÉ > ? En premier ? En second ? »

Cinq cadres de pratique étaient ensuite proposés (club/association, structure commerciale, application communautaire, youtubeur/tutoriel web et pratique autonome). Il s'agit donc pour les répondants de déclarer les deux principaux cadres de pratiques pour chacune des activités ayant été déclarées. Tous les résultats présentés correspondent à la catégorie des pratiquants réguliers, c'est-à-dire ayant déclaré un investissement à hauteur d'au moins une fois par semaine, dans au moins une activité physique et sportive.

Activités	Taux
Triathlon	75 %
Équitation	71 %
Run and bike	59 %
Roller	43 %
Snorkeling, nage avec palmes	31 %
Ski alpin, freeride, freestyle	30 %
Nage, natation	23 %
Marche nordique	23 %
VTT	21 %
Footing, jogging	19 %
Vélo sur route, cyclotourisme	15 %
Randonnée pédestre	11 %

**Tableau 10. Taux de pratiquants faisant appel à un encadrant (12 activités issues des univers sports de nature les plus prisés)**

Activités	Taux
Randonnée pédestre	92 %
Ski alpin, ski freeride, ski freestyle	92 %
Vélo sur route ou cyclotourisme	91 %
Marche athlétique	89 %
Footing, jogging	87 %
VTT	86 %
Marche nordique	82 %
Nage, natation	81 %
Roller, trottinette	73 %
Snorkeling, nage avec palmes	73 %
Moto sur route ou circuit	64 %
Run and bike	48 %
Équitation	35 %
Triathlon	20 %
Tir à l'arc	10 %

**Tableau 9. Taux de pratiquants autonomes parmi différentes activités outdoor**

À l'image de ce qu'ils sont, sur le plan historique, les sports et loisirs outdoor peuvent aujourd'hui encore être décrits comme des pratiques libres ou autonomes (tableau 9). En effet, 82 % des pratiquants réguliers de ces activités déclarent au moins une pratique d'activité autonome. Par ailleurs, seulement 26 % des pratiquants réguliers (qui pratiquent au moins une fois par semaine) font appel à un éducateur, contre 60 % chez les pratiquants réguliers d'activités exclusivement non outdoor.

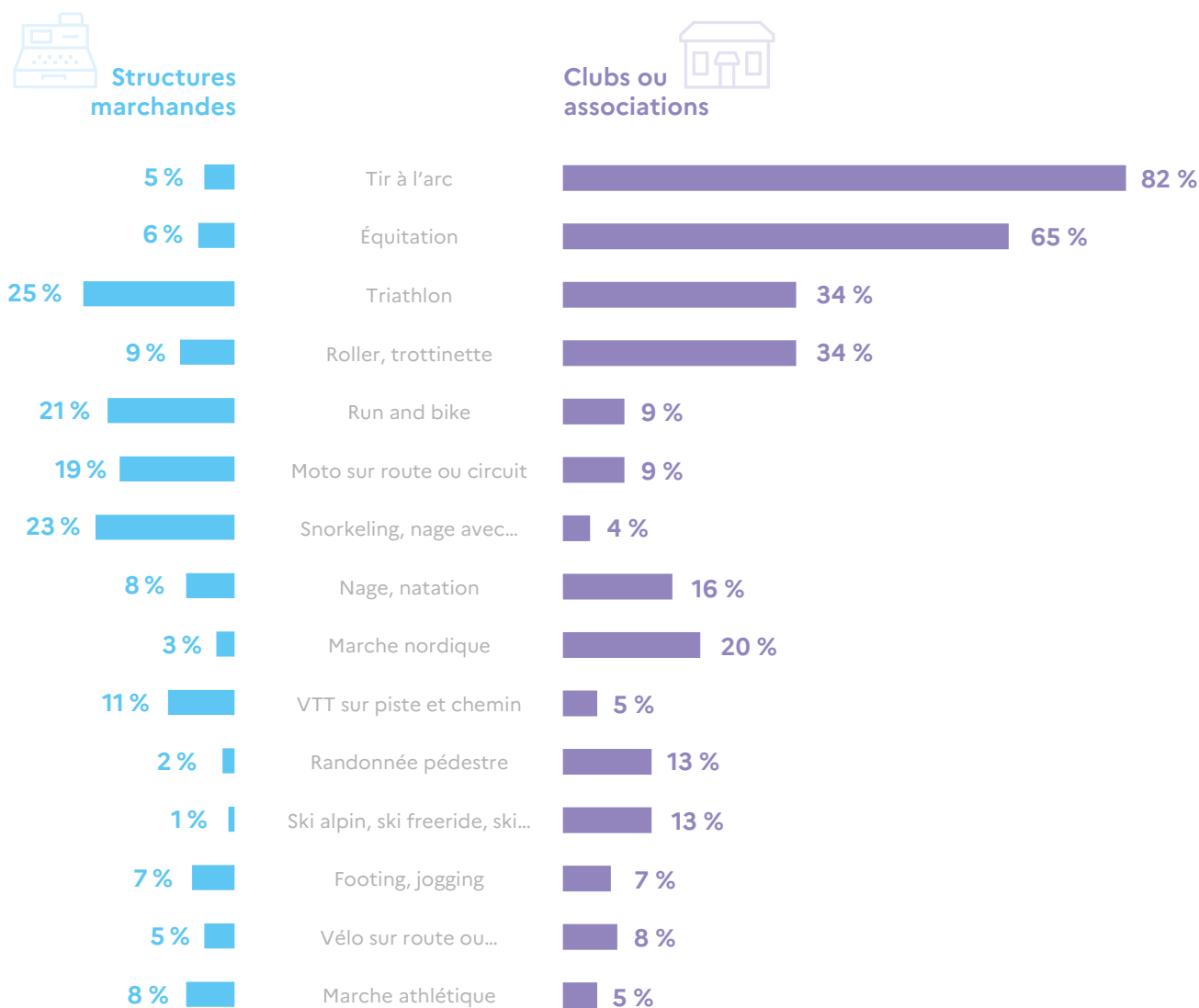
Pour autant, une fois encore, une grande variabilité apparaît selon les familles d'activités ou les activités elles-mêmes (tableau 10) puisque 75 % des adeptes du triathlon ou encore 71 % des cavaliers font appel à un encadrement pour pratiquer leurs activités de nature. À l'inverse, seuls 11 % des pratiquant-e-s de la randonnée pédestre déclarent pratiquer de manière encadrée.

L'autonomie et la liberté caractérisant les activités outdoor se manifestent également dans le degré d'investissement de leurs adeptes dans des clubs. En effet, seuls 13 % des pratiquant·e·s d'activités outdoor déclarent pratiquer dans le cadre d'un club contre 40 % des pratiquant·e·s non outdoor.

Ainsi, lorsque l'on agrège la pratique en club et association (graphique 11), apparaissent des activités telles que le tir à l'arc ou l'équitation qui se pratiquent majoritairement en structure de type club ou association (respectivement à 82 % et 65 %).

Ces deux activités se détachent fortement des autres puisque le troisième groupe d'activités – en ce qui concerne la pratique en dans le cadre d'un club ou d'une association – est le couple roller, trottinette et triathlon avec 34 %.

Lorsqu'il s'agit de pratiquer spécifiquement dans un club ou une structure privée marchande ce sont le triathlon, le snorkeling et nage avec palmes ou encore le run and bike qui drainent le plus avec respectivement 25 %, 23 % et 21 % de pratiquant·e·s.



Graphique 11. La pratique des activités outdoor en club ou association



Si pratiquer une activité physique ou sportive dans une structure privée marchande ou non marchande semble être courant aujourd’hui, il existe désormais d’autres cadres rendus possibles par le numérique et proposant à la fois un accompagnement et de l’autonomie aux pratiquant·e·s. Ainsi, le *Baromètre national des pratiques sportives 2018* permet d’évaluer l’investissement sportif des Français·e·s suivant sur le web des tutoriels ou des youtubeurs ou encore utilisant des applications communautaires.

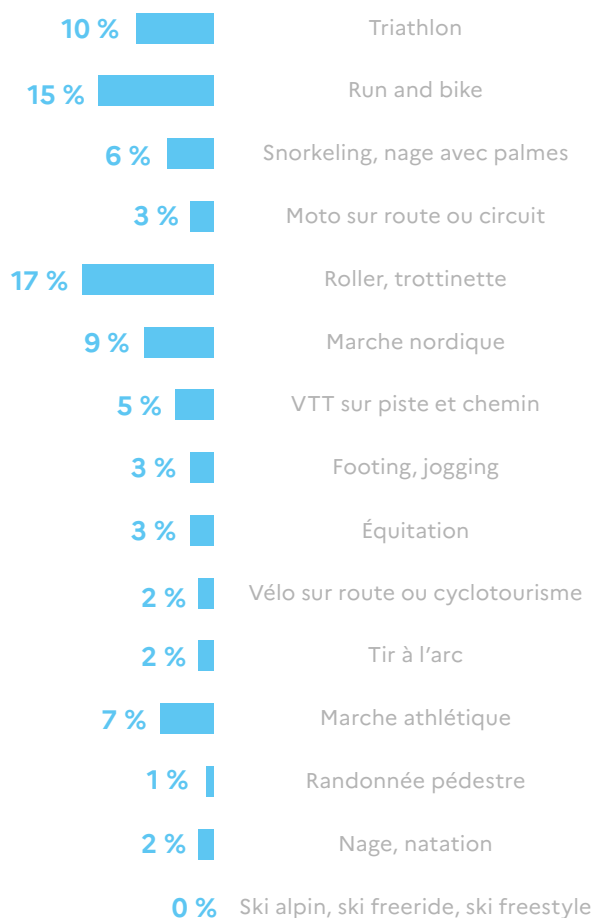
Les adeptes de l’outdoor ne sont pas de gros consommateurs de tutoriels ou de chaînes YouTube (graphique 12), du moins pour leurs activités outdoor. En effet, contrairement au fitness ou au yoga par exemple, les activités outdoor ne se prêtent pas naturellement à ce

type de cadre de pratique. Nous retrouvons ainsi, chez les individus qui pratiquent régulièrement les activités outdoor, le roller et la trottinette à hauteur de 17 %, suivis du run and bike (15 %) et du triathlon (10 %). Il est important de rappeler que ne sont ici traitées que les données portant sur les 62 activités outdoor précitées.

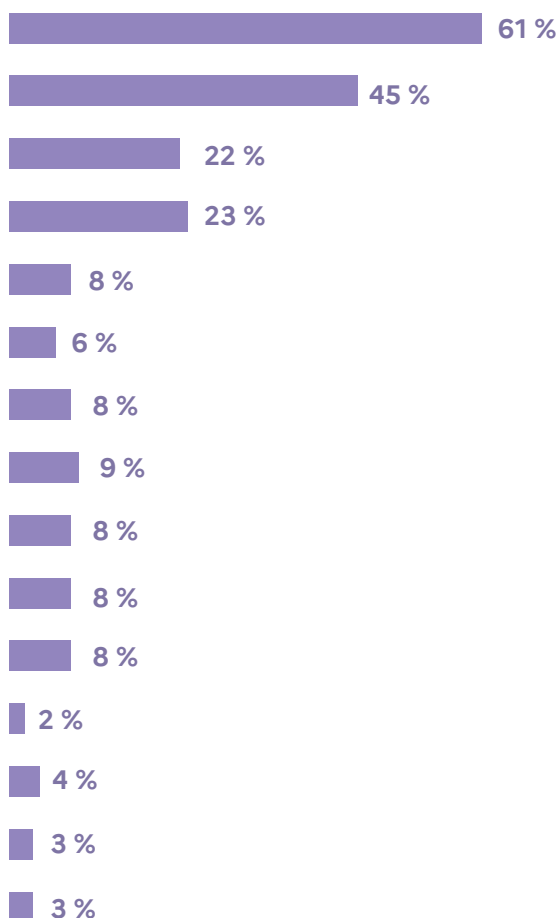
Concernant les applications communautaires, l’usage est davantage développé. Ainsi, 61 % des triathlètes réguliers déclarent avoir utilisé une application communautaire au cours des douze derniers mois et ce quel que soit le rang où elles apparaissent (c’est-à-dire de manière principale ou secondaire). Viennent ensuite les adeptes du run and bike (45 %), de la moto sur route ou circuit (23 %) ou encore du snorkeling et de la nage avec palmes (22 %).



**Tutoriels et suivi de youtubeurs**



**Applications communautaires**

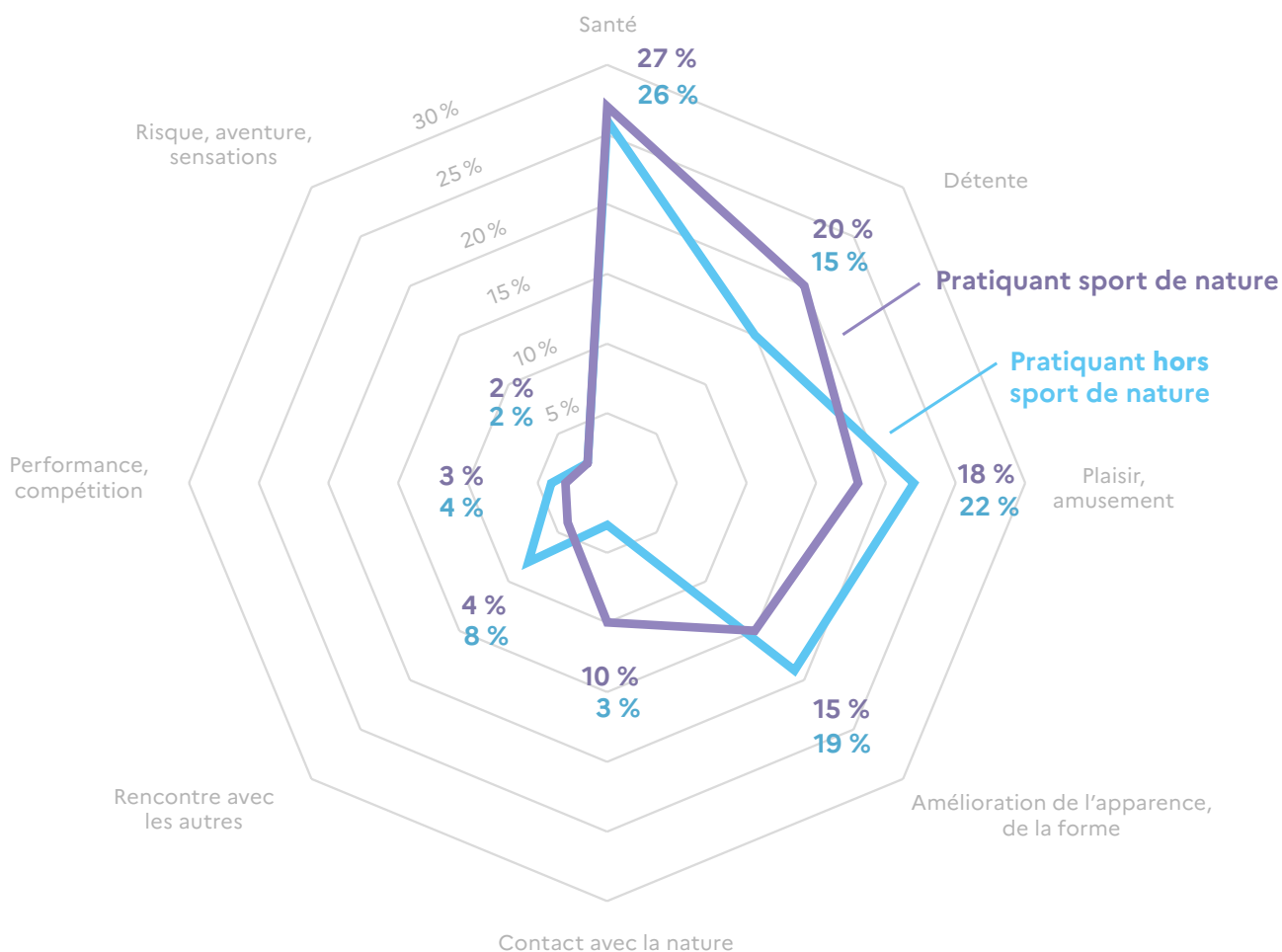


**Graphique 12. Les usages de tutoriels en ligne ou le suivi de Youtubeurs et des applications communautaires**

## LES MOTIVATIONS : SANTÉ, DÉTENTE ET PLAISIR

Au regard du degré de massification et de diffusion des activités sportives de nature, nous retrouvons les mêmes motivations de premier rang chez les pratiquantes et pratiquants de ces activités que chez les adeptes d'activités physiques et sportives de manière générale.

Ainsi, en cohérence avec la montée en puissance d'une forme d'hédonisme sportif, la santé (27 %), la détente (20 %) et le plaisir/amusement (18 %) sont les principales motivations déclarées pour s'investir dans une activité de nature (à l'image des activités non outdoor). L'amélioration de l'apparence, de la forme (15 %) et le contact avec la nature (10 %) sont citées, avec une large surreprésentation de cette dernière motivation parmi les adeptes des sports de nature.



Graphique 13. Motivations des pratiquants et des pratiquantes de sports de nature et hors sports de nature (en % cumulés)

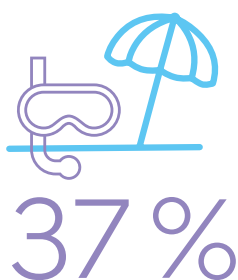




## TYPOLOGIE DU PRATIQUANT OUTDOOR

À travers les déclarations de pratiques sportives de nature, plusieurs familles de pratiquants peuvent être identifiées. La typologie proposée est construite à partir des huit motivations suivantes<sup>10</sup> : 1) la santé ; 2) le risque, l'aventure, les sensations ; 3) l'amélioration de votre apparence, de votre forme ; 4) le plaisir, l'amusement ; 5) la détente ; 6) la performance, la compétition ; 7) la rencontre avec les autres ; 8) le contact avec la nature. Cinq grandes familles ont émergé : les hédonistes, les omnivores, les randonneurs, les performeurs et les voraces.

### Les hédonistes



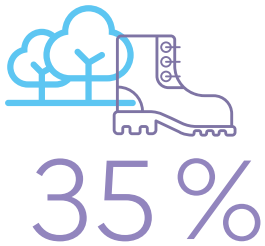
Le profil d'adeptes de l'outdoor le plus répandu est sans grande surprise celui des hédonistes. **37 % des pratiquant·e·s outdoor appartiennent à cette catégorie.** Ainsi, pour les Français·e·s s'adonnant à au moins une activité physique ou sportive de nature, l'outdoor rime avec plaisir et détente quel que soit leur âge, leur sexe ou encore leur origine sociale. En d'autres termes, cette catégorie de motivation dépasse les caractéristiques sociales. L'hédoniste s'engage dans 4 activités outdoor par an en moyenne ; en cela il est dans la moyenne. Parmi les activités les plus représentatives, nous trouvons les deux grandes familles que sont les sports aquatiques et les modalités du cyclisme ou de la moto. Ainsi, afin d'assouvir **son désir de plaisir et de détente**, l'hédoniste s'oriente vers la nage, l'apnée, la plongée libre, la nage en eau vive ou encore le vélo sur route, le vélo tout-terrain et même la moto.

### Les omnivores

L'omnivore est une catégorie régulièrement identifiée dans les travaux récents, centrés sur l'investissement dans les activités physiques et sportives à travers le monde ). **Les omnivores représentent 15 % des adeptes de l'outdoor.** L'omnivorité sportive consiste à s'investir et profiter d'une grande variété de styles sportifs. Cette manière de s'investir dans le sport – et plus particulièrement dans les sports outdoor – touche surtout des jeunes issus des classes moyennes et supérieures. En moyenne, ils pratiquent six activités. Parmi celles-ci, nous retrouvons, conformément à l'appellation donnée, une grande variété d'univers tels que les sports d'hiver (notamment le ski alpin), l'équitation, l'ensemble des activités verticales (par exemple l'accrobranche), les sports de cycles, les sports aquatiques et nautiques (dont la nage) ou encore le footing et le jogging. À travers cette variété d'activités investies, **une seule motivation tend à ressortir, le plaisir.** L'omnivore est en ce sens un hédoniste.



<sup>10</sup> La question posée est la suivante : « Diriez-vous qu'en pratiquant une activité physique ou sportive, vous recherchez... ». Les répondants pouvaient choisir deux réponses, qu'ils devaient hiérarchiser.



## Les randonneurs

Le profil identifié sous l'appellation randonneur représente **35 % des adeptes de l'outdoor**. Cependant, le randonneur est avant tout une randonneuse, âgée de 60 ans et plus, issue des catégories sociales plutôt inférieures. À l'image des catégories « populaires », la randonneuse dispose d'un portefeuille de pratique sous la moyenne, avec 2 activités outdoor déclarées. Parmi ces activités, nous retrouvons essentiellement des activités de marche telles que la randonnée pédestre, la marche nordique ou encore la marche athlétique, et avec pour **motivations premières, la santé et le contact avec la nature**.

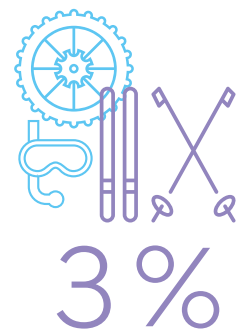


## Les performeurs

Si la performance n'est pas la motivation la plus répandue parmi les pratiquant-e-s d'activités outdoor, elle n'est pour autant pas inexistante. Ainsi, bien que principalement attirés par la santé, le bien-être, **10 % des pratiquant-e-s de l'outdoor sont de véritables compétiteur-trice-s**. Ces performeurs sont pour l'essentiel des hommes, de moins de 40 ans, attirés par les activités dites enchaînées telles que le run and bike, le triathlon, l'aquathlon ou bien par les sports urbains (roller, vélo freestyle, parkour ou Freerun). Les performeurs sont en plus des consommateurs d'activités sportives au-dessus de la moyenne avec quatre activités déclarées en moyenne. **Leur motivation, en plus de la recherche de performance, est l'aventure**.

## Les voraces

Bien que peu représenté et représentatif des pratiquant-e-s d'activités sportives de nature, le profil du vorace (3 %) n'en est pas moins l'expression d'une tendance dans certaines franges de population, et plus particulièrement les moins de 40 ans, qu'il s'agisse de femmes ou d'hommes. **À hauteur de 3 %, ils sont en quelque sorte des omnivores extrêmes dans la mesure où ils cumulent à la fois un portefeuille de pratique bien garni et une variété d'activités**. En effet, ces pratiquant-e-s s'engagent dans pas moins de 15 activités de nature différentes par an avec pour principales motivations l'aventure et les rencontres. Parmi la grande quantité d'activités qu'ils investissent, nous retrouvons principalement l'équitation, les sports urbains, les activités verticales, les sports d'hiver, les sports aériens, les sports enchaînés ou combinés, les sports de cycles ou encore les sports aquatiques ou nautiques. En d'autres termes, il s'agit de sportifs et de sportives qui cherchent **à découvrir un maximum d'activités de nature en passant d'une activité à l'autre, au gré des circonstances et de leurs déplacements** (notamment en vacances).



# RÉFÉRENCES

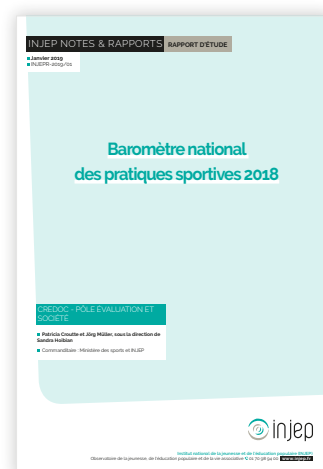
AUDINET, Laetitia ; GUIBERT, Christophe ; SÉBILEAU, Arnaud. Les « sports de nature ». Une catégorie de l'action politique en question. Éditions du croquant, 2017

LEFÈVRE, Brice ; ROUTIER, Guillaume ; LLOPIS-GOIG, Ramon. Sports participation in France and Spain: An international comparison of voraciousness for sport. Poetics, 2020.

PETERSON, R. A. ; SIMKUS, A. How musical tastes mark occupational status groups. In Cultivating Differences, 1992, p. 152-168. University of Chicago Press

POCIELLO, Christian. Les cultures sportives. Presses Universitaires de France, 1999

VIGNEAU, François. Les espaces du sport. Presses Universitaires de France, 1998



CROUTTE, Patricia ; MÜLLER, Jorg ; HOIBIAN, Sandra (dir.). Baromètre national des pratiques sportives 2018. INJEP, 2019.

# INDEX DES FIGURES

<b>Tableau 1 :</b> Liste des sports et loisirs de nature présents dans le baromètre sport 2018	4
<b>Tableau 2 :</b> Les familles d'activités outdoor les plus pratiquées par les Français-es	6
<b>Tableau 3 :</b> Les activités outdoor les plus pratiquées par les Français-es	6
<b>Tableau 4 :</b> Les activités outdoor pratiquées les plus régulièrement (au moins une fois par semaine)	7
<b>Graphique 5 :</b> Nombre d'activités outdoor pratiquées chez les pratiquant-e-s d'outdoor	7
<b>Graphique 6 :</b> Nombre d'univers d'activités outdoor investis par les pratiquant-e-s outdoor	7
<b>Graphique 7 :</b> Proportion de pratiquant-e-s de moins de 40 ans et de 40 à 59 ans dans les différentes familles d'activité outdoor	10
<b>Graphique 8 :</b> Proportions d'individus de plus de 60 ans ayant commencé l'activité après 40 ans et d'individus ayant commencé l'activité avant 15 ans	11
<b>Tableau 9.</b> Taux de pratiquant-e-s autonomes parmi différentes activités outdoor	12
<b>Tableau 10.</b> Taux de pratiquants faisant appel à un encadrant (12 activités issues des univers sports de nature les plus prisés)	12
<b>Graphique 11.</b> La pratique des activités outdoor en club ou association	
<b>Graphique 12.</b> Les usages de tutoriels en ligne ou le suivi de Youtubeurs et des applications communautaires	15
<b>Graphique 13.</b> Motivations des pratiquants et des pratiquantes de sports de nature et hors sports de nature	16

# MENTIONS DE RESPONSABILITÉ

## Coordination

Guillaume Routier (Université Claude Bernard Lyon 1, Laboratoire sur les Vulnérabilités et l'Innovation dans le Sport)

## Rédaction

Guillaume Routier et Brice Lefèvre (Université Claude Bernard Lyon 1, Laboratoire sur les Vulnérabilités et l'Innovation dans le Sport)

Olivier Aubel (Université de Strasbourg)

Thierry Michot (Université de Bretagne Occidentale, Laboratoire d'études et de recherche en sociologie)

## Révision linguistique et suivi éditorial

Émilie Lemaistre (Pôle ressources national sports de nature)

## Conception graphique et mise en page

Frédéric Tomczak (Pôle ressources national sports de nature)

## Crédits

Couverture : Adobe Stock / Alexander Rochau

p.2 : Adobe Stock / girodjl

p.3 : Florence Giraud

p.9 : Adobe Stock / yanlev

p.14 : Adobe Stock / Abigail Marie

p.17 : Adobe Stock / NDABCREATIVITY



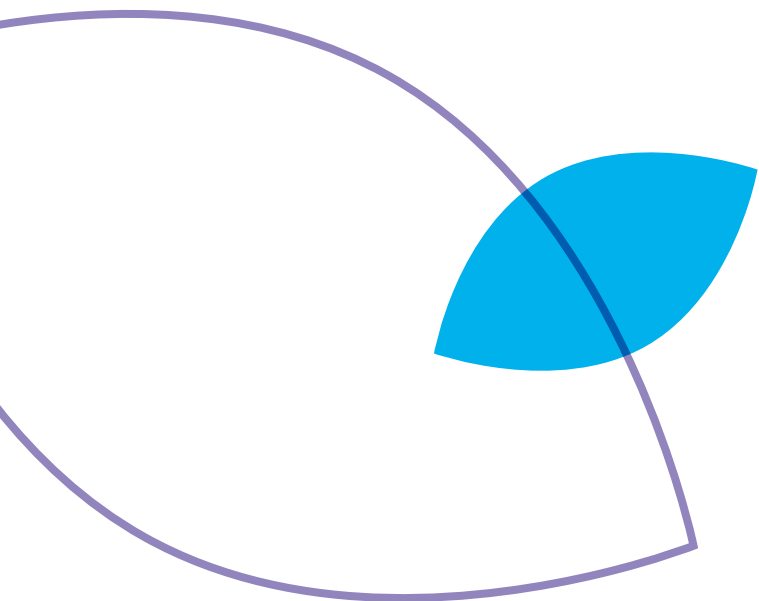
Étude réalisée avec le soutien financier de l'Institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire

## Comité scientifique du Baromètre national des pratiques sportives 2018

Nadine Richard, Howard Vazquez, Stéphane Zimmer (direction des Sports), Christophe Martinez (Pôle ressources national sports de nature), Thibaut de Saint Pol (INJEP), Geoffrey Lefebvre, Bruno Dietsch, Brice Lefèvre (INJEP-MEOS), Guillaume Routier et Brice Lefèvre (Université Claude Bernard Lyon 1, Laboratoire sur les Vulnérabilités et l'Innovation dans le Sport[L-VIS]), Olivier Aubel (Université de Strasbourg), Thierry Michot (Université de Bretagne Occidentale, Laboratoire d'études et de recherche en sociologie)







## Quelles sont les activités outdoor les plus pratiquées, les univers les plus prisés ? Qui sont les adeptes des sports de nature ?

Les pouvoirs publics mènent, depuis longtemps, des enquêtes sur la pratique physique et sportive des Français-e-s, pour mieux appréhender ce phénomène dans toute sa complexité. Afin de disposer de données spécifiques aux sports de nature, un traitement secondaire des données issues du Baromètre national des pratiques sportives 2018 a été effectué par le Laboratoire sur les vulnérabilités et l'innovation dans le sport de l'Université Claude Bernard, Lyon 1.

Tendances, attentes et profils des adeptes des activités outdoor, c'est ce que révèle leur analyse, ici présentée. Ce document s'adresse à toute personne recherchant des données sur les pratiquant-e-s des sports de nature à des fins d'observation, de recherche ou de développement.