

# La pratique sportive des seniors en Île-de-France



04 février 2016

# Plan de la présentation

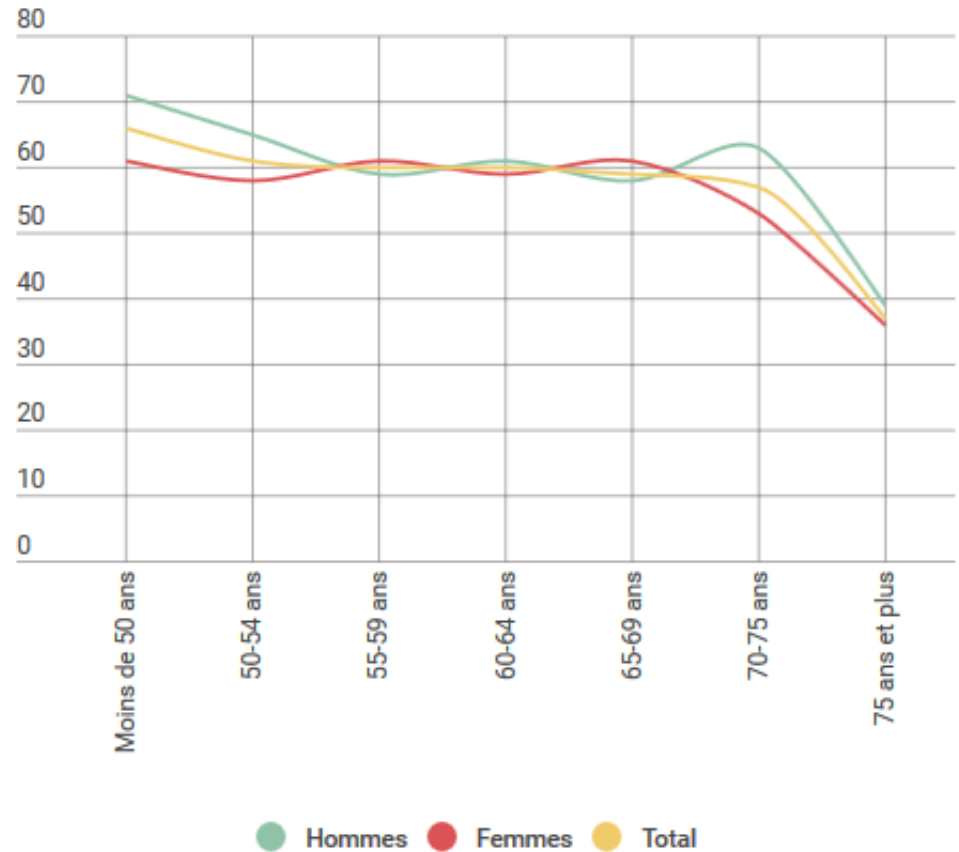
- Combien de seniors pratiquent ?**
- Qui pratique parmi les seniors ?**
- Quelles sont les motivations de leur pratique ?**
- Quelles sont les raisons de leur non pratique ?**
- Que pratiquent les seniors ?**
- Comment pratiquent-ils ?**
- Quels sont leurs souhaits ?**
- Quelles tendances pour les prochaines décennies?**

# Combien de seniors pratiquent ?

## Population des 55 ans et plus

- ❑ 1,6 millions de sportifs réguliers
- ❑ 700 000 pratiquants occasionnels
- ❑ 600 000 non pratiquants

Taux de pratique sportive régulière selon l'âge et le sexe



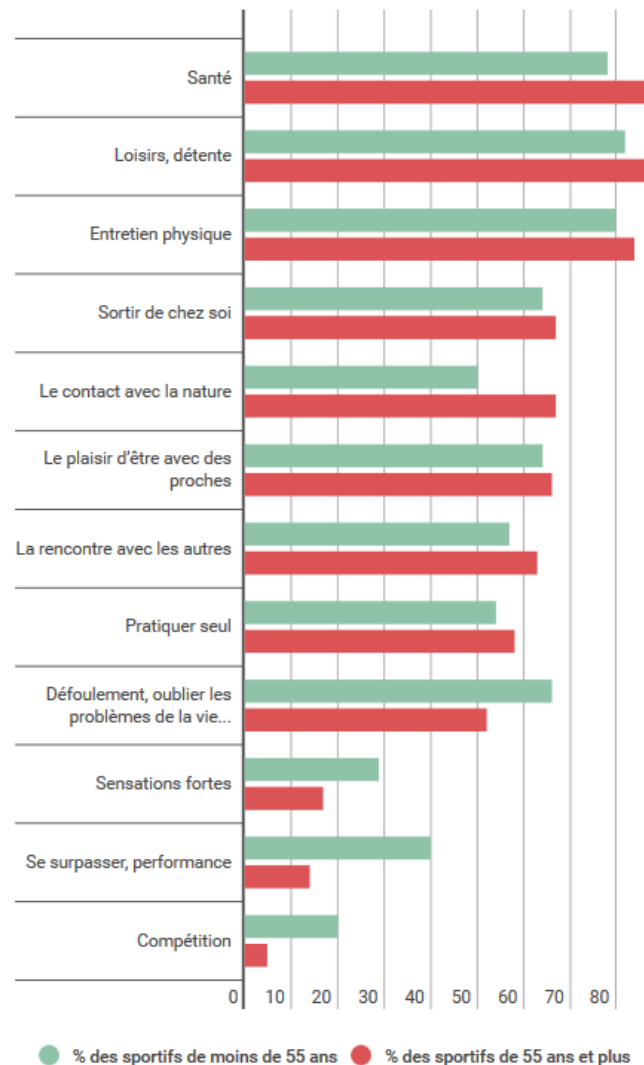
## Qui sont les pratiquants ?

- ❑ Niveau d'études, niveau de vie, activité professionnelle et lieu de résidence jouent sur la pratique sportive

Profil 55 ans et plus	% sportifs
Hommes	55
Femmes	53
Inf au bac	45
Sup au bac	62
Ouvrier, employé	47
Cadre, prof inter	59
Actifs (55-64 ans)	58
Retraités (55-64 ans)	65
Moins de 1 500 €	35
Entre 1 500 et 3 000 €	51
Entre 3 000 et 6 000 €	61
Plus de 6 000 €	72
Paris	54
Hauts-de-Seine	55
Seine-Saint-Denis	49
Val-de-Marne	53
Seine-et- Marne	55
Yvelines	56
Essonne	58
Val-d'Oise	52
<b>Ensemble</b>	<b>54</b>

# Quelles sont les motivations de la pratique ?

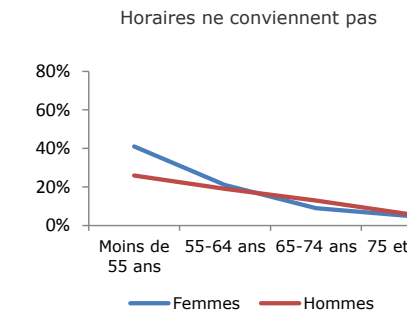
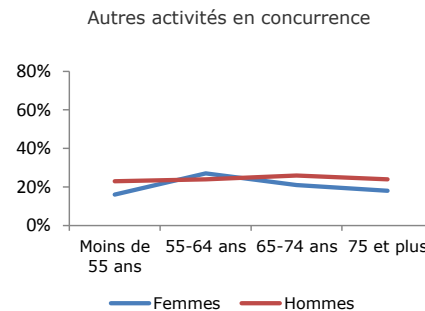
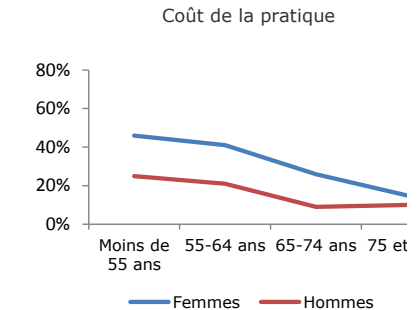
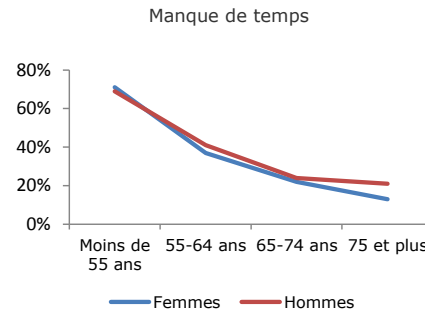
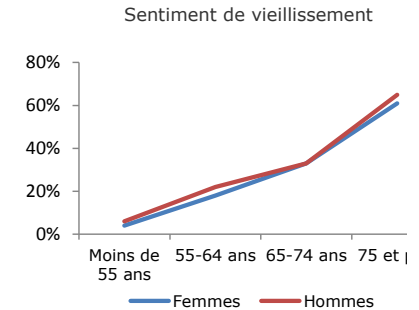
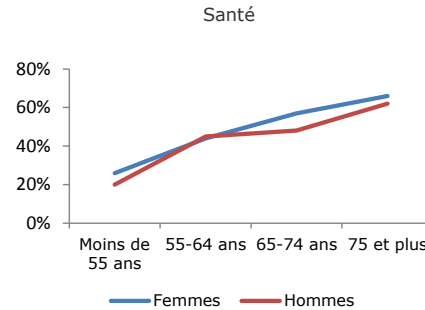
- ❑ La santé, la rencontre avec les autres et le contact avec la nature sont des motivations qui ressortent chez les seniors
- ❑ Les sensations fortes, la compétition et la performance sont moins citées



# Quelles sont les raisons de la non pratique ?

☐ Avec l'avancée en âge, la santé et le sentiment de vieillissement affectent la pratique sportive

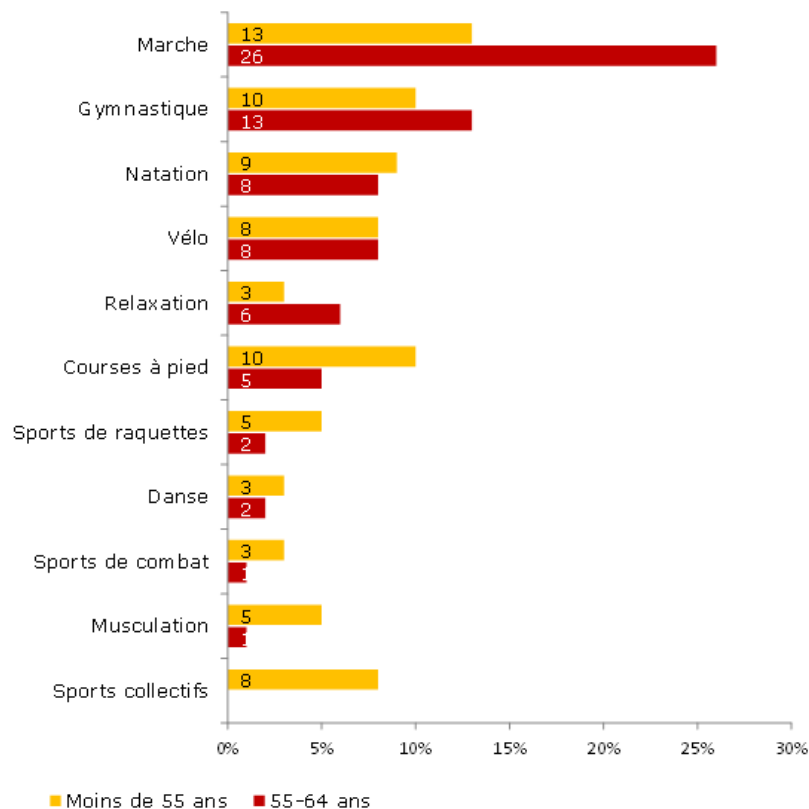
☐ Avec l'arrivée de l'âge à la retraite le manque de temps, les contraintes horaires ou le coût de la pratique ne sont plus des obstacles majeurs à la pratique



# Que pratiquent les seniors ?

- ❑ Marche, gym, natation, vélo et relaxation
- ❑ Les sports collectifs ont disparu
- ❑ Avec l'âge la palette des activités se rétrécit et la mono activité concerne de plus en plus de personnes

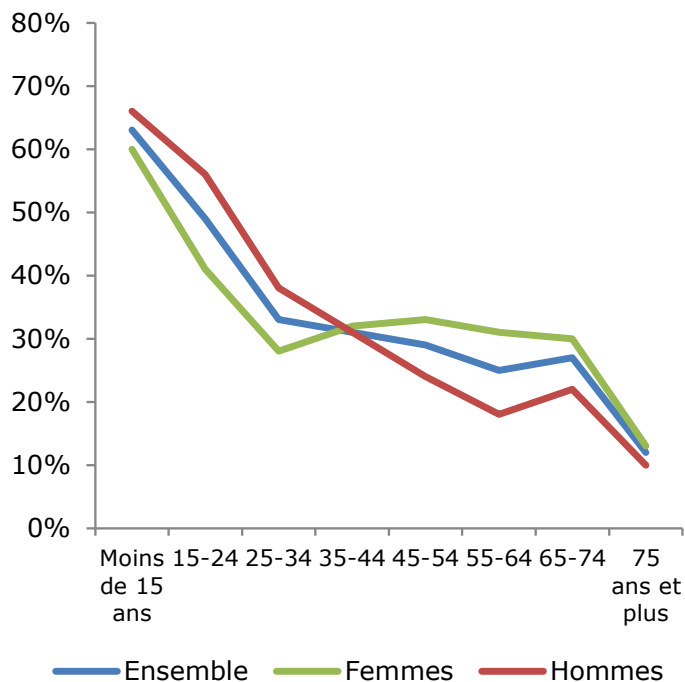
Les principales disciplines régulières des 55-64 ans



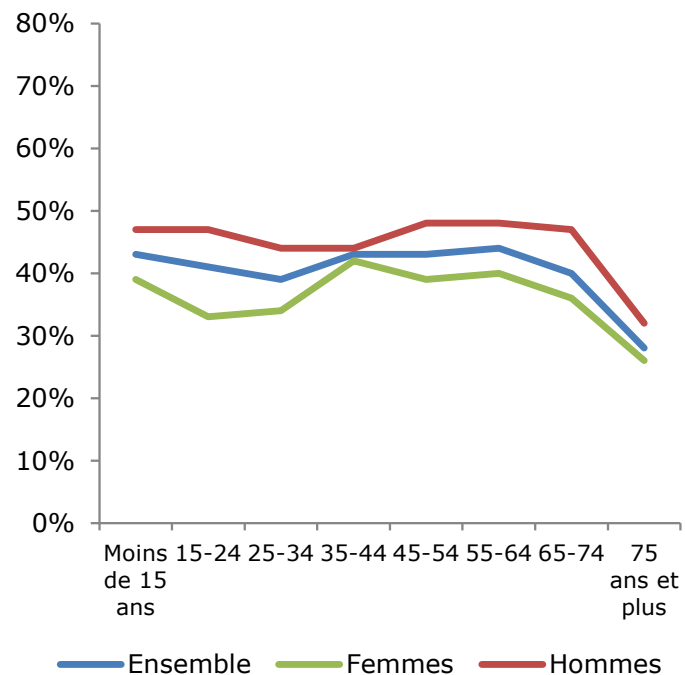
# Comment exercent-ils leur activité ?

- Une pratique plus souvent autonome
- Une pratique encadrée plus importante pour les femmes, en lien avec les activités pratiquées ?
- Une pratique encadrée qui diminue fortement : choix ou offre pas adaptée ?

Pratique régulière encadrée



Pratique régulière autonome

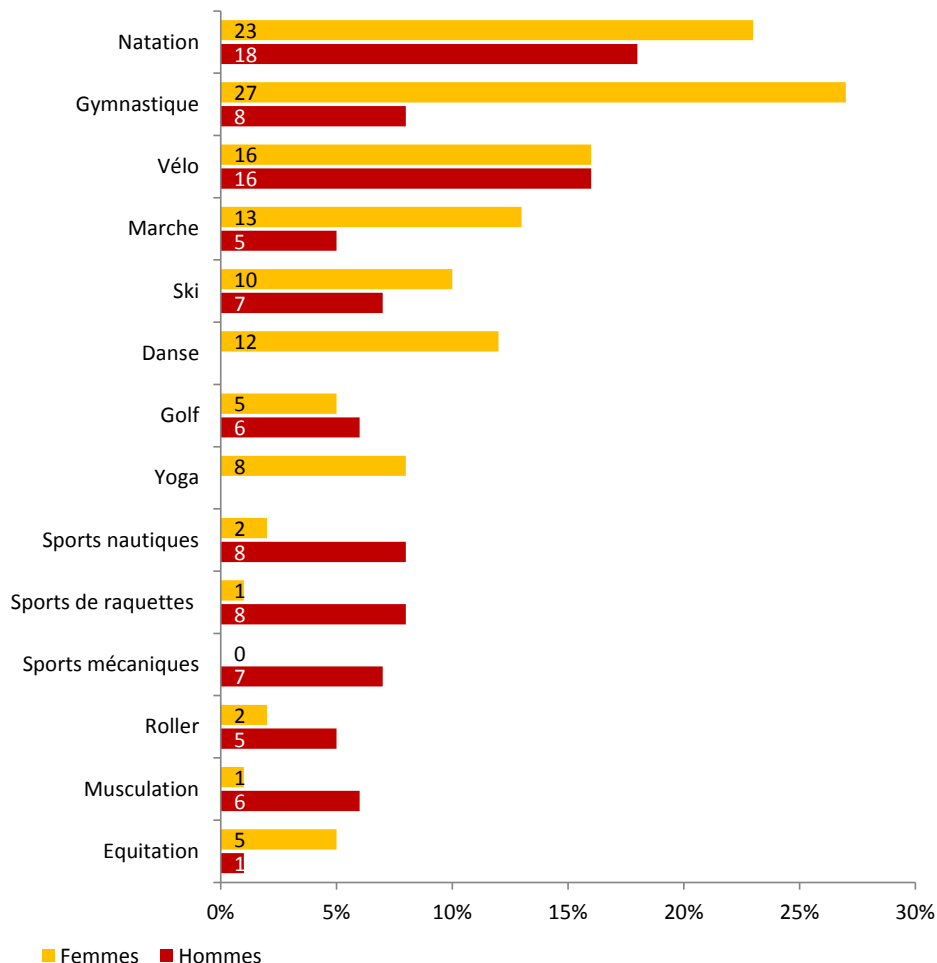




# Quels sont leurs souhaits?

- 1 senior sur 2 souhaiterait pratiquer une discipline à laquelle il ne s'adonne pas actuellement
- Des sports déjà bien implantés auprès des seniors : natation, gymnastique, vélo
- L'absence d'offre à proximité de chez eux, les problèmes de santé et le coût sont les principaux obstacles

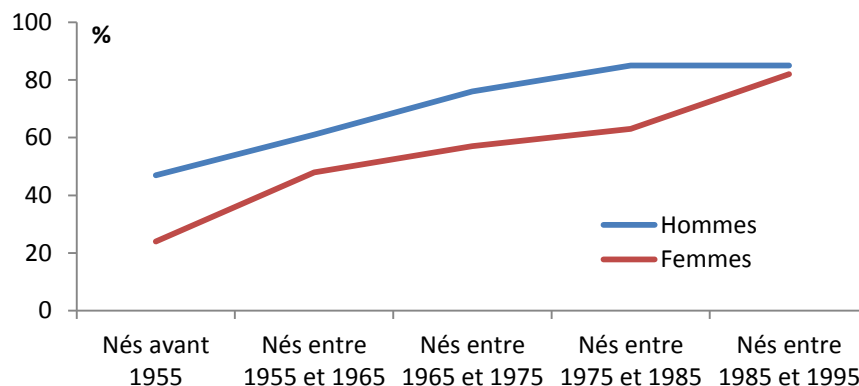
## Les souhaits des 55-64 ans



# Quoi de neuf en 2030 ?

## ☐ Une massification et une démocratisation de la pratique

Pratique sportive en club avant 16 ans selon les générations



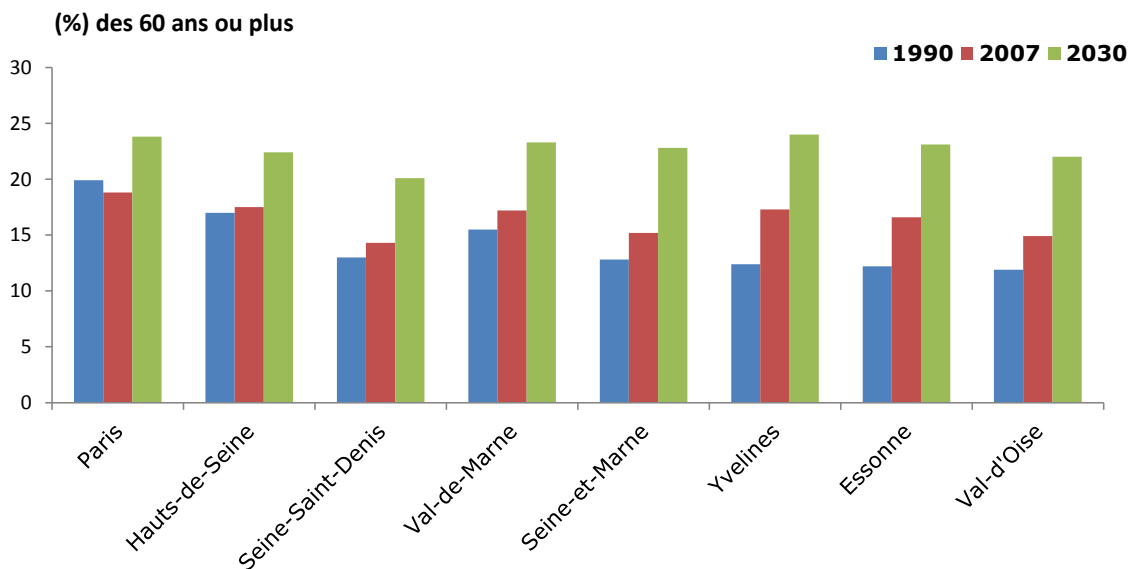
Âge en 2030	75 ans et plus	65-75 ans	55-65 ans	45-55 ans	35-45 ans
-------------	----------------	-----------	-----------	-----------	-----------

## ☐ L'importance des habitudes prises dans l'enfance

Pratique actuelle (%)	A pratiqué en club avant 16 ans	N'a pas pratiqué en club avant 16 ans	Ensemble
Non pratiquant	6	18	11
Occasionnelle (moins d'une fois par semaine)	33	34	33
Régulière <sup>(1)</sup> (1 fois par semaine)	23	18	21
Intensive <sup>(2)</sup> (au moins 2 fois par semaine)	38	30	35
Au moins une fois par semaine <sup>(1+2)</sup>	61	48	56
Pratique régulière autonome	36	33	35
Pratique avec une licence ou dans un club	48	27	40
Nombre moyen de disciplines	3,2	2,1	2,8

## Quoi de neuf en 2030 ?

- ❑ **Un vieillissement de la population : la part des 60 ans devrait augmenter de 35 % d'ici 2030**



- ❑ **0,5 millions de sportifs seniors supplémentaires d'ici 2030 si taux de pratique reste inchangé**
- ❑ **Défi : accompagner ces nouvelles générations plus connectées au sport**

*Merci de votre attention...*



Institut Régional de Développement du Sport