

LE SPORT EST **DE SORTIE!**

Pratiquer un sport en dehors d'un équipement dédié est de plus en plus courant. Au-delà de la saturation de certaines structures sportives, les Franciliens cherchent désormais à faire du sport partout, à proximité de chez eux, et quand ils le souhaitent. Développer les pratiques sportives en extérieur est une opportunité réelle pour les intégrer dans notre quotidien et toucher le plus grand nombre.

Benoît Chardon, statisticien, IRDS, L'Institut Paris Region



En 2017, près de 5 millions de Franciliens âgés de 15 ans et plus¹ ont pratiqué au moins une heure d'activité physique ou sportive par semaine. Si l'installation sportive reste le cadre privilégié de ces pratiquants réguliers (30 %), ils sont nombreux aussi à s'adonner à une activité hebdomadaire en extérieur (24 %), tant au sein d'espaces naturels que dans les espaces publics des villes (rues, places, parcs...). Loin de se limiter aux sports de nature², la pratique en-dehors d'équipements dédiés s'exerce dans une diversité d'espaces et sous des formes variées.

Alors que les principales disciplines « classiques » pratiquées en extérieur par les Franciliens sont la marche (12 %), la course à pied (5 %) et le vélo (2,5 %), d'autres pratiques très variées et sans cesse réinventées se mettent en place dans les espaces publics urbains.

Les Franciliens sont, aujourd'hui, aussi nombreux à pratiquer dans les milieux naturels que dans les espaces publics, où l'on observe le développement de disciplines en lien avec les notions de glisse, d'acrobatie ou de « liberté » : roller, skate, BMX freestyle, street hockey, street golf, parkour³, street fishing... La ville se transforme en terrain de jeux, dans lequel le mobilier urbain sert de support à la pratique, et sur lequel le format de certains sports s'adapte pour pouvoir être pratiqué dans l'espace public (basket 3x3).

Parallèlement, la pratique sportive prend une place plus importante dans le quotidien, en même temps que se développent les déplacements actifs. Huit millions de Franciliens réalisent chaque semaine des déplacements actifs d'au moins 10 minutes, dont 5 millions le font dans le but de faire de l'exercice physique. C'est le cas notamment des personnes âgées et des moins diplômés⁴, un public traditionnellement plus éloigné des pratiques sportives.

LES FRANCILIENS
SONT AUSSI NOMBREUX
À PRATIQUER DANS
LES MILIEUX NATURELS
QUE DANS L'ESPACE
PUBLIC URBAIN

UN LARGE PUBLIC CONCERNÉ

La plupart du temps, la pratique en plein air, et tout particulièrement dans les espaces publics, est une activité de proximité, en dehors de tout encadrement, moins onéreuse et moins contraignante, qui attire un public plus large que la pratique en club. Les indicateurs montrent toutefois que les femmes ne s'approprient pas aussi facilement que les hommes ces espaces (17 % de pratiquantes vs 22 % de pratiquants).

Comparativement aux autres sportifs, les « extérieurs » s'adonnent plus souvent à leur activité pour le loisir (89 % vs 83 %) et la santé (85 % vs 80 %).

Ceci n'empêche pas certains d'entre eux d'avoir une pratique intensive (31 % des sportifs extérieurs) ou de pratiquer pour la compétition (12 %). Comme on pouvait s'y attendre, les sportifs en extérieur invoquent plus souvent la volonté de sortir de chez eux (75 % vs 64 %) et

d'être en contact avec la nature (73 % vs 54 %).

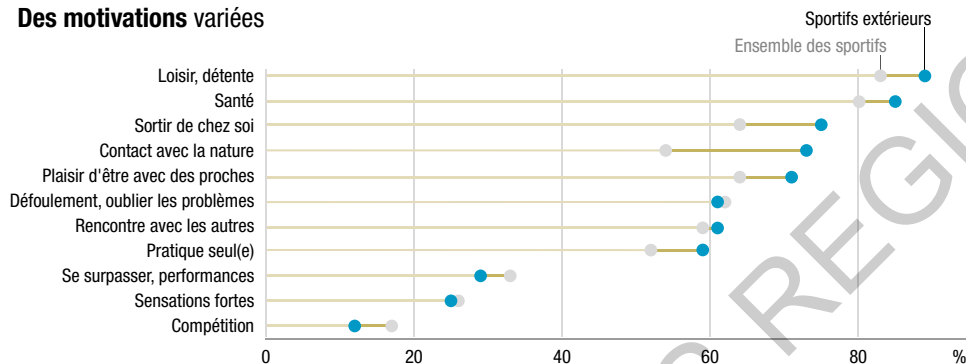
Dans la région francilienne, la pratique en milieu naturel est logiquement plus forte en grande couronne (20 % de pratiquants hebdomadaires) et baisse au fur et à mesure que l'on se rapproche du cœur dense et urbanisé de la région (16 % en proche couronne, 11 % à Paris). En revanche, la pratique dans les espaces publics est aussi forte, quel que soit le lieu de résidence. Cela renvoie à des obstacles différents selon le territoire : une saturation des équipements sportifs en zone dense, ou un éloignement des équipements dans les territoires moins urbanisés, poussent les pratiquants à inventer de nouvelles formes de pratique à proximité de chez eux.

UN BESOIN D'AMÉNAGEMENT EXTÉRIEUR

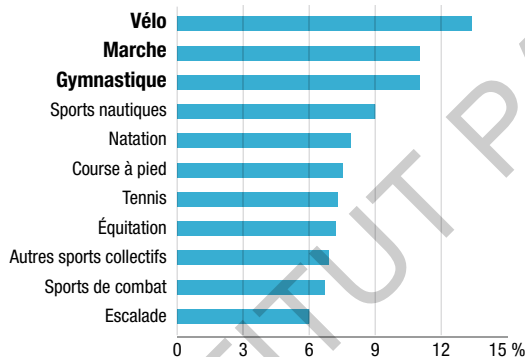
On observe deux tendances paradoxales dans le monde du sport : d'une part, une demande pour plus de confort dans la pratique, et d'autre part une demande importante pour les activités en plein air, lesquelles s'exercent parfois dans des conditions difficiles (froid, pluie). 27 %

LA PRATIQUE DU **SPORT EN EXTÉRIEUR**

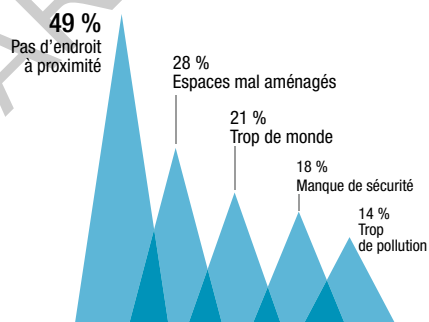
Des motivations variées



Les disciplines souhaitées pour une pratique en extérieur*

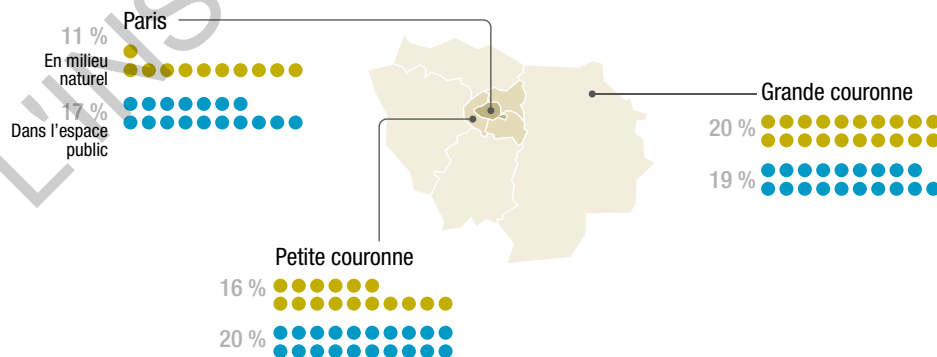


Les raisons de la non-pratique*



Une pratique différenciée selon le lieu de résidence

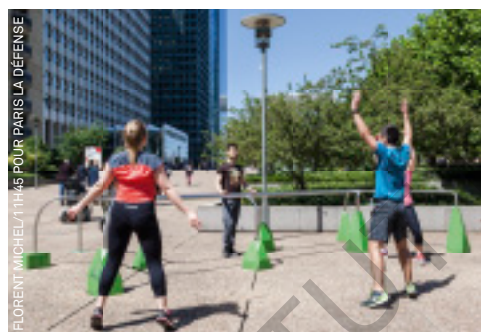
(Franciliens âgés de 15 ans et plus)



* Franciliens qui souhaiteraient faire une activité en extérieur mais qui ne la font pas

© L'INSTITUT PARIS REGION, IRDS 2020
Source : EPSF 2007, 2011, 2017





Diversité des activités en extérieur pour tous, accessibles aux Franciliens.

des Franciliens souhaiteraient pratiquer une activité en extérieur à laquelle ils ne s'adonnent pas actuellement, ce qui constitue un levier important pour le développement des pratiques sportives dans la région. Parmi les disciplines que les Franciliens désirent le plus pratiquer en extérieur, on retrouve le vélo, la randonnée et les activités de forme/fitness : une demande pour des disciplines de base qui ne semble pas encore satisfaite aujourd'hui, malgré des aménagements plus nombreux en pistes cyclables, liaisons vertes ou parcours de santé. Les principaux freins invoqués sont l'absence d'espaces extérieurs adaptés à proximité (pour 49 % des personnes qui seraient intéressées par une activité extérieure), des espaces mal aménagés (pour 28 % d'entre elles), et la trop grande fréquentation des lieux, qui peut

entraîner des conflits d'usages (pour 21 % des personnes concernées).

Les activités sportives dans les espaces publics apparaissent donc comme un moyen de réduire les inégalités d'accès à l'activité physique. Il paraît important d'aménager différemment les espaces extérieurs afin d'y favoriser les pratiques sportives et de prendre en compte la diversité des pratiquants et des formes de pratique dans ces aménagements. ■

1. Les données de cet article sont issues du dispositif d'enquêtes sur les pratiques sportives des Franciliens 2008-2017, IRDS.
2. Voir l'article relatif aux sports de nature, p. 32.
3. Activité physique consistant à se déplacer et franchir des obstacles en zone urbaine ou naturelle.
4. Selon les études de l'IRDS, 37 % des peu diplômés ont une activité sportive régulière déclarée contre 50 % des plus diplômés.



Arbre à basket, Nantes.