

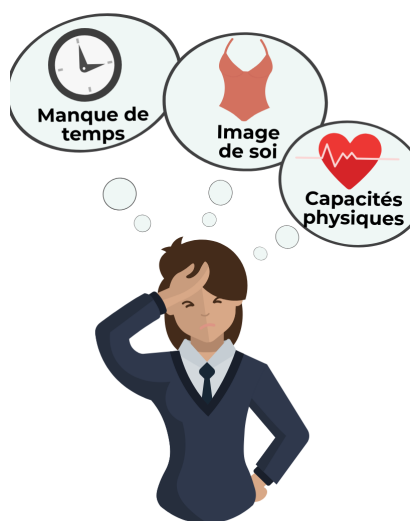
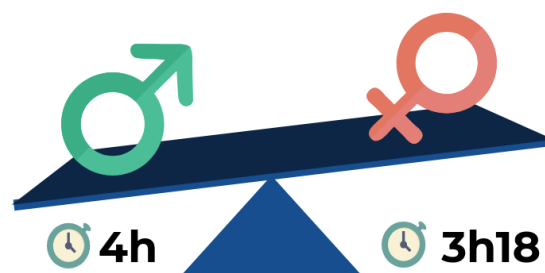
La pratique sportive au féminin

En 2019, près de 4 femmes sur 5 aimeraient pouvoir pratiquer plus de sport. 76% des femmes recherchent avant tout des cours adaptés à leur condition physique

Montreuil, le 7 février 2019 – A l’approche de la Journée Internationale des Femmes, la 8^{ème} édition du baromètre Sport Santé de la Fédération Française d’Education Physique et de Gymnastique Volontaire (FFEPGV) dévoile qu’en 2018, les femmes ont consacré plus de temps à la pratique sportive : 3h18 par semaine contre 3h en 2017. Une belle progression qui, néanmoins, ne permet pas de combler l’écart avec les hommes qui continuent de consacrer 42min de plus à la pratique d’une activité physique (4h). Pourtant, 85% d’entre elles aimeraient pouvoir en pratiquer plus souvent pour 2019.

L’éclairage de Patricia Morel, Présidente de la FFEPGV

« Depuis de nombreuses années notre Fédération, leader sur le Sport Santé, a pris conscience que l’accès à la pratique sportive pour beaucoup de Françaises n’était pas égale. Elles manquent encore de temps et parfois l’offre de pratique proposée n’est pas toujours adaptée. Notre Fédération a la vocation de faciliter l’accès à la pratique au plus grand nombre et donc à ces femmes. C’est pourquoi nous proposons des séances sur les pauses méridiennes, à des tarifs accessibles et ce, dans près de 6000 clubs à travers l’hexagone ! Nous avons également à cœur de former tous nos animateurs afin qu’ils puissent appliquer une pédagogie différenciée pour chacune de leur séance. »



Les femmes manquent encore de temps et de confiance en elles

Les Françaises qui pratiquent moins d’une heure ou pas d’activité physique par semaine, évoquent avant tout un manque de temps et de remise en cause de leurs capacités physiques :

- 65% estiment que leurs journées sont trop chargées pour pratiquer une activité physique
- 58% n’ont pas une très bonne image de leur corps ou n’aiment pas le montrer
- 53% ont peur de ne pas réussir à suivre physiquement

Des cours adaptés et des conseils personnalisés pour inciter les femmes à faire du sport

Parmi les arguments mis en avant qui pourraient encourager les femmes à la pratique du sport, c’est la personnalisation qui prime : 76% déclarent qu’elles souhaiteraient avoir des cours adaptés à leur condition physique (contre 65% pour les hommes). 69% d’entre elles

déclarent qu'elles aimeraient bénéficier de conseils personnalisés pendant les cours (contre seulement 54% pour les hommes). Enfin, 69% aimeraient avoir la possibilité de dégager plus de temps durant leur semaine pour pratiquer une activité physique (contre 62% pour les hommes).



Enquête menée par Ipsos sur Internet du 14 au 19 décembre 2018 auprès d'un échantillon de **2 000 personnes, constituant un échantillon national représentatif de la population française, âgée de 15 ans et plus.*

Qui est la FFEPGV ?

Issue d'un mouvement sportif créé en 1888 pour améliorer la santé publique par la démocratisation de la pratique sportive, la FFEPGV voit le jour en 1972, avec la réunion de plusieurs structures fédérales sportives. La Fédération a pour vocation d'organiser des activités physiques et sportives, orientées vers les loisirs et le bien-être. Elle est reconnue d'utilité publique depuis 1976, et compte plus d'un demi-million de pratiquants à travers près de 6000 clubs. Les cours sont délivrés dans chaque club par des animateurs sportifs formés et diplômés par la Fédération.

Pour information : www.ffepgv.fr ou www.sport-sante.fr

Contacts presse :

SHADOW Communication – Laurine Guiraud / Maeva Lefebvre

Tel : 07 77 92 35 65 / 06 45 07 66 37

Mail : laurineguiraud@shadowcommunication.fr / maevalefebvre@shadowcommunication.fr