

Pratiquer un sport : intérêts et freins socio-économiques (dont focus pour la Région Mulhousienne)



Argumentaire quant à l'utilité du sport (enjeux et chiffres clés)

GLOSSAIRE

Afut Sud-Alsace

AP

BPCE

BPE

CRÉDOC

DATE ES

FF

GESI

INJEP

Insee

MEDES

MSJOP

OMS

PIB

PME

PNNS

QPV

TPE

UEFA

UNSS

UGSEL

USEP

ZRR

Agence d'Urbanisme de la Région Mulhousienne

Activité Physique

Banques Populaires – Caisses d'Épargne

Base Permanente des Equipements

Centre de Recherche pour l'Étude et l'Observation des Conditions de vie

Recensement des Équipements Sportifs

Fédération Française

Grands Événements Sportifs Internationaux

Institut National de la Jeunesse et de l'Éducation Populaire

Institut national de la statistique et des études économiques

Mission Enquête, Données et Études Statistiques

Ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques

Organisation Mondiale de la Santé

Produit Intérieur Brut

Petite ou Moyenne Entreprise

Programme Nationale Nutrition Santé

Quartier Prioritaire de la politique de la Ville

Très Petite Entreprise

Union des Associations Européennes de Football

Union Nationale du Sport Scolaire

Union Générale de l'Enseignement Libre

Union Sportive de l'Enseignement du Premier degré

Zone de Revitalisation Rurale

■ À retenir	4
■ Introduction	5
■ En quoi consiste le sport ?	6
■ Sport et santé	7
Les bienfaits du sport sur la santé Les risques liés à la sédentarité Des risques à ne pas négliger lors de la pratique d'une activité physique ou sportive	
■ Sport et lien social	8
Le sport comme facteur d'insertion et d'intégration sociale Un accès à la pratique physique et/ou sportive inégal Le sport, levier d'élévation sociale... aux effets limités	
■ L'impact économique du sport	10
Un secteur économique à part entière L'impact des pratiques sportives L'impact des événements sportifs Le mécénat : un rôle indispensable pour les associations sportives Les coûts évités grâce au sport	
■ Quelles modalités de la pratique sportive ?	12
La pratique sportive : une place importante dans le quotidien des français Un essor des pratiques libres et individuelles	
■ Accessibilité et démocratisation du sport	14
Des inégalités sociales marquées dans la pratique sportive L'impact des contextes territoriaux : focus sur les quartiers prioritaires et les territoires ruraux L'accessibilité aux équipements sportifs : un enjeu de taille	
■ Zoom dans la Région Mulhousienne	15
Contexte territorial Une offre en équipement diversifiée Un parc sportif vieillissant Les bassins de natation : un enjeu d'avenir Sport 2030 : Vers des investissements massifs dans les équipements sportifs de l'agglomération mulhousienne Des pratiquants en majorité jeunes	
■ Bilan et perspectives	19
Des bienfaits indéniables Des pratiques en constante évolution Une offre diversifiée à l'échelle de l'agglomération mulhousienne mais des équipements vieillissants L'accessibilité aux équipements sportifs une question importante sur le territoire Des pistes à explorer	

À RETENIR

■ Le sport : des bienfaits pour la santé et le lien social

Le sport améliore la santé physique et mentale, renforce la confiance en soi, réduit les risques de maladies chroniques et participe au bien-être quotidien. Il joue aussi un rôle essentiel dans l'éducation, le vivre-ensemble et la cohésion sociale.

■ Le sport : un levier pour l'économie locale

Le sport contribue activement au dynamisme économique du territoire. Entre pratiques régulières, événements locaux et grands rendez-vous nationaux ou internationaux, il forme un écosystème générateur de biens, de services et d'emplois.

■ Des pratiques sportives en constante évolution

Les pratiques évoluent vers plus de liberté, d'autonomie et de diversité. La course à pied, le vélo ou la musculation s'imposent dans l'espace public.

■ L'accessibilité au sport : un enjeu majeur

L'accès au sport reste inégal selon les territoires, les ressources économiques, la mobilité ou encore la situation de handicap. Favoriser une pratique inclusive suppose d'agir à la fois sur l'offre, la localisation, les coûts et l'accueil.

■ Focus pour la Région Mulhousienne

La Région Mulhousienne dispose d'une offre variée en équipements sportifs, mais un grand nombre d'entre eux sont anciens. Leur entretien pèse sur les finances publiques. Leur vétusté limite parfois l'adaptation aux pratiques actuelles.

La pratique en club reste localement dominée par le football, le sport scolaire et le tennis. Le nombre de licences est inférieur à la moyenne nationale.

INTRODUCTION

Le sport est partout : prescrit par les médecins, valorisé par les politiques, célébré dans les médias...

Dans l'Antiquité comme au Moyen Âge, les jeux corporels ont une fonction sociale et politique, parfois guerrière, parfois festive, mais rarement anodine. Chez les Grecs, l'exercice physique fait partie de l'éducation des jeunes citoyens : il prépare à la guerre et façonne l'idéal du corps « harmonieux ». À Rome, on préfère les spectacles grandioses : les athlètes sont mal vus, mais les arènes se remplissent pour les courses de chars ou les combats de gladiateurs.

Au fil des siècles, l'activité physique évolue avec les représentations du corps. Au Moyen Âge, elle prend la forme de jeux d'adresse ou de tournois, souvent très codifiés. À la Renaissance, on remet le corps en mouvement, au nom de l'équilibre des « humeurs ». Plus tard, sous l'Ancien Régime, l'élégance supplante la force brute : on privilégie la prestance, la maîtrise de soi, le raffinement gestuel.

C'est à partir du XXe siècle que le sport devient un **enjeu de société** à part entière. Instrument d'hygiène d'abord, vecteur de santé ensuite, il devient progressivement un droit pour tous avec les **politiques du Front populaire**. En 1936, Léo LAGRANGE devient ainsi le premier ministre des sports de plein exercice. Cette politique du sport continuera avec l'arrivée du régime de Vichy puis après la seconde guerre mondiale. C'est après la guerre, que les équipements sportifs se multiplient. L'opération 1000 piscines lancée par Joseph COMITI en 1970 alors secrétaire d'état de la Jeunesse, des sports et des loisirs en est un parfait exemple. L'objectif étant de construire sur l'ensemble du territoire et particulièrement dans les petites et moyennes communes un millier de piscines industrialisées en 10 ans. Ce court historique nous rappelle que le sport est un outil politique, même si l'on préfère mettre en avant d'autres qualités.

Ainsi, le sport est pleinement reconnu dans le champ de la **santé publique**. L'activité physique et/ou sportive est un déterminant majeur de l'état de santé et de la condition physique des individus. Elle participe également au maintien de l'autonomie avec l'avancée de l'âge ou encore de la qualité de vie globale des populations à tous les âges.

Au-delà des bénéfices sur la santé, la pratique d'une activité physique ou sportive contribue au **bien-être mental** des individus. Lors d'une activité physique, le corps sécrète des hormones telles que les endorphines et la dopamine, qui réduisent le stress, favorisent un sommeil réparateur et agissent comme de véritables antidépresseurs naturels.

L'activité physique ou sportive est également reconnue en tant que facteur d'insertion et d'**intégration sociale** et les pratiques sportives sont vues comme des supports essentiels de la vie sociale, sources d'engagement et d'**épanouissement personnel**. Le sport permet également de canaliser la violence.

Les activités physiques et sportives constituent un **secteur économique dynamique**, structuré autour de l'emploi, des services et de la consommation de biens, des équipements jusqu'aux vêtements.

L'accessibilité financière est un facteur clé dans le choix des pratiques sportives et des activités physiques. Les salles privées, souvent plus onéreuses à moyen terme, séduisent par leur flexibilité et leurs équipements, tandis que les clubs associatifs proposent des tarifs plus abordables mais impliquent d'autres formes d'engagement. Ces écarts rappellent que le **coût** peut être un frein, notamment pour les foyers modestes, et soulignent le rôle essentiel des politiques publiques pour favoriser un accès équitable à l'activité physique ou sportive.

Les **modalités de pratique** mettent également en avant de **nouvelles tendances** depuis une dizaine d'années à travers de nouvelles disciplines telles que le street-workout, la marche nordique ou encore la course à pied et le vélo. Ces pratiques s'inscrivent dans un besoin croissant d'espaces de liberté et de nature en milieu urbain, ce qui appelle à repenser l'aménagement des villes pour concilier activité physique, qualité de vie et préservation de la biodiversité.

Le sport n'est pas seulement une affaire de performance, il est devenu une clé d'un **mieux-vivre ensemble**. À condition qu'il reste accessible à tous.

Ces promesses, aussi séduisantes soient-elles, ne se concrétisent pas toutes seules. Elles dépendent de **choix collectifs**, de politiques volontaristes, d'aménagements adaptés, mais aussi de notre capacité à penser le sport comme un **levier sociétal**, pas uniquement comme une pratique individuelle.

Il faut préciser que le sport promeut la **compétition** et le **mérite** avec toutes les dérives que cela peut engendrer. Le sport devient alors une idéologie qui peut alimenter le **nationalisme**, qu'il s'agisse des compétitions internationales ou locales (violence entre supporters, discrimination...). Dans le football par exemple, le phénomène des violences ne cesse de prendre de l'ampleur. Au cours de la saison 2023-2024, 47 812 fonctionnaires de police ont dû être déployés pour la sécurisation des rencontres de football.

EN QUOI CONSISTE LE SPORT ?

→ **L'activité physique (AP)** est définie comme « tout mouvement corporel produit par les muscles squelettiques, qui entraîne une dépense énergétique supérieure à celle du métabolisme de repos » (Caspersen *et al.*, 1985). Chaque fois qu'une personne se déplace, fait le ménage, la cuisine, bricole ou encore jardine ; elle réalise une activité physique. Elle peut se subdiviser en trois domaines :

- Les **déplacements actifs** : marcher, monter ou descendre des escaliers, faire du vélo pour aller au travail, faire les courses etc.
- Les **activités** réalisées dans un contexte **domestique** : bricolage, cuisine, jardinage
- Les **activités** réalisées dans un contexte **professionnel ou scolaire**.

La pratique d'une activité physique se déroule ainsi au quotidien dans de nombreux lieux, en dehors d'encadrement ou d'infrastructure.

→ **L'exercice physique** peut quant à lui être défini comme une AP planifiée. Son objectif est l'amélioration ou le maintien d'une ou plusieurs composantes de la condition physique. Il ne répond pas à des règles de jeu et peut souvent être réalisé sans infrastructures lourdes et sans équipements spécifiques (course à pied, musculation libre, marche, randonnée)

→ **Le sport ou l'activité sportive** est une forme particulière d'AP où les participants adhèrent à un ensemble commun de règles (ou d'attentes), et dans laquelle un objectif, le plus souvent de performance, est clairement défini. La pratique sportive comprend :

- le sport en compétition et la pratique sportive de masse en club ;
- le sport scolaire ;
- les pratiques sportives de loisirs en individuel ou en groupe non affiliées à une association.

À savoir

L'activité physique, dès qu'elle entraîne une **dépense énergétique supérieure** à celle du repos, apporte des bénéfices pour la santé.

Plus l'intensité, la régularité et la durée augmentent, plus les effets positifs sur le corps et l'esprit sont importants.

Dans le cadre cette étude, une **définition élargie** des activités physiques et sportives a été privilégiée, incluant des pratiques formelles et informelles, individuelles et collectives, récréatives et compétitives.

%

60%

des 15 ans ou plus ont pratiqué une activité physique ou sportive au moins une fois par semaine en 2022 en France

Source : INJEP

Taux de pratique sportive en 2022 en France



9 %

Aucune pratique physique et sportive, mais se déplace à pied, à vélo, à trottinette



12 %

Pratique occasionnelle ou a pratiqué une activité physique et sportive au moins une fois au cours des 12 derniers mois



60 %

Pratique régulière ou a pratiqué une activité physique et sportive au moins une fois par semaine en moyenne au cours des 12 derniers mois

Source : INJEP, chiffres clés du sport 2023

Les bienfaits du sport sur la santé

De manière générale, l'activité physique régulière procure des **bienfaits importants** pour la santé physique et mentale.

Chez l'adulte, l'activité physique contribue à la **prévention** et à la prise en charge des **maladies** non transmissibles telles que les maladies cardiovasculaires, le cancer et le diabète. Elle réduit les symptômes de dépression et d'anxiété et améliore la santé du cerveau.

Chez l'enfant et l'adolescent, l'activité physique améliore la **santé osseuse**, favorise une croissance et un **développement musculaire** sains et améliore le développement moteur et cognitif.

Les risques liés à la sédentarité

La **sédentarité** désigne toute période de **faible dépense d'énergie**, comme le temps passé en position assise, allongée ou couchée. Nos modes de vie deviennent de plus en plus sédentaires, du fait du recours aux transports motorisés et de l'utilisation accrue des écrans dans le cadre du travail, de l'éducation et des loisirs. Une plus forte sédentarité entraîne toute une série d'effets négatifs sur le plan de la santé :

■ Chez les **enfants** et les adolescents, la sédentarité entraîne l'augmentation de l'adiposité, la **détérioration de la santé** cardiométabolique et de la forme physique, la dégradation du comportement et la réduction du temps de sommeil;

■ Chez les **adultes**, elle entraîne l'**augmentation de la mortalité** toutes causes confondues, de la mortalité par maladie cardiovasculaire et de la mortalité par cancer. Elle est également associée à une hausse des maladies cardiovasculaires, du cancer et du diabète de type 2.

À savoir

En France, la recommandation diffusée par le ministère chargé de la santé dans le cadre du Programme national nutrition santé (PNNS), est de pratiquer l'équivalent d'au moins **30 minutes de marche rapide par jour** au minimum 5 fois par semaine pour les adultes et l'équivalent d'au moins 60 minutes par jour pour les enfants et adolescents.

Concernant la sédentarité, il est recommandé de réduire le temps total quotidien passé assis et de se lever et marcher quelques minutes au moins toutes les 2 heures.



Des bénéfices pour un bien-être mental

L'OMS rappelle que l'activité physique permet de réduire le risque de troubles psychiques en agissant notamment sur des facteurs psychologiques tels que le renforcement de l'estime de soi, le sentiment d'auto-efficacité et le contrôle de soi. L'activité physique favoriserait également l'interruption des pensées négatives associées au stress, à la dépression et à l'anxiété.

■ **Améliorer la qualité du sommeil**

■ **Réduire le niveau de stress et d'anxiété**

■ **Accroître l'estime de soi**

■ **Lutter contre la solitude et l'isolement** : en partageant des activités avec d'autres personnes

■ **Apporter un effet bénéfique sur l'humeur** : avec la limitation des pensées dépressives

■ **Prévenir l'apparition de troubles psychologiques** : en améliorant l'activité des neurotransmetteurs

%

61%

des adultes français seraient «assez actifs physiquement»

Source : enquête Esteban 2018 : étude sur l'environnement, la biosurveillance, l'activité physique et la nutrition

Des risques à ne pas négliger lors de la pratique d'une activité physique ou sportive

La pratique d'une activité physique ou sportive n'est pas sans risque. Elle peut être à l'origine d'**accidents traumatiques**, dont la fréquence dépend de l'âge, de la discipline et des conditions de pratique. Par exemple, **810 décès d'origine traumatique** liés à la pratique sportive ont été recensés en France entre 2017 et 2018 (Santé publique France, 2020).

Des **risques cardiovasculaires** (notamment la mort subite), des conduites **addictives** et des troubles hormonaux peuvent également survenir en cas de **surentraînement**. La pratique en extérieur peut en outre présenter un danger si la qualité de l'air est dégradée.

Enfin, l'activité physique ou sportive peut aussi avoir des **effets négatifs sur la santé mentale** et sociale, notamment chez les enfants et les jeunes. Cela concerne en particulier la **pratique compétitive**, qui peut entraîner du stress, des troubles du comportement alimentaire, une tentation accrue du dopage, ainsi qu'une exposition à des violences, des agressions ou des abus.

Le sport comme facteur d'insertion et d'intégration sociale

Le sport est reconnu comme un puissant **facteur d'insertion et d'intégration sociale**. Les pratiques sportives favorisent l'engagement personnel, l'épanouissement et le développement de compétences sociales. Elles constituent souvent de véritables **supports éducatifs**, en particulier auprès des publics jeunes ou en difficulté.

La pratique régulière d'une activité physique permet d'améliorer les relations interpersonnelles, de canaliser l'agressivité, de se fixer des objectifs et de dépasser ses limites. Elle contribue à la construction de l'**estime de soi** et au **respect des autres**, à travers des règles communes, la coopération, et parfois même la compétition saine.

En somme, le sport peut-être créateur de lien social. Il se pratique le plus souvent en groupe, dans un cadre volontaire. Idéalement, il se construit sur des valeurs fortes : respect, solidarité, dépassement de soi, et inclusion.

Un accès à la pratique physique et/ou sportive inégal

Le Code du sport (article L100-1) affirme que « les activités physiques et sportives constituent un **facteur important d'éducation, de culture, d'intégration et de lien social** ». Le rôle du sport en matière d'égalité d'accès et de lutte contre les discriminations y est explicitement reconnu.

Toutefois l'accès au sport reste marqué par de **fortes disparités** : les barrières sociales, territoriales, économiques, liées au genre ou au handicap freinent encore trop souvent la pratique pour certains publics.

%

Pour 29 %

des pratiquants réguliers, le coût trop élevé constitue un frein à la pratique sportive ou physique.

Source : INJEP, MSJOP, CRÉDOC, Baromètre national des pratiques sportives, 2022

Toutes les modalités de sport ne jouent pas le même rôle social. Un sport ultra-compétitif peut renforcer des **logiques d'exclusion** ou de **repli identitaire**, tandis que des pratiques ouvertes et inclusives favorisent le vivre-ensemble. Le sport peut ainsi paradoxalement accentuer certaines formes d'entre-soi, notamment à travers l'ultra-supportérisme ou des dynamiques communautaires fermées.

Dès les années 1980, face aux violences urbaines, les pouvoirs publics ont **investi dans le sport** comme outil de prévention et de contrôle social, en multipliant les équipements de proximité et les associations sportives dans les quartiers sensibles.



Source : Montecruz Foto

Les émeutes de 2023 nous rappellent que les questions d'inégalités et de repli identitaire demeurent pleinement d'actualité.

Source : Montecruz Foto

Le sport, levier d'élévation sociale... aux effets limités

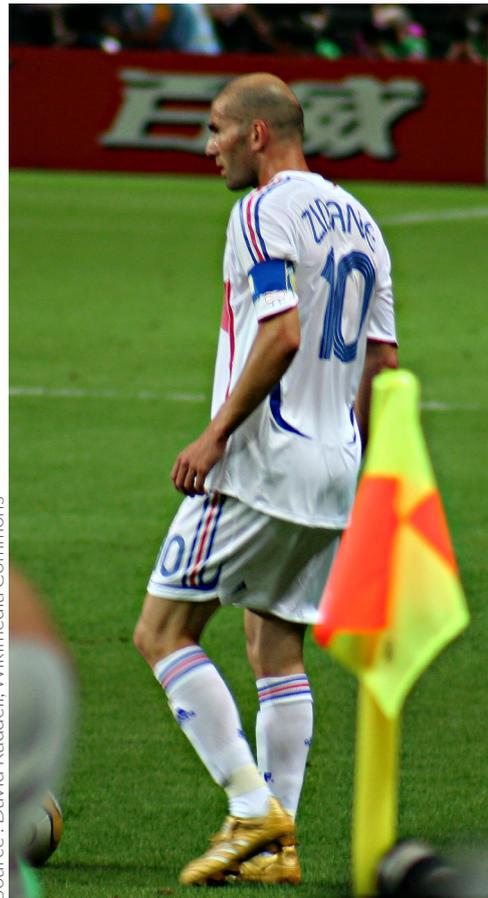
La compétition sportive incarne également une forme de **modèle social** : le champion ou le « héros » sportif, par ses performances individuelles, devient une figure d'exemplarité. À travers leurs performances sportives ou leurs engagements, les « héros » font rêver et progresser. Ils ouvrent des perspectives encore inconnues et repoussent les limites.

Le sport peut ainsi être perçu à la fois comme outil d'émancipation et comme mécanisme de contrôle social. Il canalise alors les aspirations et propose des **normes de réussite**.

Le sport peut certes être un **levier contre les discriminations**, en valorisant la diversité (handisport, lutte contre le racisme, développement du sport féminin). Mais ces avancées restent fragiles : inégalités persistantes, faible représentation des femmes dans les instances, exclusions liées au coût ou à l'entre-soi, manifestations de racisme...

Sur le plan professionnel, la pratique sportive favorise l'**acquisition de compétences transversales** (coopération, gestion du stress, leadership), utiles dans le monde du travail et valorisées dans certains dispositifs d'insertion. Toutefois, le transfert n'est pas automatique et le sport peut être instrumentalisé : team-building excluant, ou encore mise en avant des performances sportives comme métaphore de la performance professionnelle à travers le culte du « toujours plus vite, plus fort, plus loin », qui peut renforcer la pression et le stress.

En somme, le sport constitue un **outil potentiel** d'égalité et d'employabilité, mais il peut aussi reproduire ou masquer des inégalités. Sa capacité à jouer un rôle de cohésion sociale repose sur des politiques volontaristes, un encadrement attentif aux enjeux sociaux et un soutien durable aux clubs et structures de proximité, afin de faire prévaloir ses valeurs inclusives.



Source : David Ruddell, Wikimedia Commons

Zinédine Zidane lors de la Coupe du monde de football 2006 en Allemagne.

Figure emblématique du football français et international, il est issu d'un milieu populaire marseillais et s'est imposé grâce à son talent et à son travail.

Il est aujourd'hui considéré comme l'un des plus grands sportifs français et comme l'un des plus grands joueurs de l'histoire du football.

L'IMPACT ÉCONOMIQUE DU SPORT

Un secteur économique à part entière

Le sport produit des **effets économiques** majeurs, qui peuvent être appréhendés selon une double entrée :

- Les **pratiques sportives**, qu'elles soient fédérales, commerciales (salles privées), en entreprise ou auto-organisées.
- Les **événements sportifs**, qu'il s'agisse de grands événements ponctuels (Grands Événements Sportifs Internationaux - GESI) ou de manifestations régulières de moindre ampleur.

Pour satisfaire à la demande croissante, la filière regroupe six secteurs d'activités. Le cœur de la filière se structure autour de la pratique et de l'enseignement ainsi que du spectacle sportif.

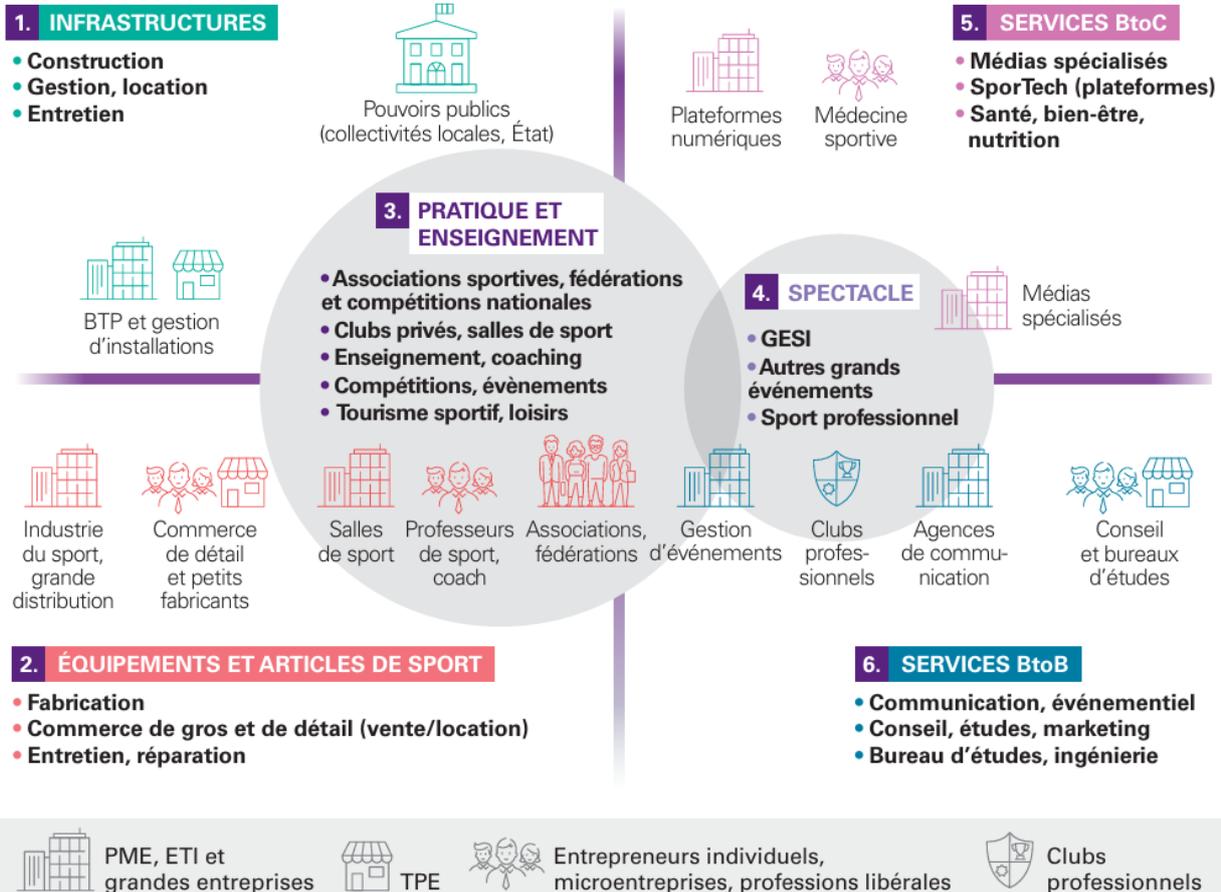
A l'amont de la filière se trouvent les entreprises fournissant d'une part les infrastructures nécessaires à la pratique et au spectacle, d'autre part les équipements et articles de sport.

A l'aval de la filière se trouvent des entreprises de services soit à destination d'autres entreprises de la filière (conseil, communication, ...), soit à destination du consommateur (médias, santé...).

L'impact des pratiques sportives

Les pratiques sportives génèrent une activité économique indéniable, qu'on les considère à l'échelle individuelle, territoriale ou nationale. Qu'elles soient encadrées par des fédérations, proposées par des structures commerciales, pratiquées en entreprise ou librement, elles forment un **écosystème** qui relie de multiples **acteurs** et crée de la **valeur ajoutée et de l'emploi**.

Les principaux secteurs d'activité de la filière sport



Source : BPCE, L'Observatoire économie du sport, février 2020

L'IMPACT ÉCONOMIQUE DU SPORT

L'impact des événements sportifs

Les **événements** jouent également un **rôle crucial** dans l'économie du sport. On distingue notamment :

■ **Les grands événements sportifs internationaux** (GESI), comme les Jeux Olympiques et Paralympiques, l'UEFA Euro ou la Coupe du monde de rugby, dont les effets économiques sont particulièrement marqués. Par exemple, l'UEFA EURO 2016, organisé en France, a généré des retombées économiques estimées à 1,2 milliard d'euros (observatoire des métiers du sport, 2025). Ce chiffre reflète l'ensemble des dépenses effectuées sur le territoire (par les spectateurs, les organisateurs et les partenaires), ainsi que les effets indirects sur l'économie locale, bien au-delà des seules recettes des collectivités.

■ **Les événements de plus petite envergure**, mais réguliers, qui participent eux aussi au dynamisme économique des territoires.

Au-delà des effets monétaires, les événements sportifs contribuent à l'**attractivité touristique** des territoires. Ils permettent également de **soutenir l'emploi** et le tissu économique local à travers le tissu de prestataires et de fournisseurs intervenant dans leur organisation.

Ils peuvent également générer de nombreuses externalités tels que des initiatives visant à l'inclusion économique et sociale. Les jeux Olympiques et Paralympiques de Paris ont par exemple permis la mise en place d'initiatives associant TPE, PME et structures de l'économie sociale et solidaire pour faire en sorte que les jeux puissent bénéficier à des personnes éloignées du marché du travail.

Les événements sportifs représentent également des **plateformes d'affaires** majeures. Plusieurs études, notamment dans le cadre du sport professionnel, ont montré qu'ils favorisent la rencontre régulière entre décideurs économiques et acteurs politiques locaux, grâce à l'implication des clubs et de leurs partenaires (Observatoire des métiers et du sport, 2025). Ces interactions contribuent à établir des bases solides pour des collaborations futures et le développement de nouveaux projets économiques.

Par ailleurs, les événements sportifs jouent un rôle important dans le renforcement du **sentiment d'appartenance des habitants** à leur territoire ainsi que dans la cohésion sociale. Ils participent également à valoriser l'image et la notoriété des collectivités qui les accueillent, en assurant leur promotion à différentes échelles.

Le mécénat : un rôle indispensable pour les associations sportives

Le **mécénat sportif** représente un **soutien précieux** pour le développement du sport. Il s'agit d'un acte philanthropique où une entreprise ou un particulier apporte une **aide financière ou matérielle** à un projet.



Adopter une approche globale pour en saisir tous les enjeux

Bien que les événements sportifs génèrent des retombées économiques et sociales indéniables, il est essentiel d'intégrer à l'analyse une **dimension environnementale et sociale** plus critique. En effet, le coût écologique, notamment l'**impact carbone** lié à la construction, à la logistique et aux déplacements, est souvent sous-évalué, ce qui limite la portée réelle du bilan économique.

Par ailleurs, ces événements peuvent contribuer à des **phénomènes de gentrification**, modifiant la dynamique sociale des quartiers concernés, et à la création d'**infrastructures coûteuses et peu utilisées** après coup, communément qualifiées d'« éléphants blancs ».

Cette double réalité invite à une réflexion plus équilibrée et à la recherche de modèles d'organisation plus durables et socialement responsables.

En théorie, le mécénat est moyen de sécuriser les ressources financières d'un club sans être contraint par des exigences commerciales.

Dans la pratique, il constitue dans certains cas un élément de « soft power » permettant à certaines entreprises voire certains états d'étaler leur influence qu'elle soit locale ou internationale (lien étroit entre certains grands clubs français et des puissances étrangères par exemple).

Les coûts évités grâce au sport

Les travaux issus de l'étude de l'observatoire des Métiers du Sport ont estimé les coûts évités grâce à la pratique sportive en France.

Les résultats révèlent que les **effets positifs du sport** (santé, prévention, inclusion sociale...) génèrent des **économies significatives** dans de nombreuses sphères, estimées entre 194 et 254 milliards d'euros annuels, soit entre 7,3 et 9,6 % du PIB Français en 2021 (Observatoire des métiers et du sport, 2025).



1€
dans le sport

→

13 à 17 €
d'économies pour les finances publiques

Source : Observatoire des métiers et du sport, 2025

Il convient toutefois de rester prudent face à ces estimations, notamment en raison des risques de doubles comptabilisations ou de méthodologies variables selon les études.

QUELLES MODALITÉS DE LA PRATIQUE SPORTIVE ?

La pratique sportive : une place importante dans le quotidien des français

La pratique sportive occupe une place de choix dans le quotidien des Français de plus de 15 ans. **8 français sur 10** déclarent pratiquer une **activité physique** en comptabilisant également les activités physiques de mobilité douce ou active (comme les déplacements du quotidien à pied, à vélo ou encore la trottinette).

Un essor des pratiques libres et individuelles

48% des français déclarent avoir pratiqué la **marche et ou la course à pied en 2024** (avant les jeux olympiques). Ils n'étaient que 40% en 2018. Ce développement est en partie lié à la souplesse de ce type d'activités en termes d'organisation. Ces activités peuvent être pratiquées de manière assez autonome et sont relativement peu coûteuses.

Le deuxième univers avec le plus de pratiquants concerne les **activités de la forme et de gymnastique** (24 % des pratiquants). Le **fitness, le yoga ou encore la musculation** connaissent une attention croissante et sont souvent pratiqués sans encadrement fédéral.

À savoir

Depuis quelques années à l'échelle nationale, la **pratique sportive** n'a pas arrêté de se **diversifier** autour de formes nouvelles : explosion de la **pratique individuelle** en dehors de toute structure, émergence de nouveaux sports ; utilisation de **nouvelles technologies** dans les pratiques ou encore **appropriation de nouveaux espaces** urbains ou ruraux.

(Observatoire des Métiers du Sport et Commission Paritaire Nationale Emploi - Formation (CPNEF Sport), 2025)

%

2 français sur 10

pratiquent principalement à domicile (power-stretching, gainage, yoga, pilates...)

Source : INJEP, 2024

Les sports aquatiques et nautiques (19 %) et les sports de cycle ou motorisés (hors mode de déplacement du quotidien), principalement le vélo (17 %), arrivent ensuite en 3e et 4e positions. Une percée des **sports de raquette** en salle (padel, squash) se dessine également à l'échelle nationale.

La proportion de pratiquants réguliers progresse dans la plupart des univers sportifs depuis 2018.



Parc de street workout à Mulhouse

Le **street workout** (entraînement de rue), est un sport mêlant la gymnastique et la musculation.

Cette discipline mélange figures de force, de souplesse, d'équilibre et d'agilité.

Le street workout se pratique essentiellement en extérieur. Il utilise le poids du corps pour se muscler.

QUELLES MODALITÉS DE LA PRATIQUE SPORTIVE ?

Proportion de pratiquants sportifs en France selon les univers de pratique sportive, en 2024 et écarts avec 2018

Univers de pratique sportive	Pratiquants réguliers		Pratiquants occasionnels	
	Taux de pratiquants (en %)	Écart par rapport à 2018 (en points)	Taux de pratiquants (en %)	Écart par rapport à 2018 (en points)
Course et marche	31%	+6	17%	+2
Activités de la forme et de la gymnastique	20%	+2	4%	0
Sports collectifs	7%	+1	6%	+1
Sports de raquettes	5%	+1	7%	0
Sport d'hiver ou de montagne	2%	+1	7%	0
Sports de cycles ou motorisés	9%	0	8%	0
Sport aquatiques ou nautiques	8%	-1	11%	0

Source : INJEP, 2024

Chez les pratiquants réguliers, la course et la marche sont les univers de pratique ayant attirés le plus de pratiquants réguliers (+6 points) entre 2018 et 2024.

Ils sont suivis par les activités de la forme et de la gymnastique (+2 points) entre 2018 et 2024.

Le design actif : intégrer le sport au cœur de l'espace urbain

Avec l'essor des pratiques libres et non encadrées (course, vélo, renforcement musculaire en plein air...), le **design actif** apparaît comme une réponse stratégique aux nouvelles attentes des citoyens. Cette approche vise à aménager l'espace public de manière à favoriser l'activité physique au quotidien, sans contrainte de temps ni de structure.

En repensant les lieux de vie (rues, places, parcs) pour les rendre plus dynamiques, accessibles et ludiques, le design actif permet de croiser les enjeux d'urbanisme, de santé publique et de promotion du sport. Il s'inscrit dans une logique de ville plus vivante, plus inclusive et plus favorable au bien-être.

Pour en savoir + : Métropole du grand Paris. Le design actif : comment intégrer le sport à l'espace urbain



Exemple de design actif

Source : Agence Nationale de la Cohésion des territoires. Guide design actif (2021)

ACCESSIBILITÉ ET DÉMOCRATISATION DU SPORT

Si l'activité physique et sportive est reconnue pour ses bienfaits sur la santé physique et mentale, elle n'est pas accessible de la même manière à tous. En France, de **fortes inégalités** persistent selon le sexe, l'âge, la catégorie socioprofessionnelle, le lieu de résidence ou encore les capacités physiques. Ces écarts sont alimentés à la fois par des freins sociaux, économiques et culturels, mais aussi par une répartition inégale des équipements sportifs sur le territoire.

Des inégalités sociales marquées dans la pratique sportive

À la mi-2024, la pratique féminine régulière est de 56% contre 60% pour les hommes en France. Dans la région Grand Est, l'écart entre les femmes et les hommes est plus faible. 57% des hommes pratiquent régulièrement une activité physique contre 55% des femmes (data.sports.gouv, 2023).

Les **plus jeunes demeurent les plus sportifs** : 72 % des 15-24 ans pratiquent régulièrement une activité physique ou sportive contre 63 % des 25-39 ans et 55 % des plus de 40 ans (INJEP, 2024).

Il faut ajouter que si la pratique sportive a progressé pour toutes les catégories socioprofessionnelles entre 2018 et 2024, elle reste néanmoins très marquée socialement : mi-2024, 73% des **cadres font du sport** régulièrement contre seulement 49% des ouvriers (INJEP, 2024).

Certaines pratiques particulièrement onéreuses, comme l'équitation ou les sports motorisés, sont le plus souvent **inaccessibles aux ménages modestes**.

Au-delà du coût, d'autres éléments entrent en ligne de compte pour expliquer les écarts entre pratiques sportives. L'attention portée par les ménages en matière de santé ainsi que les normes de corpulence varient **en fonction des milieux sociaux**. De plus, celles et ceux qui exercent un métier pénible ne trouvent pas forcément nécessaire d'ajouter un effort physique à la fatigue musculaire qu'ils éprouvent au travail.

L'impact des contextes territoriaux : focus sur les quartiers prioritaires et les territoires ruraux

Dans les **quartiers prioritaires de la politique de la ville** (QPV), la **pratique sportive fédérale** reste relativement **peu développée**.

À l'échelle nationale, seuls 4 % des licences sportives ont été délivrées en QPV en 2019, alors que ces quartiers concentraient 8 % de la population en 2018 (INJEP). Le football représente 27 % des licences délivrées en QPV, soit deux fois plus qu'au niveau national.

À l'inverse, certaines disciplines comme le tennis y sont sous-représentées : seulement 3 % des licences contre 6 % au niveau national.

La situation diffère dans les **zones de revitalisation rurale (ZRR)**. Ces territoires comptabilisent 15 % des licences sportives, une part équivalente à celle de la population française.

Certaines fédérations, comme celles de la pétanque, du jeu provençal et du rugby, sont légèrement surreprésentées dans ces zones (3 % contre 2 % au niveau national). Néanmoins, des **freins persistent** : la dépendance à la voiture, la faible fréquence des transports en commun, ou encore l'absence de structures adaptées compliquent l'accès à la pratique régulière, notamment pour les jeunes et les personnes âgées.

L'accessibilité aux équipements sportifs : un enjeu de taille

Le manque de diversité constaté dans les pratiques sportives reflète à la fois des facteurs culturels, sociaux ou économiques. Il est aussi lié aux limitations d'accès aux équipements.

En s'éloignant des zones urbaines, le **temps d'accès aux équipements** s'allonge. Par exemple le temps d'accès en voiture à un gymnase est en moyenne de 2 minutes dans un grand centre urbain quant il peut atteindre 12 minutes dans une zone rurale à habitat très dispersé (Insee, 2025).

Au-delà, du temps d'accès, la **vétusté des équipements sportifs** est une problématique majeure à l'échelle territoriale. Les collectivités locales sont propriétaires de 85% du parc sportif, dans lequel quatre équipements sur dix ont été construits il y a près de 40 ans. Or, plus un équipement est ancien, plus son entretien et sa rénovation sont coûteux, ce qui représente un défi pour les collectivités.

Les enjeux d'accessibilité se posent de manière particulièrement forte pour les **personnes en situation de handicap**, dont on estime le nombre entre 5,7 et 18,2 millions en France selon les définitions retenues (Insee, 2022). Seules 25 % d'entre elles déclarent pratiquer une activité physique ou sportive régulière, alors même que 58 % sont en situation de surpoids ou d'obésité en France (Santé publique France, 2017).

Au-delà de l'inadaptation de certains équipements sportifs (manque de dispositifs d'aide à la baignade, accès difficile aux vestiaires ou gradins, etc.), s'ajoutent des difficultés de mobilité dans l'espace public : trottoirs irréguliers, transports en commun inadaptés, bâtiments non conformes aux normes d'accessibilité... Autant de freins souvent aggravés par un sentiment d'exclusion ou un manque de considération dans l'espace public (regards intrusifs, non-respect des espaces réservés).

ZOOM DANS LA RÉGION MULHOUSIENNE

Contexte territorial

SITUATION SOCIO-ECONOMIQUE

 **Population en 2022**
272 950 habitants en 2022
272 712 habitants en 2016

 **Part des jeunes en 2022**
18% de moins de 15 ans
(17% en France métropolitaine)
19% en 2016

 **Part des seniors en 2022**
26% de plus de 60 ans
(27% en France métropolitaine)
24% en 2016

 **Taux de pauvreté en 2021**
20% de la population
(14,5% en France métropolitaine)
19% en 2018

Insee, 2025

SITUATION SANITAIRE

 **Espérance de vie en 2015**
84,4 ans pour les femmes
(85,4 ans en France métropolitaine)
79,7 ans pour les hommes
(79,2 ans en France métropolitaine)

 **Mortalité prématurée (décès avant 65 ans) (2011-2015)**
178 pour 100 000 habitants
(183 en France métropolitaine)

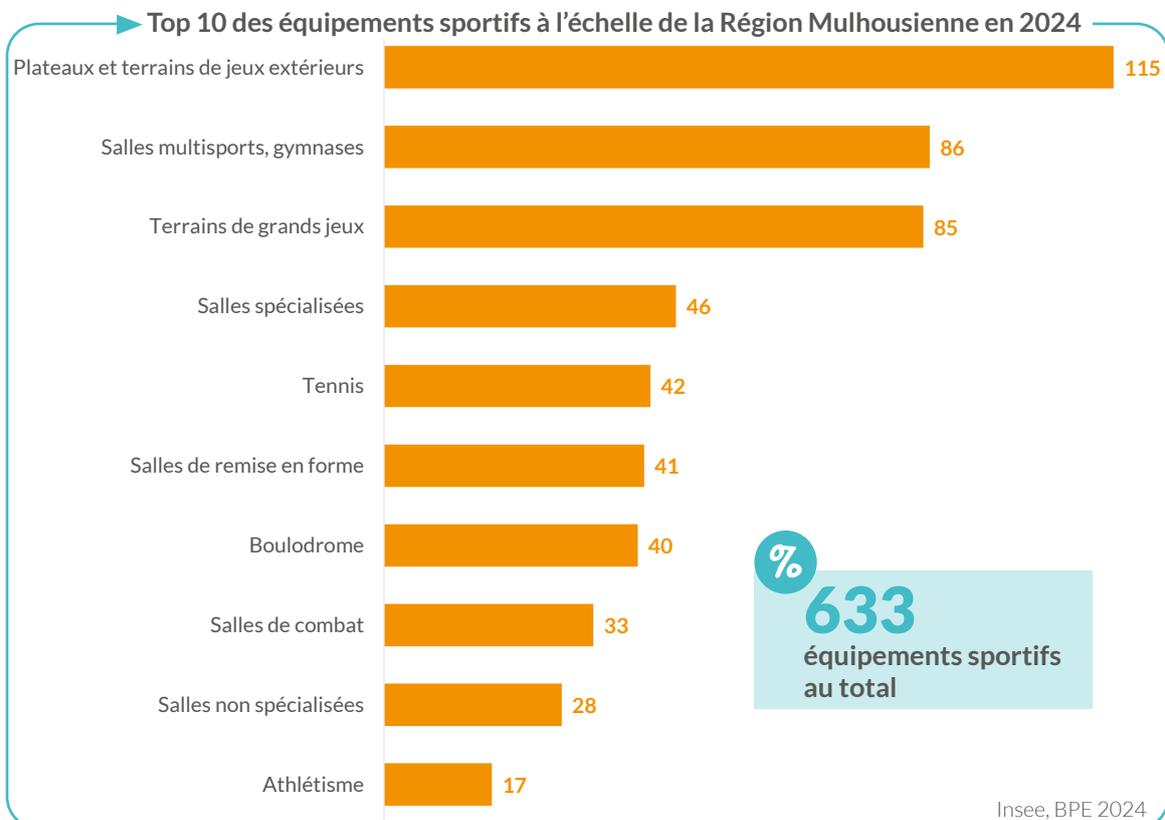
 **Obésité/surpoids**
9% des élèves mulhousiens de 6ème souffrent d'obésité (5,6% des élèves alsaciens)

30% des élèves mulhousiens de 6ème souffrent de surpoids (23% des élèves alsaciens)

Pour en savoir + : La santé à Mulhouse et dans ses quartiers (Afut Sud-Alsace, 2020)



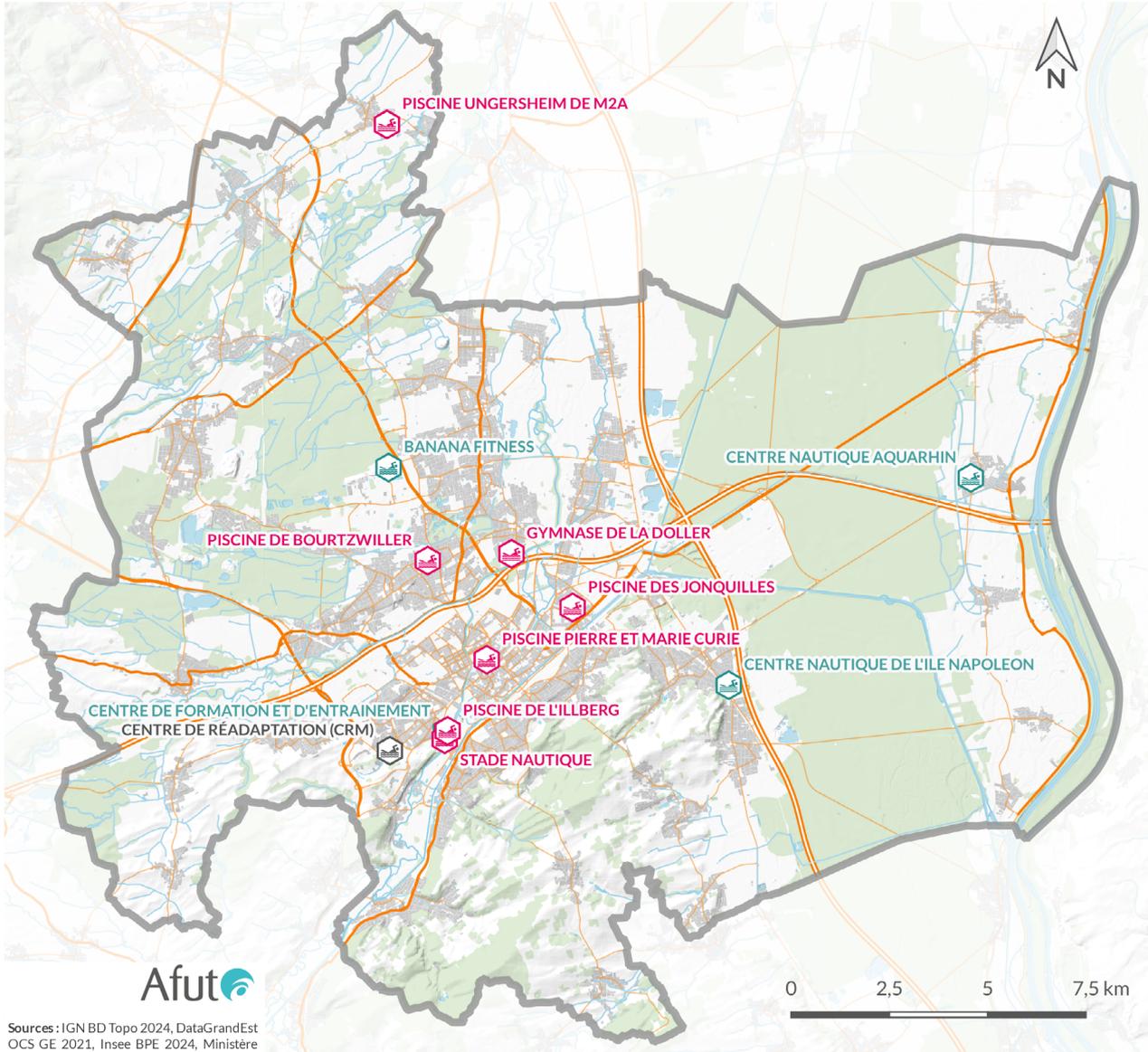
Une offre en équipement diversifiée



L'offre en équipement à l'échelle de la Région Mulhousienne est **inférieure** à la moyenne nationale (23,2 équipements sportifs pour 10 000 habitants dans l'agglomération contre 27 à l'échelle nationale). Toutefois l'offre en gymnases est largement supérieure (3,2 gymnases dans la Région Mulhousienne contre 2,4 en France).

ZOOM DANS LA RÉGION MULHOUSIENNE

Répartition spatiale des bassins de natation dans la Région Mulhousienne



Sources : IGN BD Topo 2024, DataGrandEst OCS GE 2021, Insee BPE 2024, Ministère des sports DATA ES 2025
Création : Afut Sud-Alsace | MY | 2025

Légende

- Limite m2A
- Espaces bâtis
- Espaces forestiers et semi-naturels
- Surface en eau
- Cours d'eau
- Autoroute
- Départementale
- Route

Date de mise en service des bassins de natation

- Moins de 30 ans
- Plus de 30 ans
- Non déterminée

7%

12 bassins de natation dans la Région Mulhousienne

(Insee BPE, 2024)

7 bassins ont plus de 30 ans (sans avoir subis de rénovation majeure)

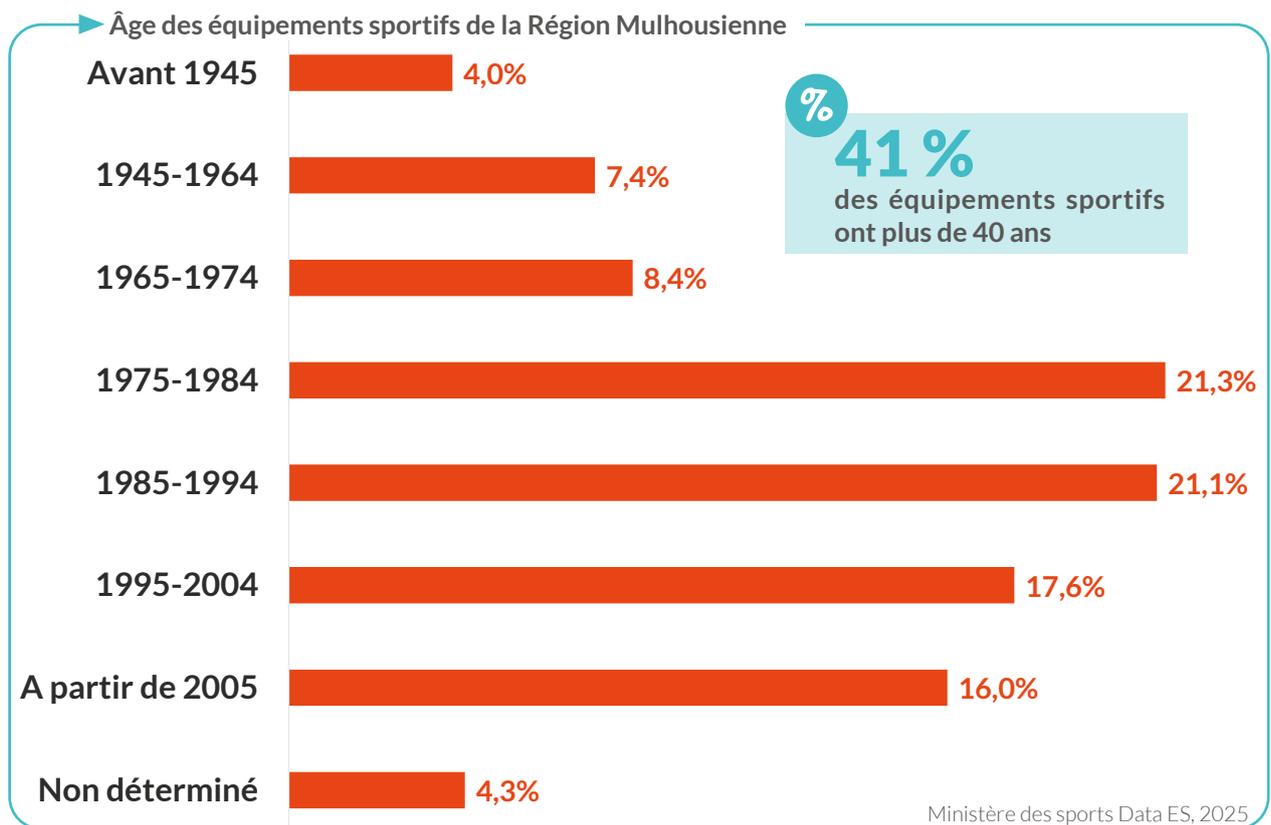
(Ministère des sports Data ES, 2025)



Les données utilisées

L'analyse de l'accessibilité à l'activité physique et sportive dans la Région Mulhousienne s'appuie sur plusieurs bases de données. La **Base Permanente des Équipements (BPE)** de l'Insee fournit des données standardisées à l'échelle communale et intercommunale : un même bâtiment accueillant plusieurs disciplines est comptabilisé autant de fois qu'il y a d'activités. Le **Recensement des équipements Sportifs (Data ES)** du ministère des Sports privilégie le détail des équipements, en recensant chaque structure individuellement. Par exemple, un complexe regroupant quatre terrains de football sera comptabilisé comme quatre équipements distincts par Data ES, mais comme un seul par l'Insee.

ZOOM DANS LA RÉGION MULHOUSIENNE



Un parc sportif vieillissant

A l'échelle de l'agglomération, près de **86 %** des équipements sportifs de plus de 40 ans n'ont **pas connu de rénovation majeure depuis 2005**. D'autant plus que près de **70 %** de ces équipements relèvent du **patrimoine des communes** ou de leurs groupements, souvent confrontés à des contraintes budgétaires importantes.

Dans un contexte où le sport est attendu comme un levier d'action dans la santé publique, la cohésion sociale ou encore l'attractivité des territoires, le **vieillessement du parc sportif** local peut devenir un **frein majeur**.

Les bassins de natation : un enjeu d'avenir

La majorité des **bassins de natation** se situe dans le **centre de la Région Mulhousienne**.

Dans un contexte d'**adaptation au changement climatique**, leur nombre et leur accessibilité deviennent un réel enjeu. Ces infrastructures peuvent faciliter le **rafraîchissement** de la population lors des vagues de chaleur estivales.

Elles participent aussi à l'**apprentissage de la natation**, une compétence utile dans un territoire où l'augmentation des baignades, liée aux températures plus élevées, pourrait accroître les **risques d'accidents**.

Sport 2030 : Vers des investissements massifs dans les équipements sportifs de l'agglomération mulhousienne

L'agglomération mulhousienne prévoit d'investir près de **30 millions d'euros d'ici 2030** dans les **équipements sportifs** dont elle assure la gestion.

La modernisation du stade nautique de l'Illberg, la réfection du terrain synthétique de l'Ill et la mise aux normes de sa piste d'athlétisme figurent par exemple au programme. Une réflexion est également engagée sur l'avenir de la piscine Pierre-et-Marie-Curie.

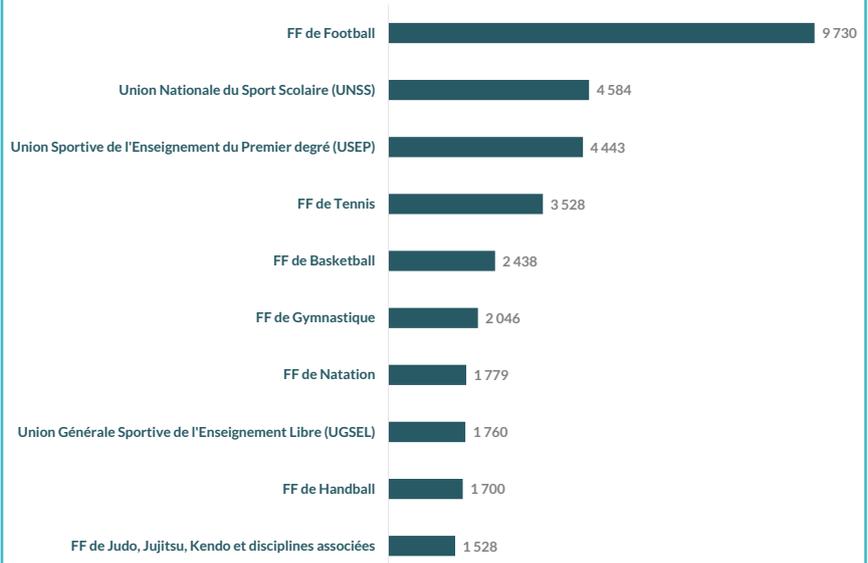
ZOOM DANS LA RÉGION MULHOUSIENNE

Des pratiquants en majorité jeunes

La fédération française de football est la fédération qui rassemble le plus de licenciés à l'échelle de l'agglomération (9 730 licenciés). Elle est suivie par l'UNSS (collèges et lycées) et l'USEP (écoles publiques du 1er degré) avec près de 4500 licenciés chacune. La fédération française de sport scolaire de l'enseignement privé (UGSEL) regroupe quant à elle, 1 760 licenciés.

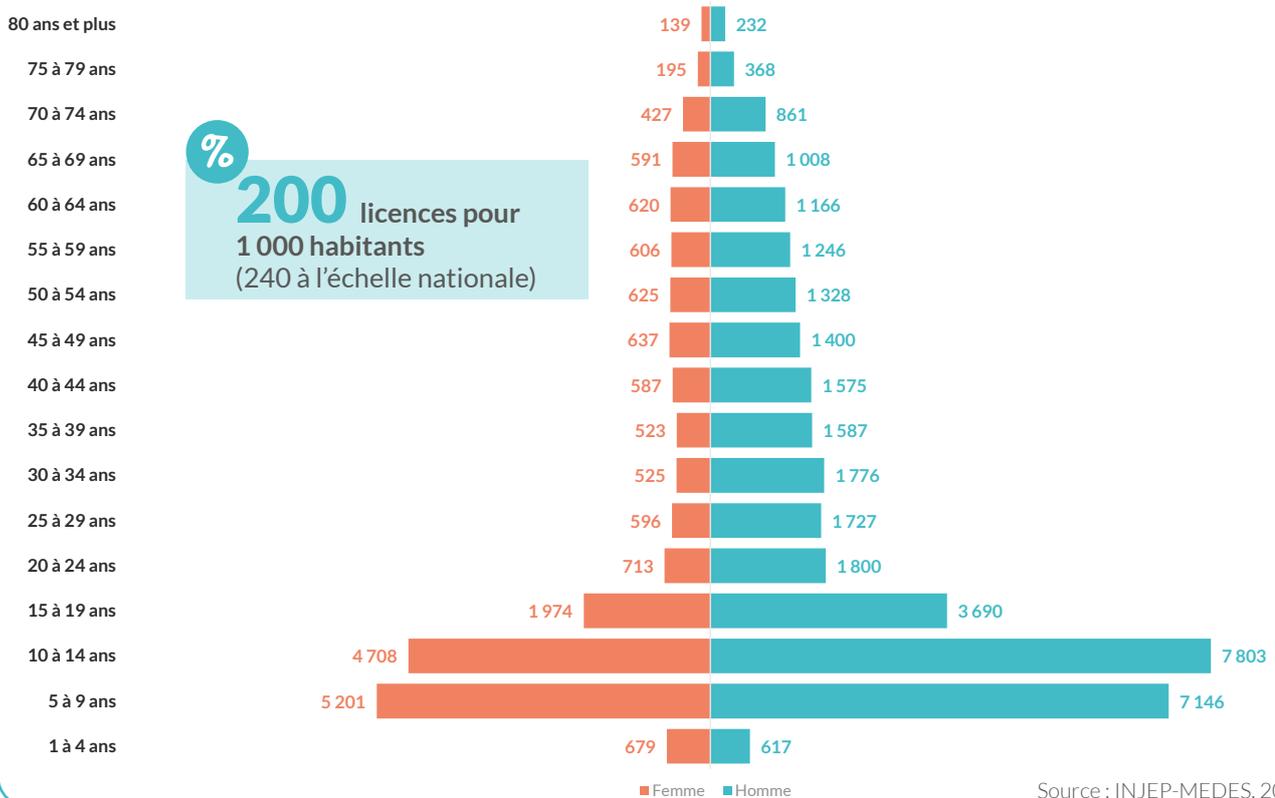
54 676
licenciés dans la Région Mulhousienne
Source : INJEP-MEDES, 2025

Top 10 des fédérations en nombre de licences annuelles en 2022 à l'échelle de la Région Mulhousienne



Source : INJEP-MEDES, 2025

Pyramide des âges des licences annuelles à l'échelle de la Région Mulhousienne en 2022



Source : INJEP-MEDES, 2025

À l'échelle de la Région Mulhousienne, les **moins de 20 ans** représentent **58,2% des licenciés**, ce qui est légèrement supérieur à la moyenne nationale (56,8%).

La part des **licences féminines** est quant à elle de **35,4%** soit **inférieure à la moyenne nationale (38,6%)**. Elle diminue à l'arrivée de la puberté, alors que pour les garçons, le nombre de licence augmente dans la même tranche d'âge.

Des bienfaits indéniables

Le **sport** génère des **effets positifs** multiples pour les individus comme pour la collectivité. Il améliore la santé physique et mentale, participe au bien-être quotidien, renforce la confiance en soi et réduit les risques de maladies chroniques. Mais au-delà des effets sanitaires, il constitue un puissant vecteur de lien social, d'éducation et de vivre-ensemble. L'ampleur de ces bénéfices justifie une attention renforcée dans les politiques publiques locales.

Des pratiques en constante évolution

Les **pratiques sportives se transforment** : individualisation des usages, développement du sport en accès libre, nouvelles disciplines... Ces mutations interrogent les modes d'organisation traditionnels du sport, historiquement centrés sur les clubs et les équipements fermés. Elles appellent à une adaptation des offres, des horaires, des formats d'accompagnement, mais aussi à une prise en compte des usages spontanés et informels dans la conception des espaces publics.

Une offre diversifiée à l'échelle de l'agglomération mulhousienne mais des équipements vieillissants

Avec 628 équipements recensés en 2023, le territoire dispose d'une **offre sportive globalement diversifiée**, notamment en gymnases, mieux représentés que la moyenne nationale. Cette diversité masque cependant des disparités : l'offre globale reste inférieure à la moyenne française et une **part importante des équipements est vieillissante**, avec peu de rénovations majeures depuis 2005. Le déficit d'équipements récents et polyvalents peut freiner l'adaptation aux pratiques sportives actuelles et se traduit en partie par un nombre de licenciés inférieur à la moyenne nationale.

L'accessibilité aux équipements sportifs une question importante sur le territoire

Si l'offre est variée, son **accessibilité reste un enjeu central**. Les disparités spatiales, les freins économiques, les contraintes de temps ou de mobilité, les barrières sociales ou culturelles peuvent limiter l'accès de certains publics au sport. Ces inégalités sont d'autant plus problématiques que le sport est un levier reconnu de réduction des inégalités sociales. Travailler sur l'accessibilité doit permettre d'interroger à la fois la localisation des équipements, leur mode de gestion, leurs horaires, leur coût et les modalités d'accueil. C'est aussi repenser l'articulation entre sport institutionnel et usages libres.

Des pistes à explorer

Ce document propose une **vision globale des atouts du développement du sport sur le territoire**. Il offre également un **premier aperçu structuré des dynamiques sportives à l'échelle de l'agglomération**. Il met en évidence des tendances fortes, mais ne couvre pas l'ensemble des dimensions du secteur. Les modalités de pratique, qu'il s'agisse de sport libre, de salles privées ou d'activités extérieures non encadrées, échappent encore en grande partie à l'analyse territoriale, faute de données disponibles.

De même, la fréquentation réelle des équipements, les conditions concrètes d'accessibilité ou la mesure des nouvelles pratiques (mixité, temporalités, intensité d'usage...) restent aujourd'hui difficilement quantifiables à cette échelle.

Ces limites invitent à poursuivre la réflexion à travers des enquêtes qualitatives, des analyses d'usage ou des approches croisées entre politiques sportives, aménagement, mobilités et santé publique.



PUBLICATIONS EN LIEN

Disponibles sur le site internet de l'Agence

www.afut-sudalsace.org

LA SANTÉ À MULHOUSE ET DANS SES QUARTIERS

L'ORS (Observatoire régional de la santé) et l'Afut Sud-Alsace ont collaboré et analysé les données transmises par de nombreux partenaires : SOS Médecin 68, CPAM, Conseil départemental...

LA SANTÉ DANS LE HAUT-RHIN : ÉVOLUTION DES DÉTERMINANTS DE SANTÉ

Cette publication met en lumière les inégalités territoriales de santé dans le Haut Rhin. Elle est basée sur l'analyse des déterminants socio-économiques (démographie, niveau de vie, niveau de formation, emploi) et environnementaux (air, eau, sol bruit, habitat).

Afut

agence de fabrique
urbaine et territoriale

SUD-ALSACE

CONTACT

Afut Sud-Alsace

33 avenue de Colmar
68200 MULHOUSE

www.afut-sudalsace.org

Direction de la publication

Viviane BEGOC, directrice de l'Agence

Conception et rédaction

Mohamed YAGOUB

mohamed.yagoub@afut-sudalsace.org

03 69 77 60 76

Iconographie

Freepik / Afut Sud-Alsace

Toute reproduction autorisée avec mention précise de la source et référence exacte.