

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE



Paris, le 31 mars 2023

### Le running en 2022, entre diversification de la pratique et nouvelles habitudes de consommation

L'Observatoire du Running 2023, dont la restitution s'est tenue ce matin au Mama Shelter Paris West en présence de plus d'une centaine d'invités, dévoile ses résultats.

Créé en 2018 par Sport Heroes et rejoint en 2020 par l'UNION sport et cycle, l'Observatoire du Running dévoile chaque année en exclusivité les chiffres de la pratique du running et les tendances des prochaines années. Il se base sur l'analyse des trackers d'activité et sur un sondage qui décrypte les pratiques et les habitudes de consommation des runners.

En 2022, les coureurs ont adopté une pratique de plus en plus diversifiée, caractérisée par une augmentation de la pratique du trail, une hausse de la multi activité et une diversification des lieux de pratique et des partenaires d'entraînement. Cette diversification s'inscrit dans un contexte économique et climatique qui perturbe le quotidien des coureurs et les amène à revoir leurs habitudes de consommation.

Alors que 2021 avait marqué un retour à la normale après la pandémie, l'année 2022 se caractérise par une accélération de la pratique du running. Désormais, les coureurs augmentent la fréquence de leurs séances et parcourent davantage de kilomètres.

Vitesse moyenne	6'1	6'2	6'2
Durée des séances (min)	54	58	59
Sorties / mois	7,9	8,1	8,5
Km / run	8,9	9,3	9,4
	2020	2021	2022

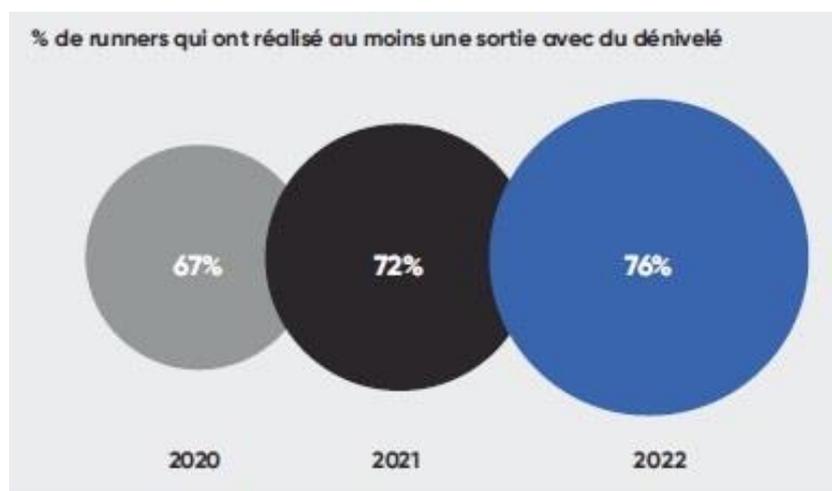
Les records de températures mesurés par Météo France durant l'année contraignent les runners à s'adapter à ces conditions climatiques en modifiant leurs horaires de pratique, comme l'affirment 70% des répondants. Pourtant, seulement 10% d'entre eux affirment réduire leur pratique durant les périodes de canicule, démontrant une nouvelle fois un profond attachement à leur pratique.

### **Une pratique de plus en plus libre et diversifiée**

En 2022, la pratique du running se caractérise par une diversification croissante.

Les coureurs ne se limitent plus exclusivement à cette activité et s'adonnent en moyenne à 4,4 autres disciplines sportives. Parmi celles-ci, le trail connaît de plus en plus d'adeptes, y compris parmi les coureurs qui se consacraient exclusivement à la course sur route. Aujourd'hui, 69% des coureurs affirment pratiquer les deux durant l'année.

Ils varient également les cadres de pratique, en courant dans 3,5 lieux différents en moyenne par an, que ce soit en ville, en montagne ou à la campagne. Une variation que l'on retrouve également chez les partenaires de pratique puisque les runners courent dans 2 configurations différentes en moyenne par an (seul ou à plusieurs).



### **Les coureurs face à l'inflation : entre arbitrages économiques et nouvelles attentes de consommation**

En raison de l'inflation, les coureurs doivent désormais procéder à des arbitrages économiques. Ainsi, 60% d'entre eux prévoient de réduire leurs dépenses liées au running en 2023 en achetant davantage de produits en promotion.

Malgré cette incertitude économique, l'année 2023 pourrait être l'année du rebond pour les courses. En effet, 46% des runners déclarent vouloir participer à davantage de courses qu'en 2022.

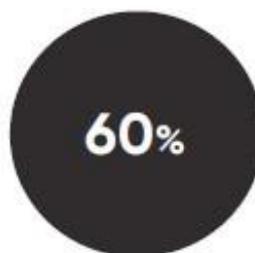
Des difficultés économiques qui pourraient s'accompagner de nouvelles attentes de consommation portées par les jeunes générations. En effet, bien que tous les coureurs, quel que soit leur âge, se disent sensibles à la cause environnementale, les plus jeunes semblent plus enclins à adopter de nouveaux modes de consommation tels que les collections en précommande (58% des 18/24 ans).

Pour les dépenses du quotidien



font attention / réduisent leurs dépenses du quotidien à cause de l'inflation

Pour les produits running



des runners comptent réduire leurs dépenses de produits running en 2023

## Notre méthodologie

---

Deux approches ont été développées pour concevoir l'Observatoire du Running :

### L'analyse de la data

Nous utilisons les données de tracking issues de l'application Running Heroes. Elles nous permettent d'obtenir une photographie "réelle" de l'activité des runners de la communauté :

- 7 911 000 activités de running générées en 2021
- 69% Homme / 31% Femme
- Age Moyen : 31 ans

### L'enquête qualitative

En complément des données Big Data, nous avons réalisé un sondage auprès de 4 600 membres de la communauté Running Heroes, du 7 au 14 février 2022. Ces données nous permettent d'analyser plus finement les résultats et de mettre en exergue les différents segments de runners via des tris croisés (âge, genre, ancienneté & fréquence de pratique, ...)

A l'instar de nos précédentes publications, la robustesse de notre échantillon nous fournit **une image précise et riche des comportements des runners**, à défaut d'être totalement représentative de l'ensemble des runners en France. Aussi, la sur-représentation des runners « compétiteurs » et « intensifs » parmi les répondants à notre enquête qualitative invite à apprécier avec les précautions nécessaires certaines réponses.

**N.B.** Si vous souhaitez obtenir l'étude complète et/ou les photos prises lors de l'événement, veuillez nous contacter aux coordonnées indiquées ci-dessous.

## CONTACT PRESSE

Guillaume Albors

Responsable des relations médias

+33 (0)6 15 51 11 48

[guillaume.albors@unionsportcycle.com](mailto:guillaume.albors@unionsportcycle.com)

## A propos de l'UNION Sport & Cycle

L'UNION Sport & Cycle est la première organisation professionnelle du secteur du sport et des loisirs. Elle fédère 3 000 entreprises représentant plus de 3 000 points de vente, 500 marques, plus de 2 500 établissements sportifs, 80 000 salariés, et 12 milliards d'euros de chiffre d'affaires cumulé. Elle a pour principal objet la représentation officielle de toutes les entreprises industrielles et

commerciales du secteur économique des articles et équipements de sports, de loisirs, du cycle et de la mobilité.



#### A propos de SPORT HEROES

Sport Heroes est une entreprise tech qui s'est donnée pour mission d'initier chez chacun·e d'entre nous des rituels bien-être qui nous rassemblent. Ses apps accompagnent les individus au quotidien en leur donnant les moyens d'explorer toutes les facettes du bien-être, en les encourageant à bouger plus et mieux pour soi, pour les autres et pour la planète. Sport Heroes existe depuis 2014, a plus de 600 partenaires (marques, organisateur·ices d'événements, ONG, entreprises), et compte +2,5M de membres dans 150 pays. L'équipe Sport Heroes est composée de +100 expert·e·s passionné·es, et est localisée à Paris, Madrid et Sydney. Depuis 2019, Sport Heroes est engagée dans la protection de l'environnement et reverse une partie de son chiffre d'affaires au WWF au travers de l'initiative 1% for the planet.

