Sport Suisse 2026

Activité et consommation sportives de la population suisse

swiss olympic
spirit of sport

suva

bfu bpa upi

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Département fédéral de l'intérieur DFI
Office fédéral de la statistique OFS

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO

Sport Suisse 2026

Activité et consommation sportives de la population suisse

Markus Lamprecht, Rahel Bürgi, Hanspeter Stamm, Angela Gebert

2026

Observatoire Suisse du Sport
c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG
Forchstrasse 212
CH-8032 Zurich
Tél.: +41 44 260 67 60
Courriel: info@sportobs.ch

Office fédéral du sport OFSPO
Bureau de prévention des accidents BPA
Suva
Swiss Olympic
Office fédéral de la statistique OFS

Pour citer ce document: Lamprecht, Markus, Rahel Bürgi, Hanspeter Stamm et Angela Gebert (2026): Sport Suisse 2026 – Activité et consommation sportives de la population suisse. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.

Table des matières

1. **Introduction** 6

2. **Évolution de l'activité sportive** 7

3. **Habitudes en matière d'activité sportive et physique** 10

4. **Différences selon l'âge et le sexe** 13

5. **Motivations et conception du sport** 17

6. **Sports et aspirations** 22

7. **Différences régionales** 27

8. **Différences sociales** 31

9. **Non-sportifs** 36

10. **Lieux, horaires et cadre de la pratique sportive** 41

11. **Sport en club** 47

12. **Sport dans les centres de fitness** 51

13. **Vacances sportives** 53

14. **Dépenses liées au sport** 56

15. **Blessures et accidents liés au sport** 59

16. **Intérêt porté aux sports médiatiques** 61

17. **Encouragement du sport, intérêt pour le sport, politique du sport** 64

18. **Conclusion** 68

19. **Méthodologie et échantillon** 70

20. **Bibliographie** 74

1. Introduction

Menée auprès de la population tous les six ans depuis l'an 2000, l'enquête «Sport Suisse» – la plus grande enquête sur le sport en Suisse – a révélé au fil des 25 dernières années une évolution notable, que l'on peut caractériser d'expansion et de différenciation. «Expansion» en raison du fort accroissement de la pratique sportive, et «différenciation» en raison de la diversification des sports pratiqués, des offres mises à la disposition du public et des motivations des personnes qui font du sport. L'essor du sport observé au cours des dernières décennies a conduit de plus en plus de personnes à s'intéresser au sport, y compris dans certains segments de la population qui n'y avaient longtemps pas eu accès. L'arrivée de ces nouveaux adeptes a fait évoluer le sport: de nouvelles offres ont vu le jour, avec d'autres objectifs, d'autres formes d'organisation et d'autres acteurs. Alors que précédemment, le sport de performance et le sport de compétition pratiqués au sein des clubs occupaient le devant de la scène, le paysage sportif compte désormais une grande variété d'activités axées sur la forme physique, la santé, le plaisir ou la convivialité, organisées dans des structures et des lieux très divers. Cette diversification du sport en a encore accéléré la croissance. Le développement du sport a pris de plus en plus d'ampleur.

Cette évolution semble désormais toucher à sa fin. Il est encore difficile de savoir si nous avons affaire à une consolidation, à une stagnation, voire à un renversement de la tendance. Il semble toutefois incontestable que certains changements sont en cours et qu'ils exigent de nouveaux modèles explicatifs. Le présent rapport décrit ces changements de manière approfondie. L'enquête «Sport Suisse 2026» donne un aperçu détaillé des habitudes sportives de la population suisse. L'évolution de l'activité sportive ainsi que les changements concernant les motivations, les lieux et les cadres de la pratique sportive, les sports pratiqués, les aspirations en matière de sport, les dépenses et les blessures liées au sport y sont présentés. Dans le même temps, ce rapport aborde les différences entre les groupes de population. Les analyses se fondent sur une vaste enquête portant sur un large échantillon de personnes: près de 15 000 personnes interrogées, choisies au hasard pour représenter la population suisse âgée de 15 ans et plus.

Grâce à l'excellente qualité de ses données et à ses analyses détaillées, l'enquête «Sport Suisse» est devenue ces 25 dernières années un outil d'observation solide et reconnu du sport helvétique. En témoigne, entre autres, le nombre record d'organisations responsables et de partenaires qui ont participé à l'étude en 2026. L'enquête «Sport Suisse» est coordonnée et financée par l'Office fédéral du sport (OFSPO), conjointement avec Swiss Olympic, le Bureau de prévention des accidents (BPA) et la Caisse nationale suisse d'assurance en cas d'accidents (Suva). Elle bénéficie également du précieux soutien de l'Office fédéral de la statistique (OFS). SuisseMobile, Suisse Rando, l'Office fédéral des routes (ASTRA) et Swiss Sport Integrity y participent en qualité de partenaires. En outre, onze cantons (BE, BL, GR, NE, NW, SG, SZ, TG, VD, ZG, ZH) et quatre villes (Zurich, Winterthour, Saint-Gall, Rapperswil-Jona) permettent certaines études approfondies au moyen d'échantillons cantonaux et régionaux supplémentaires. La réalisation et la direction scientifique incombent à l'Observatoire Suisse du Sport c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung. YouGov Suisse (anciennement Link) a procédé à la collecte de données, incluant la programmation et la réalisation des enquêtes réalisées en ligne et par téléphone.

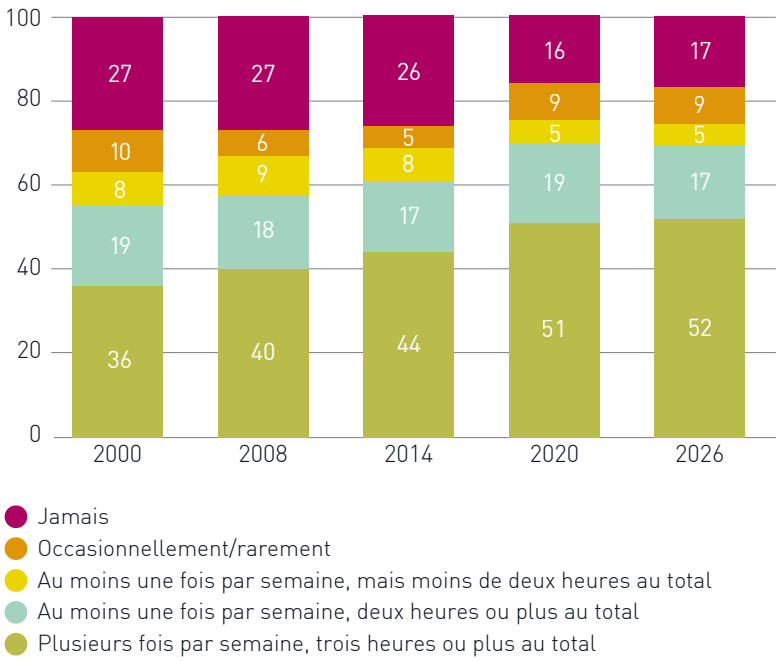
Un projet aussi vaste et complexe n'est réalisable que grâce à un large soutien et à l'engagement de nombreuses personnes, que nous tenons à remercier chaleureusement. Nous remercions tout particulièrement les responsables de l'OFSPO, les membres du groupe de suivi de l'Observatoire Suisse du Sport, ainsi que les responsables des services des sports des cantons et des villes, pour leur collaboration constructive et basée sur la confiance. Nous remercions également la direction du projet et l'ensemble de l'équipe de YouGov pour leur engagement, leur transparence et leur professionnalisme. Enfin, nous remercions vivement les 14 791 participants et participantes à l'enquête. Leurs réponses exhaustives et consciencieuses au questionnaire de 30 minutes nous ont permis de dresser un tableau précis du sport suisse, qui constitue une base scientifique pour les futures décisions en matière de politique du sport.

2. Évolution de l'activité sportive

L'essentiel en bref

- À rebours de la tendance observée depuis de nombreuses années, l'activité sportive de la population suisse n'a pas continué de croître durant la période sous revue. Après le boom du sport, les chiffres se sont stabilisés à un niveau élevé.
- En Suisse, 52 % de la population pratiquent un sport de manière très active, à savoir plusieurs fois par semaine pendant au moins trois heures au total.
- À l'inverse, 17 % de la population indiquent n'avoir aucune activité sportive (non-sportifs).
- La Suisse continue de se classer parmi les pays européens les plus sportifs.

G 2.1: Activité sportive en fonction de la fréquence et de la durée en 2000, 2008, 2014, 2020 et 2026 (en % de la population résidante suisse âgée de 15 ans ou plus)

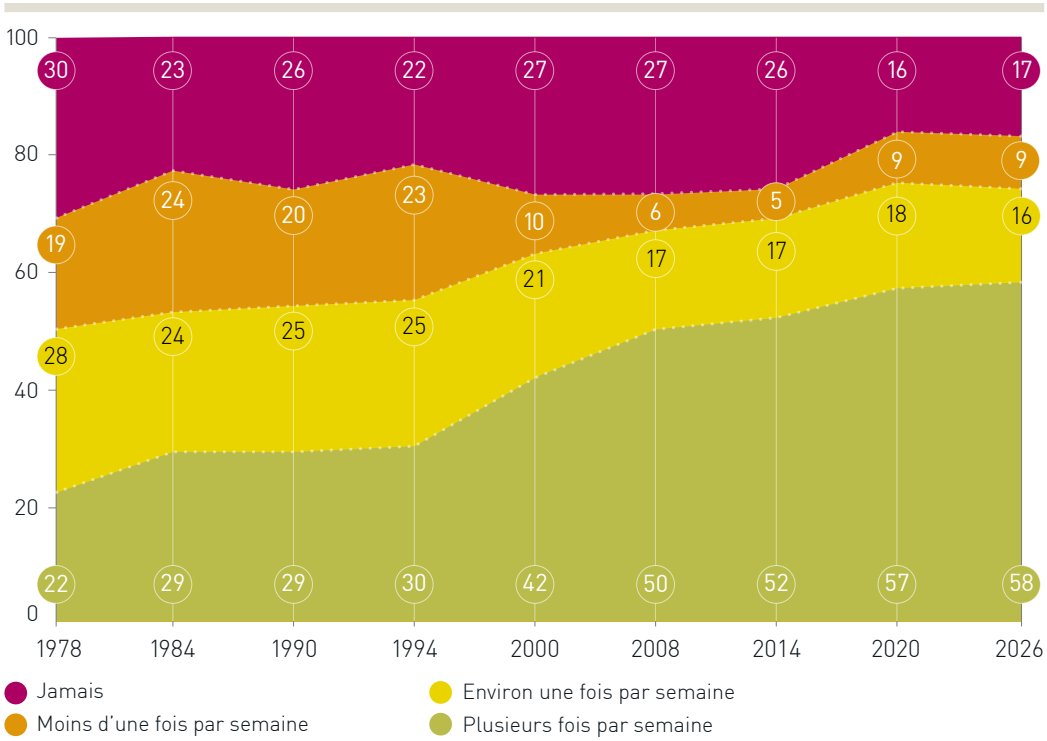


Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2000: 2058, 2008: 10 242, 2014: 10 622, 2020: 12 086, 2026: 14 741. Par la suite, nous appelons «sportifs très actifs» toutes les personnes qui font du sport plusieurs fois par semaine, à raison de trois heures ou plus. Toutes les autres personnes interrogées qui font du sport d'une manière ou d'une autre constituent la catégorie des «sportifs actifs». De plus, parmi les personnes sportives actives, celles qui ne font du sport qu'irrégulièrement ou que rarement sont désignées comme des «sportifs occasionnels». Enfin, les «non-sportifs» englobent les personnes qui affirment n'avoir aucune activité sportive.

Pendant des années, le sport a suivi une seule tendance: la pratique sportive de la population suisse a progressé sans interruption [1-4]. Cette dynamique semble aujourd'hui atteindre un plafond. Après le boom du sport, les chiffres se sont stabilisés à un niveau élevé. Pour la première fois au cours des 25 dernières années, la part des personnes sportives très actives a cessé de croître significativement. La situation évolue également peu chez les personnes non sportives ou dont la pratique n'est qu'occasionnelle. L'activité sportive de la population suisse en 2026 affiche le même niveau qu'en 2020 (cf. graphique 2.1).

Le boom du sport touche à sa fin, mais le niveau d'activité sportive reste élevé

Une observation de longue durée, avec des indicateurs quelque peu simplifiés, montre une première augmentation de l'activité sportive à la fin des années 1970, suivie d'une phase étonnamment constante (cf. graphique 2.2). Le boom du sport commence pour de bon au milieu des années 1990. Dès ce moment, la part des personnes qui font du sport plusieurs fois par semaine augmente continuellement, tandis que le nombre de sportifs occasionnels diminue nettement. À partir du milieu des années 2010, le boom touche également les personnes non sportives. De manière différée, il se produit une forte baisse du nombre de non-sportifs. Dans les années 2020, l'expansion du sport semble plafonner. L'augmentation de la pratique sportive stagne à un niveau élevé.



G 2.2: Évolution de l'activité sportive en Suisse entre 1978 et 2026 (en %)

Remarque: Les chiffres préalables à la création de l'enquête «Sport Suisse» en 2000 s'appuient sur des sondages menés auprès de la population par Swiss Olympic. Dans les éditions antérieures, la différence entre «(quasi) quotidiennement» et «plusieurs fois par semaine» n'existait pas, et la durée de l'activité n'était pas relevée. De plus, alors que les premiers sondages étaient effectués auprès d'un échantillon de 1000 personnes au plus, 2064 personnes ont été interrogées en 2000, 10 262 en 2008, 10 652 en 2014, 12 120 en 2020 et 14 790 en 2026.

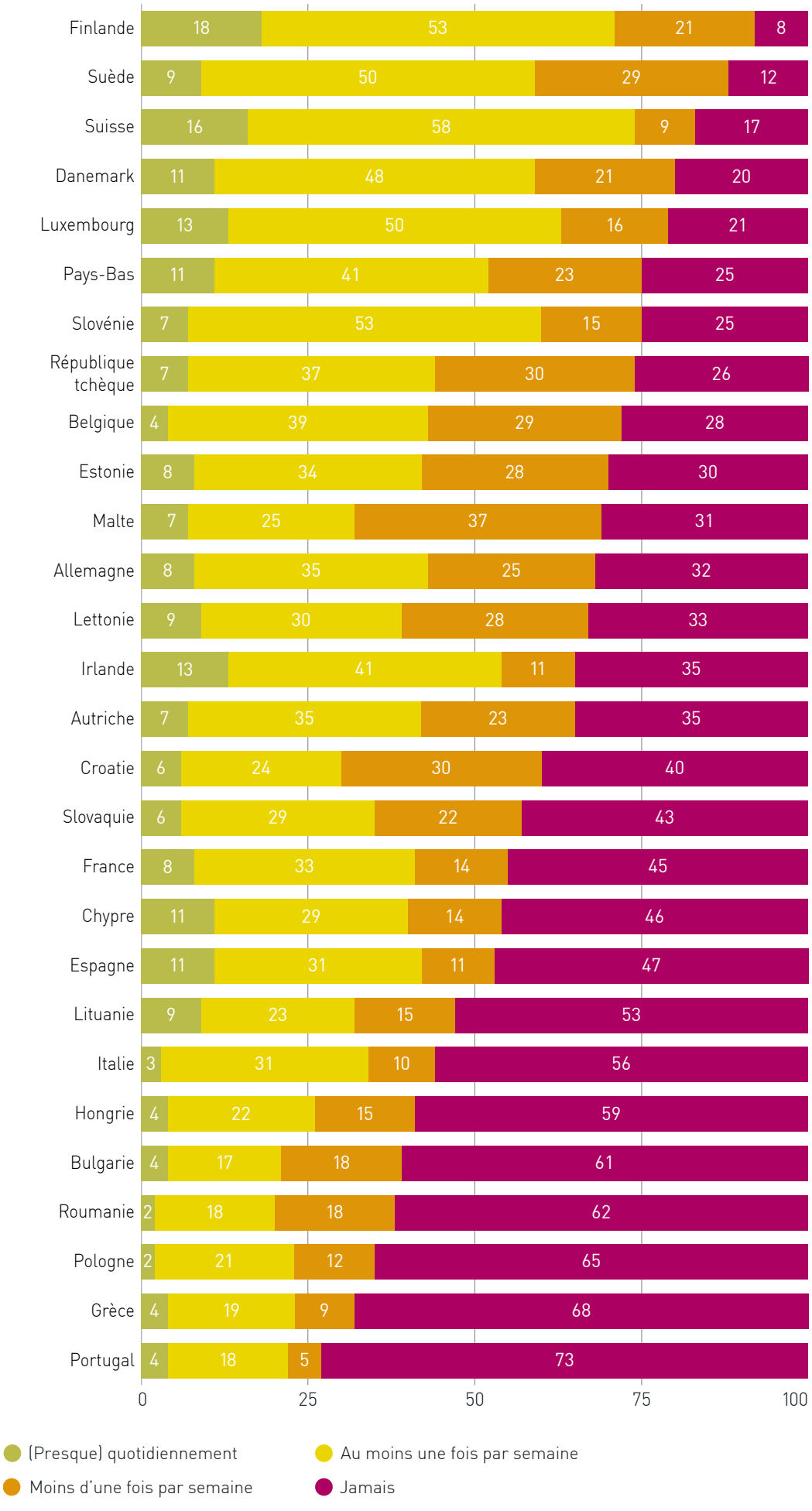
La Suisse conserve sa place parmi les pays les plus sportifs

Il est intéressant de comparer la place actuelle de la Suisse par rapport à d'autres pays. Jusqu'à maintenant, la Suisse comptait parmi les nations les plus sportives d'Europe aux côtés des pays scandinaves. Est-ce que la stagnation évoquée a provoqué un déclassement de la Suisse ou est-ce que d'autres pays ont eux aussi stagné? Le graphique 2.3 donne la réponse: la Suisse compte toujours parmi les pays européens les plus sportifs, même en tenant compte de l'évolution actuelle. Que l'on compare la proportion de personnes qui font du sport tous les jours ou toutes les semaines, ou la proportion de personnes non sportives, la Suisse reste en tête du classement aux côtés de plusieurs pays nordiques, à savoir la Finlande, la Suède et le Danemark. La Norvège, qui appartient en principe à ce groupe, n'a pas participé à l'Eurobaromètre [5]. Ce qui distingue les pays nordiques et la Suisse, c'est le statut du sport comme partie intégrante du style de vie.

La progression du sport stagne également dans d'autres pays

Le graphique 2.3 montre que les premières places au classement n'ont pas changé en six ans. La suite du classement a quelque peu évolué, notamment en fonction de la catégorie. Dans l'ensemble, néanmoins, on constate que le ralentissement du développement de l'activité sportive ne concerne pas que la Suisse. La progression du sport stagne dans de nombreux autres pays, quand la tendance n'est pas décroissante, comme en Suède, en Hongrie, en Belgique, en Allemagne, en Pologne, au Danemark ou au Portugal. Il convient toutefois de préciser que les données de l'Eurobaromètre représentées datent de 2022, année encore fortement marquée par la pandémie de COVID-19. Dans les pays cités, il est possible que la tendance à la baisse soit une conséquence passagère de la pandémie ainsi que des mesures qui en ont résulté et qui ont fortement restreint la pratique sportive. Pour la Suisse aussi, la question se pose de savoir si la pandémie a influencé, voire freiné, la progression de l'activité sportive et, si oui, de quelle manière. Il y a quatre ans, l'étude «Sport Suisse light 2022» est arrivée à la conclusion que la pandémie de COVID-19 avait entraîné des modifications et des glissements dans les habitudes sportives, mais sans provoquer de ruptures majeures ni de grands bouleversements. Toutefois, cette même étude affirmait que seules les années suivantes montreraient si ces changements étaient simplement temporaires ou s'ils auraient des effets durables sur l'évolution du sport [6].

Dans les chapitres ci-après, nous examinerons précisément comment et où se manifeste la stagnation du boom du sport, et nous identifierons de possibles évolutions divergentes entre différents domaines et différents groupes de population. Pour ce faire, nous nous pencherons sur les différences entre les sexes, les tranches d'âge et les régions, tout en tenant compte des facteurs sociaux et de la diversité des situations personnelles. Nous aborderons aussi de manière approfondie les motivations, les sports, les lieux et cadres de la pratique sportive, ainsi que les dépenses liées au sport et l'image du sport. Sur la base de ces analyses, nous reviendrons, pour conclure, sur deux questions: comment expliquer l'évolution récente du sport et quel rôle la pandémie de COVID-19 a-t-elle joué dans ce contexte (cf. chapitre 18)?



G 2.3: Activité sportive en Europe, comparaison avec les données de l'Eurobaromètre (en %)

Remarque: Les données relatives aux pays européens sont issues de l'Eurobaromètre spécial de la Commission européenne «525 – Sport et activité physique» [5]. Comme la Suisse n'a pas participé à l'Eurobaromètre, nous avons utilisé les données issues de l'enquête «Sport Suisse 2026» à des fins de comparaison.

3. Habitudes en matière d'activité sportive et physique

L'essentiel en bref

- Le boom du sport s'est accompagné ces 25 dernières années d'un élargissement de la notion de sport. Bien qu'il n'existe pas de définition scientifique précise du sport, la population possède une conception intuitive des activités que l'on peut considérer comme sportives.
- La stagnation de l'activité physique concerne non seulement la pratique du sport au sens propre, mais aussi les autres types d'activité physique.
- Près des trois quarts de la population suivent les recommandations actuelles en matière d'activité physique publiées par le Réseau suisse Santé et activité physique (hepa), tandis que 16 % de la population ne sont que partiellement actifs et que 8 % sont inactifs.
- Il existe un lien étroit entre habitudes sportives et habitudes en matière d'activité physique. Une personne qui a une pratique régulière et intense du sport a de fortes probabilités de satisfaire aux recommandations en matière d'activité physique.

Avant de se demander si l'activité sportive a changé au cours des dernières années et en quoi, il convient de clarifier ce qu'est le sport. Quelles activités considérons-nous comme sportives? Lesquelles ne le sont pas? Ni les politiques ni les scientifiques n'ont réussi à s'entendre sur une définition unique et contraignante. Bien sûr, plusieurs tentatives ont été faites pour distinguer le sport des autres activités physiques, en insistant notamment sur ses valeurs intrinsèques comme la performance, le respect des règles et l'absence de finalité, ainsi que sur ses conditions-cadres spécifiques, notamment la structure associative. Toutefois, ces tentatives de définition atteignent rapidement leurs limites et ne reflètent pas la diversité de la pratique sportive. Le boom du sport a rendu la notion de sport plus large et, par conséquent, plus difficile à définir clairement. Avec son expansion, le sport a gagné en diversité tout en devenant plus hétérogène et moins facile à cerner.

Quelle est la définition du sport?

Sur la base de ce constat, nous avons suivi une voie différente pour réaliser «Sport Suisse» et, dès 2000, nous avons choisi de ne pas définir explicitement le sport. Pour nous, le sport correspond à ce que la population comprend par ce terme. Lors de l'enquête, les personnes interrogées ont pu décider si elles considéraient leurs activités physiques comme du sport ou non. La question «Pratiquez-vous du sport?» n'était accompagnée d'aucune définition du sport. Les questions portant concrètement sur les habitudes sportives n'étaient posées que plus loin dans le questionnaire. Les personnes interrogées ont été priées d'énumérer spontanément toutes leurs activités sportives. Des activités citées, on peut ensuite tirer des conclusions sur la conception que les personnes interrogées ont du sport. Il convient de souligner que nous n'avons exclu de la catégorie du sport qu'un très petit nombre d'activités, mentionnées le plus souvent de manière humoristique. Parmi les activités citées ponctuellement et que nous avons choisi de ne pas retenir figurent notamment l'installation de clôtures, le jass, le ménage, le service de sapeurs-pompiers, les grillades, la livraison de boissons ou le portage de bébé. Toutes les autres activités mentionnées peuvent être considérées comme sportives et sont reconnues comme des sports par les organisations et fédérations sportives. Par rapport à la première étude «Sport suisse» menée en 2000, l'élargissement de la conception du sport que nous avons évoquée plus haut est manifeste. La randonnée, le yoga, la danse, le quadball, le Pilates ou le baby-foot, entre autres, sont aujourd'hui clairement reconnus comme des sports. En bref: même s'il est difficile de définir clairement le sport, il semble exister une conception intuitive du sport comme pratique culturelle.

Comment mesure-t-on le sport?

L'indicateur utilisé au chapitre 2 repose sur trois questions simples: «Pratiquez-vous du sport?», «À quelle fréquence?», «Combien d'heures par semaine?». Le tableau 3.1 présente les réponses à ces trois questions. Les personnes qui ont répondu par «non» à la première question sont classées dans la catégorie «jamais» et sont considérées non sportives. Le tableau montre que la fréquence et la durée d'activité n'ont que peu évolué au cours des six dernières années. Une légère baisse a été observée dans la proportion de personnes qui font du sport environ une fois par semaine et dans celle des personnes dont la durée d'activité atteint environ deux heures, alors que le groupe des personnes non sportives a quant à lui légèrement augmenté. Les changements sont toutefois minimes, ce qui se retrouve également dans la composition de l'indicateur sportif.

T 3.1: Profil sportif en fonction de la fréquence et de la durée de l'activité sportive en 2000, 2008, 2014, 2020 et 2026 (en % de la population résidante âgée de 15 ans ou plus)

		2000	2008	2014	2020	2026
Fréquence de l'activité sportive	Jamais	27	27	26	16	17
	Occasionnellement ou rarement	10	6	5	9	9
	Environ une fois par semaine	21	17	17	18	16
	Plusieurs fois par semaine	30	38	42	41	42
	(Quasi) quotidiennement	12	12	10	16	16
Nombre d'heures par semaine	Jamais	27	27	26	16	17
	Moins de deux heures	12	12	10	10	10
	Deux heures	15	15	14	15	13
	Trois à quatre heures	20	22	24	25	25
	Cinq à six heures	12	13	12	16	16
	Sept heures et plus	14	13	14	18	19
Nombre de personnes interrogées		**2058**	**10 242**	**10 616**	**12 082**	**14 727**

L'indicateur combine la fréquence et la durée d'entraînement (cf. tableau 3.2). Une pratique plus fréquente entraîne généralement un nombre d'heures plus élevé. Cependant, ce n'est pas systématique, et il existe des exceptions significatives: certaines personnes interrogées s'entraînent rarement mais sur une très longue durée, tandis que d'autres ne dépassent pas deux heures au total malgré plusieurs séances d'entraînement par semaine. Les premières sont par exemple des randonneurs ou des cyclistes qui font une longue excursion de temps à autre. Les secondes sont des personnes qui font une courte séance d'entraînement plusieurs fois par semaine, par exemple sous la forme d'un programme de fitness. Les modèles d'activité représentés sont restés pratiquement inchangés au cours des six dernières années. Aucune cellule ne montre une évolution de plus d'un point de pourcentage. En additionnant les pourcentages des cellules de même couleur, on obtient l'indicateur présenté dans le graphique 2.1, avec les couleurs correspondantes.

Les habitudes en matière d'activité physique se figent également

Étant donné que les chiffres du tableau 3.1 et l'indicateur du graphique 2.1 montrent que la progression du sport est à l'arrêt, il se pose la question de savoir si les habitudes de la population suisse en matière d'activité physique connaissent également une stagnation. Dans le cadre de l'enquête «Sport Suisse», nous nous sommes donc intéressés non seulement aux pratiques sportives, mais également aux activités physiques réalisées au quotidien, au travail et pendant les loisirs. Sont quantifiées toutes les activités qui font transpirer ou qui provoquent au moins un certain essoufflement. Un indicateur différenciant plusieurs degrés d'activité a été défini sur la base des recommandations en matière d'activité physique formulées par l'Office fédéral du sport, l'Office fédéral de la santé publique, Promotion Santé Suisse, le Bureau de prévention des accidents et le Réseau suisse Santé et activité physique (hepa). Pour satisfaire aux recommandations en matière d'activité physique, un minimum de 150 minutes d'activité physique modérée ou de 75 minutes d'activité physique intense par

T 3.2: Activité sportive: modèle d'activité en fonction de la fréquence et de la durée (en % de la population résidante suisse âgée de 15 ans ou plus)

	Jamais	Moins de 2 heures	2 heures	De 3 à 4 heures	De 5 à 6 heures	7 heures et plus	**Total**
Jamais	17						**17**
Occasionnellement ou rarement		5	2	1	1	0	**9**
Une fois par semaine ou moins		4	7	4	1	0	**16**
Plusieurs fois par semaine		1	4	17	12	8	**42**
(Quasi) quotidiennement		0	1	2	3	10	**16**
Total	**17**	**10**	**13**	**25**	**16**	**19**	**100**

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 14 727. En raison des écarts d'arrondi, les sous-totaux affichés peuvent légèrement différer de la somme des cellules. Les couleurs correspondent aux catégories du graphique 2.1.

semaine est nécessaire, de préférence sur plusieurs jours [7]. Les personnes qui n'atteignent pas ces exigences minimales sont considérées partiellement actives ou inactives.

Le tableau 3.3 fait apparaître une légère modification des habitudes en matière d'activité physique: la part des personnes qui satisfont aux exigences minimales a baissé de 2 points de pourcentage au cours des six dernières années. Ces résultats concordent avec les chiffres de l'Office fédéral de la statistique. Selon l'enquête suisse sur la santé, la part des personnes qui ne satisfont pas aux recommandations en matière d'activité physique a nettement diminué entre 2002 et 2017. Toutefois, cette amélioration ne s'est pas poursuivie entre 2017 et 2022 [9]. Tout comme pour le sport, l'évolution des habitudes en matière d'activité physique s'est stabilisée après une longue progression.

T 3.3: Habitudes en matière d'activité physique au sein de la population (en % de la population âgée de 15 ans ou plus)

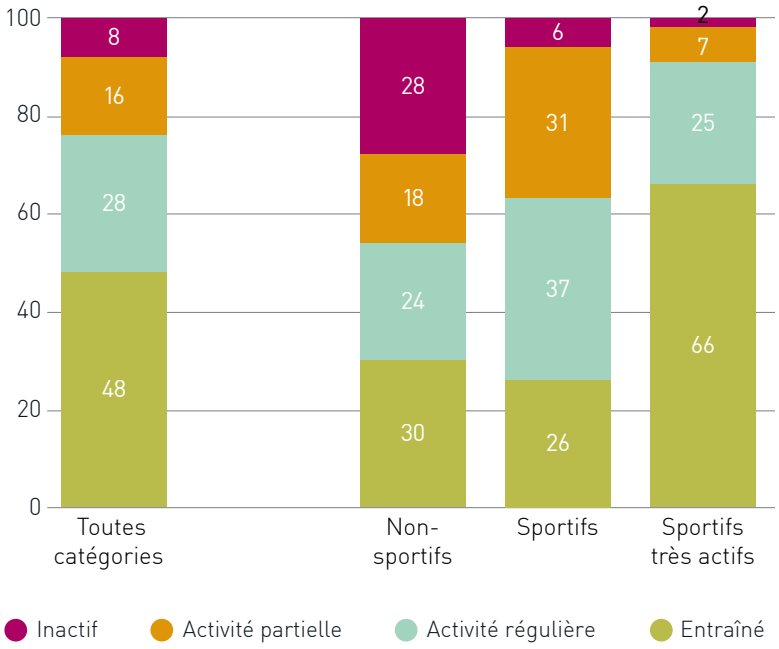
	2014	2020	2026
Inactif	8	6	8
Activité partielle	14	16	16
Activité régulière	29	27	28
Entraîné	49	51	48

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2014: 10429; 2020: 11987; 2026: 14576. Catégories d'habitudes en matière d'activité physique: entraîné: au moins 3 jours de transpiration (activités intensives); activité régulière: activité modérée ≥ 150 minutes ou 2 jours de transpiration par semaine; activité partielle: activité modérée de 30 à 149 minutes ou 1 jour de transpiration par semaine; inactif: activité modérée < 30 minutes et moins d'un jour de transpiration par semaine. Consulter également l'indicateur «Promotion du sport» sur www.sportobs.ch [8].

Pratique sportive régulière comme moyen efficace de lutter contre la sédentarité

Il existe un lien étroit entre les habitudes sportives et les habitudes en matière d'activité physique. Une personne qui fait beaucoup de sport satisfait très probablement aux recommandations en matière d'activité physique. Une personne qui ne fait pas de sport peut, certes, rester en forme en étant active au quotidien, en travaillant, en jardinant ou en faisant le ménage. Néanmoins, les personnes non sportives sont nettement plus susceptibles de ne pas satisfaire aux exigences minimales en matière d'activité physique bénéfique pour la santé. C'est ce que montre le graphique 3.1: 46 % des personnes non sportives ne satisfont pas aux recommandations en matière d'activité physique, contre 9 % des personnes très actives. Ce dernier chiffre peut paraître étonnant, mais il existe des sports que l'on peut pratiquer sans beaucoup transpirer, comme le tir, le billard – ou les échecs, dont l'admission dans la famille sportive reste d'ailleurs très contestée.

G 3.1: Relation entre activité sportive et respect des recommandations en matière d'activité physique (en %)



Remarque: Nombre de personnes interrogées: 14576. Catégories d'activité sportive: Non-sportifs: aucune activité sportive; sportifs très actifs: plusieurs fois par semaine, trois heures ou plus au total; sportifs: toutes les autres personnes qui pratiquent un sport. Catégories d'habitudes en matière d'activité physique: voir tableau 3.3.

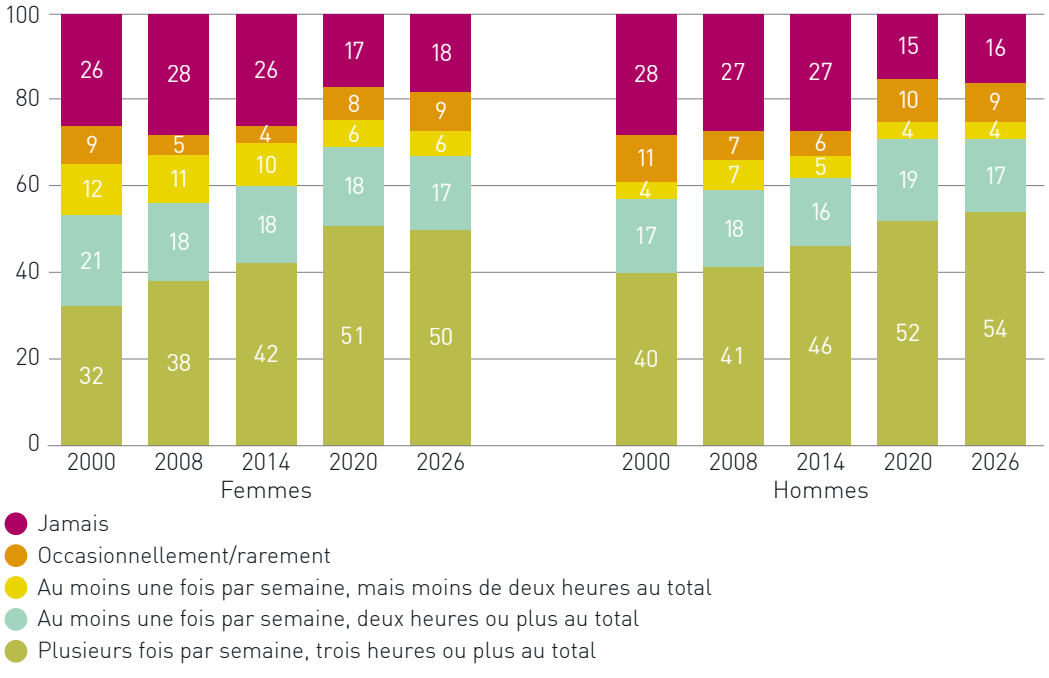
En comparant les résultats du graphique 3.1 avec les valeurs de 2020, on constate que la modification des habitudes de la population en matière d'activité physique concerne surtout les personnes non sportives. Alors que 63 % des personnes non sportives satisfaisaient encore aux recommandations en matière d'activité physique en 2020, elles ne sont plus que 54 % en 2026. Par rapport à 2020, on enregistre une nette baisse du nombre de personnes non sportives qui atteignent trois jours de transpiration par semaine malgré leur inactivité sportive et qui peuvent donc être classées au niveau «entraîné». Il convient également de noter la proportion élevée et croissante des sportifs actifs qui ne satisfont pas aux recommandations en matière d'activité physique. Ces personnes, dont la part est passée de 34 à 37 %, indiquent qu'elles font du sport mais que leurs activités ne les font ni transpirer suffisamment ni s'essouffler suffisamment pour atteindre le niveau minimal d'activité physique recommandé par le Réseau suisse Santé et activité physique (hepa). Il est possible d'en conclure que plus l'on passe de temps inactif en position assise, plus il est important de pratiquer régulièrement une activité physique et sportive d'intensité modérée à élevée pour respecter les recommandations en matière d'activité physique.

4. Différences selon l'âge et le sexe

L'essentiel en bref

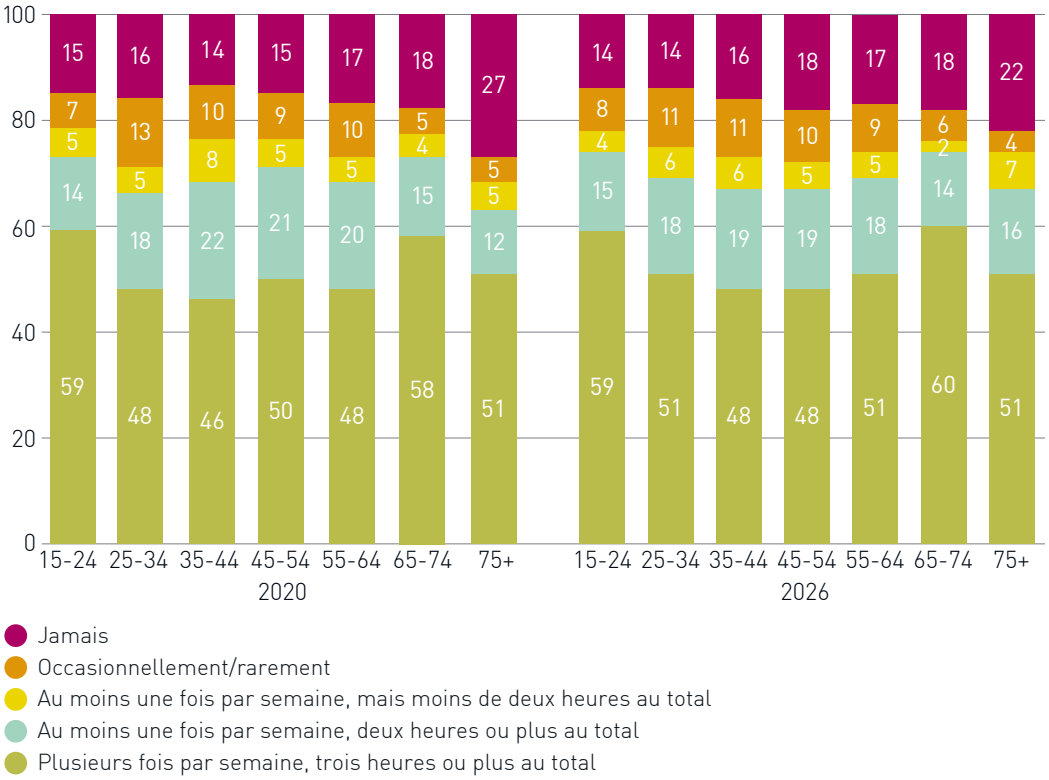
- La stagnation de l'activité sportive n'est pas répartie uniformément entre tous les groupes de population. L'activité sportive a légèrement diminué chez les femmes au cours des six dernières années, tandis qu'elle a quelque peu augmenté chez les hommes.
- L'écart entre les sexes s'est de nouveau légèrement accentué en 2026. C'est surtout chez les personnes les plus jeunes que les hommes font nettement plus de sport que les femmes. À partir de 55 ans, la pratique sportive est aussi fréquente chez les hommes que chez les femmes.
- Chez les deux sexes, la répartition de l'activité sportive sur toute la durée de la vie se présente sous la forme d'une courbe en U. La plus forte activité est constatée chez les personnes de 15 à 24 ans et de 65 à 74 ans, tandis qu'elle est à son niveau le plus faible dans la tranche d'âge des 35 à 54 ans.
- Les habitudes sportives peuvent changer plusieurs fois au cours de la vie. Les changements sont néanmoins plus fréquents chez les femmes que chez les hommes.

Le graphique 4.1 présente l'évolution de l'activité sportive selon le sexe. En 2000, année où l'étude a débuté, les hommes faisaient plus de sport que les femmes. À l'époque, le nombre d'hommes très actifs était nettement supérieur à celui des femmes très actives. Lors du boom du sport entre 2000 et 2020, l'activité sportive a augmenté tant chez les hommes que chez les femmes. Cette augmentation a toutefois été plus marquée chez les femmes, qui avaient un écart à combler. La courbe de croissance a été plus constante et plus accentuée chez les femmes, et celles-ci ont ainsi presque rattrapé les hommes en 2020. Ces dernières années, pourtant, l'activité sportive des femmes a de nouveau légèrement baissé, contredisant la tendance à long terme, alors que chez les hommes, au contraire, elle a quelque peu augmenté. Par conséquent, en 2026, le nombre d'hommes très actifs est de nouveau supérieur à celui des femmes très actives. Les valeurs pour les deux sexes sont néanmoins largement supérieures à celles enregistrées en 2000, et l'écart entre les sexes est bien moindre qu'il y a 26 ans. Il est donc trop tôt pour parler d'un renversement de tendance. Toutefois, après une phase de croissance marquée, la stagnation est plus nette chez les femmes que chez les hommes.



G 4.1: Activité sportive en fonction du sexe en 2000, 2008, 2014, 2020 et 2026 (en %)

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2000: 2058; 2008: 10242; 2014: 10622; 2020: 12086; 2026: 14741.



G 4.2: Activité sportive en fonction de l'âge en 2020 et en 2026 (en %)

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2020: 12 086; 2026: 14 741.

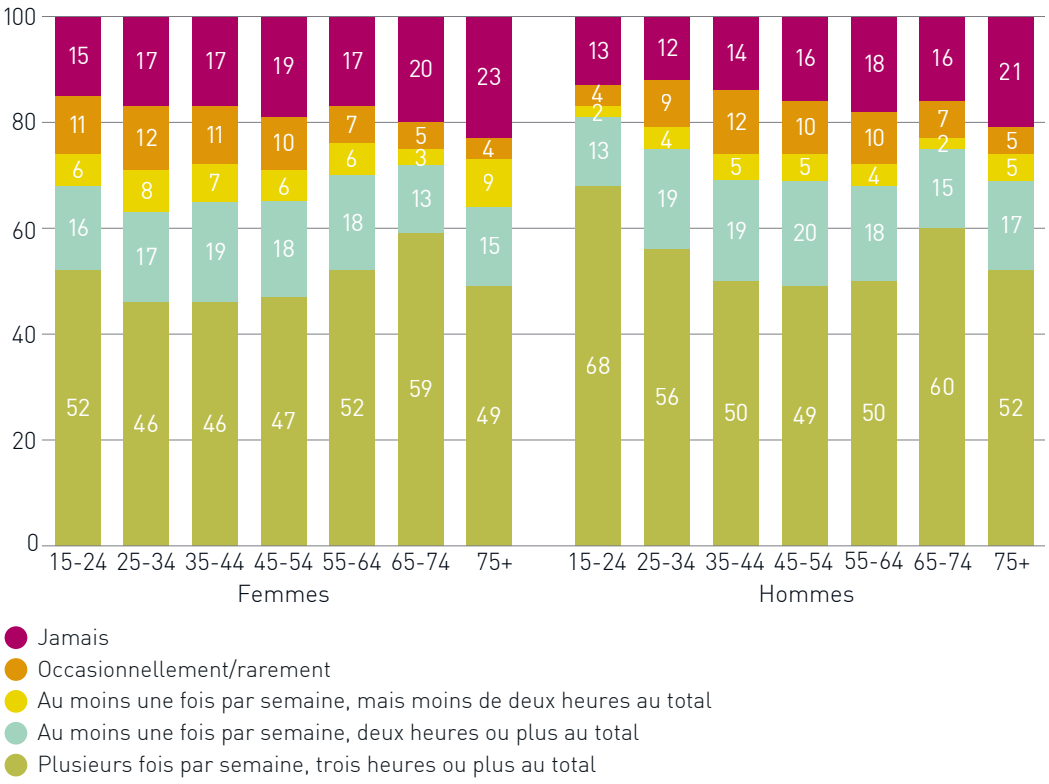
La stagnation de l'activité sportive n'est pas uniforme dans toutes les tranches d'âge

Lorsqu'on considère l'âge et non plus le sexe, on peut faire les observations suivantes. La stagnation de l'activité sportive n'est pas uniformément répartie entre toutes les tranches d'âge (cf. graphique 4.2). L'activité sportive continue d'augmenter chez les seniors: la part des personnes très actives est en progression dans la tranche d'âge des 55 à 74 ans, et celle des personnes non sportives diminue parmi les personnes de plus de 75 ans. La baisse la plus importante de l'activité peut être observée dans la tranche d'âge des 45 à 54 ans, tandis que l'activité sportive durant la jeunesse reste stable voire augmente légèrement, comme c'est le cas dans la tranche d'âge des 25 à 34 ans. De manière plus accentuée qu'il y a six ans, la répartition de l'activité sportive entre les différentes tranches d'âge des 15 à 74 ans prend la forme d'une courbe en U. La plus forte activité est constatée chez les personnes de 15 à 24 ans et de 65 à 74 ans, tandis qu'elle la plus faible dans la tranche d'âge des 35 à 54 ans.

Les différences entre les sexes en fonction de l'âge se réduisent progressivement

La répartition en U de l'activité sportive jusqu'à l'âge de 74 ans est visible tant chez les femmes que les hommes. Elle est toutefois un peu plus marquée chez les hommes (cf. graphique 4.3). L'écart entre les sexes est particulièrement net dans la tranche d'âge des 15 à 34 ans. Durant leur jeunesse, les hommes font nettement plus de sport que les femmes. Cet écart entre les sexes dans les tranches d'âge les plus jeunes était visible dès 2020. Néanmoins, il s'est encore creusé, surtout chez les 25 à 34 ans, ce qui s'explique par une augmentation marquée de l'activité sportive des hommes dans cette tranche d'âge.

Il est intéressant de noter qu'il n'y a plus aucun écart significatif entre les sexes à partir de 65 ans. À partir de cet âge, les femmes et les hommes font du sport à fréquence égale. L'augmentation de l'activité sportive avec l'âge se manifeste plus tôt chez les femmes que chez les hommes, à savoir dès 55 ans. Ce n'est pas nouveau: il y a six ans, nous avions déjà observé une augmentation de l'activité sportive avec l'âge intervenant de manière plus précoce chez les femmes que chez les hommes. Toutefois, l'étude actuelle montre que cette augmentation a légèrement ralenti et a plutôt suivi la tendance observée chez les hommes, ce qui tient probablement en partie à la hausse du taux d'activité professionnelle chez les femmes de 55 à 64 ans. En 2020, le sport des aînés et, en particulier, l'enthousiasme croissant des femmes âgées pour le sport, avaient été identifiés comme des facteurs essentiels du boom du sport. Cet enthousiasme pour le sport n'a pas décliné au cours des six dernières années mais il ne s'est pas non plus renforcé.



G 4.3: Activité sportive en fonction du sexe et de l'âge en 2026 (en %)

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 14 741.

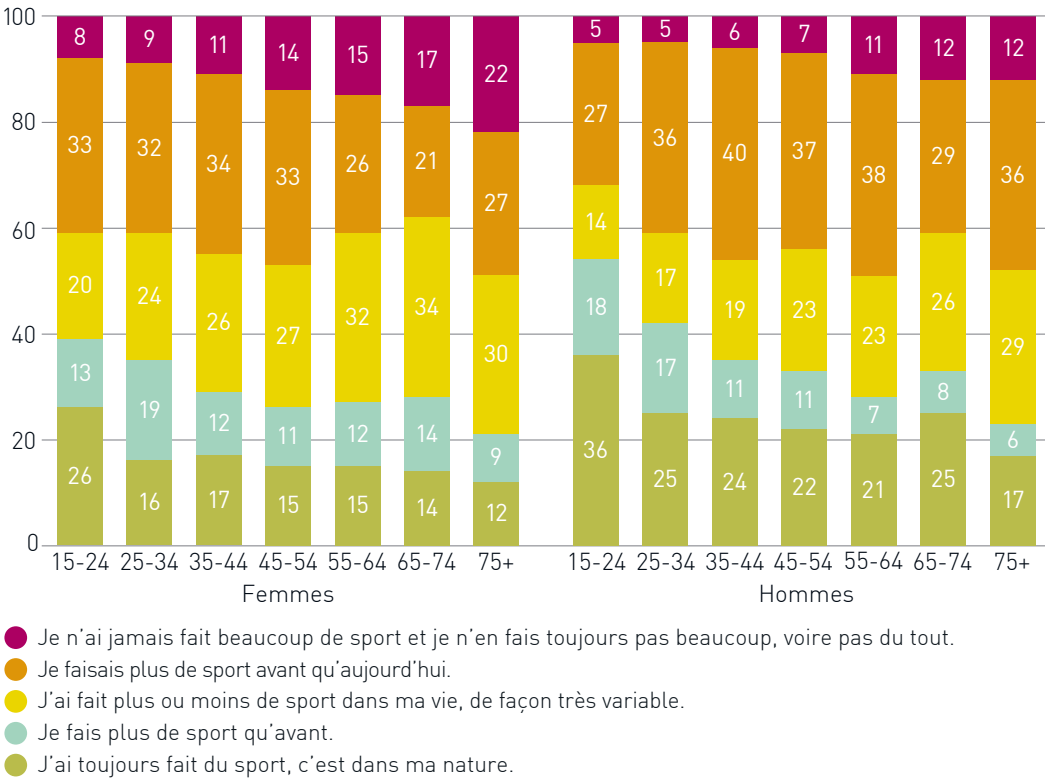
Le degré d'activité sportive varie au cours de la vie

Les habitudes sportives peuvent changer plusieurs fois au cours de la vie. Il est tout à fait envisageable que des personnes inactives de plus de 65 ans aient pu être très actives durant leur jeunesse. Inversement, des personnes âgées très actives ont pu être moins actives voire inactives par le passé. Dans le même temps, nous pouvons supposer que de nombreuses personnes sont actives toute leur vie sur le plan sportif, tandis que d'autres ne parviennent jamais vraiment à s'initier au sport. L'encouragement du sport et la politique du sport visent souvent une pratique du sport tout au long de la vie; c'est notamment le but du soutien apporté au sport des enfants et des adolescents. Les chiffres du tableau 4.1 montrent à quel point les habitudes sportives peuvent changer au cours de la vie. Parmi les personnes interrogées, 31 % n'ont encore jamais modifié leur degré d'activité sportive: 11 % n'ont jamais été véritablement actives, tandis que 20 % sont restées actives de façon constante. Les personnes restantes, soit 69 %, ont modifié leurs habitudes sportives: 32 % faisaient plus de sport par le passé, 12 % en faisaient moins et 25 % des personnes ont vu leur activité sportive fluctuer au cours de leur vie, avec des périodes plus intenses et d'autres plus sédentaires. Les pourcentages n'ont pas évolué de manière significative par rapport à 2020.

T 4.1: Évolution de l'activité sportive au cours de la vie (en %)

	2020	2026
Je n'ai jamais fait beaucoup de sport et je n'en fais toujours pas beaucoup, voire pas du tout.	10	11
Je faisais plus de sport avant qu'aujourd'hui.	33	32
J'ai fait plus ou moins de sport dans ma vie, de façon très variable.	26	25
Je fais plus de sport qu'avant.	11	12
J'ai toujours fait du sport, c'est dans ma nature.	20	20

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2020: 11 278; 2026: 14 752. Réponses à la question «Combien de sport avez-vous fait dans votre vie jusqu'à présent? Veuillez indiquer laquelle des cinq affirmations s'applique le mieux à vous personnellement.»



G 4.4: Évolution de l'activité sportive au cours de la vie en fonction du sexe et de l'âge (en %)

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 14 752. Réponses à la question «Combien de sport avez-vous fait dans votre vie jusqu'à présent? Veuillez indiquer laquelle des cinq affirmations s'applique le mieux à vous personnellement.»

Les creux d'activité sont plus fréquents chez les femmes

Si nous prenons également en compte le sexe et l'âge dans le parcours sportif (cf. graphique 4.4), il est évident que des changements importants dans les habitudes sportives peuvent déjà se produire dans les tranches d'âge les plus jeunes. Ce phénomène est plus fréquent chez les femmes que chez les hommes. Dans toutes les tranches d'âge, la part des personnes qui ont fait parfois plus et parfois moins de sport au cours de leur vie est plus élevée chez les femmes que chez les hommes. Ces derniers parviennent davantage à maintenir un niveau d'activité sportive stable tout au long de leur vie; dans certains cas, il arrive néanmoins que ce niveau d'activité diminue durablement. Les données de la tranche d'âge la plus âgée montrent que l'écart entre les sexes était nettement plus important avant le boom du sport des 20 dernières années: 22 % des femmes de plus de 74 ans n'ont jamais vraiment fait de sport, un pourcentage particulièrement élevé, contre seulement 12 % des hommes. Cependant, le boom du sport est bien réel et il n'est jamais trop tard pour se mettre au sport ou intensifier son activité physique, comme le montre en définitive le fait que 14 % des femmes de 65 à 74 ans indiquent faire plus de sport que par le passé.

Au regard de la politique d'encouragement du sport et de l'activité physique et de son objectif, à savoir la pratique du sport tout au long de la vie, deux autres résultats sont dignes d'attention. Durant leur jeunesse, près de 40 % des femmes ne pratiquent pas de sport ou en font bien moins que durant leur enfance ou leur adolescence, ce qui représente une part considérable. Le sport perd donc de nombreuses adeptes féminines dès leur jeunesse. En outre, les personnes qui indiquent avoir toujours fait du sport, et pour qui le sport est tout simplement une évidence, se distinguent par une activité sportive intense: 87 % d'entre elles font partie des sportifs très actifs. Ainsi, une activité sportive intense ne garantit certes pas que l'on atteigne l'objectif susmentionné d'une pratique sportive tout au long de la vie, mais elle contribue indéniablement à en accroître les chances.

5. Motivations et conception du sport

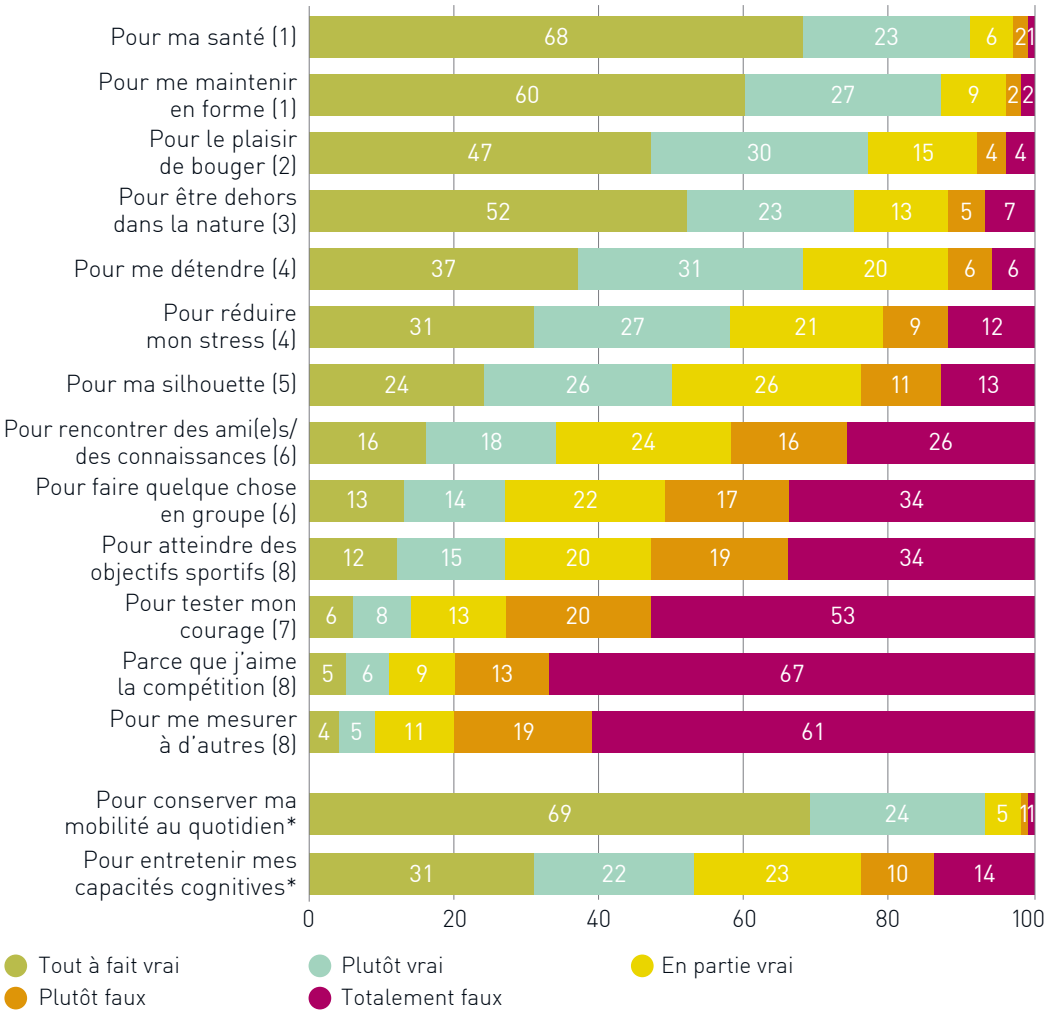
L'essentiel en bref

- Le sport permet de répondre à une grande variété de besoins. La santé, la forme physique, le plaisir de bouger et le contact avec la nature constituent les principales motivations des personnes qui font du sport.
- Les motivations restent plutôt stables au fil du temps, mais peuvent néanmoins différer en fonction de l'âge et du sexe.
- La compétition et la recherche de performance ne sont désormais plus des priorités et, même chez les personnes qui font du sport, la proportion de celles qui participent à des compétitions est passée de 20 à 16 % au cours des six dernières années.
- La population a une bonne image du sport. Celui-ci est associé à des connotations positives.

Il y a de nombreuses raisons de faire du sport. Certaines personnes en font pour rester en bonne santé et garder la forme, tandis que d'autres cherchent à améliorer leur silhouette ou à évacuer leur stress. La performance et la compétition peuvent primer dans certains cas; dans d'autres, ce sont surtout la convivialité, l'expérience et l'aventure qui sont recherchées. Souvent, cependant, les motivations les plus variées entrent en jeu, plutôt qu'une seule et unique raison. Le sport remplit plusieurs fonctions et répond à des motivations diverses qui ne sont pas incompatibles. Ainsi, la pratique du jogging permet de passer du temps en plein air, de prendre soin de sa santé, de sa forme physique et de sa silhouette, de décrocher du quotidien, mais aussi de retrouver des amis ou des connaissances. De même, une personne qui participe à des compétitions et poursuit des objectifs de performance précis souhaite aussi améliorer sa santé, évacuer son stress et profiter de la convivialité qu'offre le sport. Inversement, les personnes qui se maintiennent en forme ou se détendent en faisant du sport ne désirent pas forcément participer à des compétitions. S'y ajoute le fait que la grande majorité des personnes sportives pratiquent plusieurs sports différents couvrant des besoins pluriels.

La santé, la forme physique, le plaisir de bouger et le contact avec la nature sont les principales motivations de la pratique sportive

Le graphique 5.1 montre quelles sont les principales motivations des sportifs et des sportives en Suisse. Pour une nette majorité d'entre eux, la santé, la forme physique, le plaisir de bouger et le contact avec la nature sont des motivations importantes. Au moins la moitié des personnes sportives indiquent que la détente, la réduction du stress et le fait de sculpter sa silhouette jouent un rôle décisif. Les raisons sociales, comme le temps passé entre amis ou l'appartenance à un groupe, sont citées par environ un tiers des personnes qui font du sport. En revanche, seule une minorité de sportifs et de sportives accorde de l'importance à ce qui relève de la performance, comme l'atteinte d'objectifs sportifs, le fait de se mesurer aux autres ou la participation à des compétitions. Enfin, les personnes d'un âge avancé mentionnent deux motivations au sujet desquelles les personnes plus jeunes n'ont pas été interrogées: presque toutes les personnes de plus de 65 ans indiquent pratiquer du sport afin, entre autres, de conserver leur mobilité au quotidien, et plus de la moitié le font pour entretenir leurs capacités cognitives.



G 5.1: Importance des différentes raisons de faire du sport (en % de sportifs)

Remarque: Nombre de personnes interrogées (sportifs uniquement): entre 12 229 (compétitions) et 12 416 (santé). Réponses à la question: «Pourquoi faites-vous du sport? Dans quelle mesure les raisons suivantes sont-elles valables pour vous?» * Seules les personnes de 65 ans ou plus ont été interrogées sur ces motivations (n = entre 2331 et 2397). Les chiffres entre parenthèses indiquent l'appartenance des motivations à l'une des huit catégories définies.

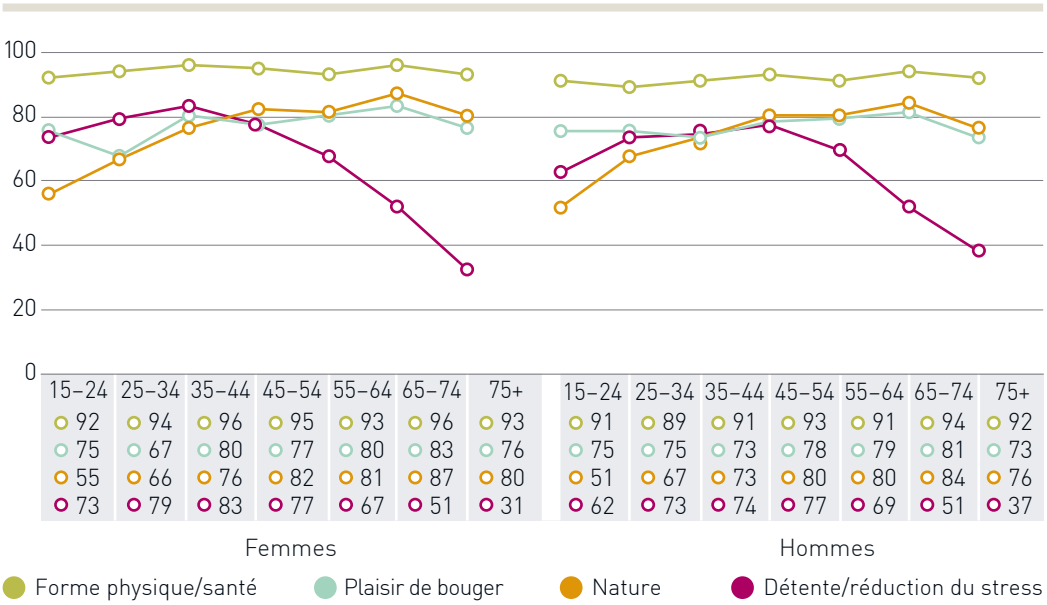
Les motivations restent stables au fil du temps

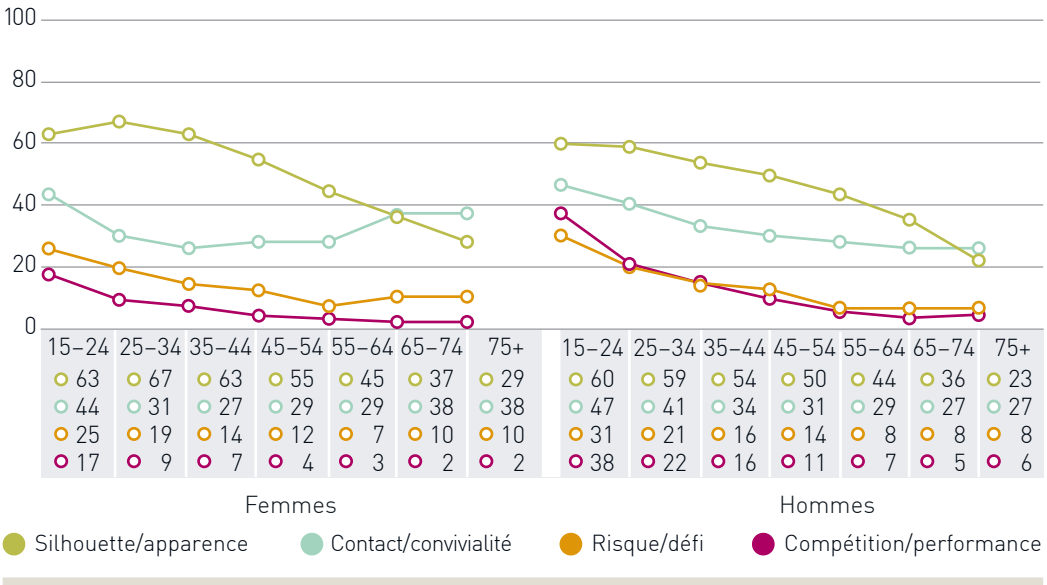
Les raisons de faire du sport n'ont que peu évolué au cours des dernières années. Elles sont aujourd'hui classées dans le même ordre d'importance qu'il y a six ans. Le fait que peu de choses aient changé ces dernières années ressort également lorsque l'on regroupe les différentes motivations présentées dans le tableau 5.1 en catégories au moyen d'une analyse factorielle sur le modèle de l'inventaire bernois des motivations et des buts [10]. Les numéros dans le graphique 5.1 renvoient aux huit catégories de motivation ainsi dégagées: «forme physique et santé», «plaisir de bouger», «nature», «détente et réduction du stress», «silhouette et apparence», «contact et convivialité», «risque et défi» et «compétition et performance». Le tableau 5.1 montre quelle proportion de sportifs considère ces catégories de motivation comme importantes pour leur propre pratique. Ici aussi, la motivation «forme physique et santé» arrive nettement en tête du classement, étant jugée importante par 93 % des sportifs. Les motivations «plaisir de bouger», «nature», «détente et réduction du stress» et «silhouette et apparence» sont également jugées importantes par au moins la moitié des personnes sondées, tandis qu'un tiers cite «contact et convivialité» et que moins d'un septième évoque «risque et défi» et «compétition et performance». Peu de changements se sont donc produits au fil du temps: seules les catégories de motivation «nature» et «contact et convivialité» ont clairement perdu en importance ces six dernières années.

T 5.1: Importance des différentes raisons de faire du sport, mesurée dans le temps (en % des sportifs qui considèrent la catégorie de motivations comme importante)

	2020	2026
Forme physique/santé (1)	93	93
Plaisir de bouger (2)	79	77
Nature (3)	79	75
Détente et réduction du stress (4)	66	68
Silhouette/apparence	52	50
Contact/convivialité (6)	36	33
Risque/défi (7)	13	14
Compétition/performance (8)	11	10

Remarque: Nombre de personnes interrogées (sportifs uniquement): 2020: entre 9433 et 9544; 2026: entre 12 229 et 12 416. Les numéros entre parenthèses correspondent aux numéros du graphique 5.1.





G 5.2: Importance des différentes raisons de faire du sport en fonction de l'âge et du sexe (en % des sportifs qui considèrent la catégorie de motivations comme importante)

Remarque: Nombre de personnes interrogées: entre 12 229 et 12 416 (sportifs uniquement).

Les motivations diffèrent en fonction de l'âge et du sexe

Une analyse des catégories de motivation selon le sexe et l'âge permet de tirer quelques conclusions intéressantes (cf. graphique 5.2). Les hommes citent plus fréquemment «la compétition et la performance», tandis que les femmes accordent plus d'importance à «la silhouette et l'apparence». Toutefois, dans ces deux catégories de motivation, l'écart entre les sexes s'est légèrement réduit depuis 2020. En revanche, l'écart a quelque peu augmenté dans les catégories «forme physique et santé» et «détente et réduction du stress», auxquelles les femmes pratiquant un sport ont accordé encore plus d'importance cette année. L'écart entre hommes et femmes dans la catégorie «contact et convivialité» a nettement diminué, en particulier parce que les hommes de toutes les tranches d'âge ne jugent désormais plus cette motivation aussi importante qu'il y a six ans. Il est également intéressant de noter que les motivations sociales regagnent en importance chez les femmes à partir de 65 ans, alors qu'on observe la tendance inverse chez les hommes à mesure qu'ils prennent de l'âge. Tout comme il y a six ans, seule la catégorie «nature» prend de l'importance avec l'âge, tandis que les raisons «détente et réduction du stress», «silhouette et apparence», «risque et défi» et «compétition et performance» sont jugées nettement plus importantes durant la première moitié de la vie. Les motivations «forme physique et santé» et «plaisir de bouger» restent en revanche à un niveau constant et élevé chez les deux sexes et dans toutes les tranches d'âge.

Le sport comme enjeu majeur dans la vie des compétiteurs et des sportifs en quête de performance

Il y a six ans déjà, nous avons pu observer que les personnes qui jugent la compétition et la performance comme une part importante de leur pratique sportive sont particulièrement sportives et restent souvent actives toute leur vie. Le constat est le même aujourd'hui. Aujourd'hui encore, près de 80 % de ces personnes font du sport plusieurs fois par semaine pendant au moins trois heures, et 52 % affirment avoir toujours fait du sport et que la pratique du sport fait tout simplement partie de leur vie. En revanche, parmi les sportifs qui ne sont ni compétiteurs ni en quête de performance, il y a moins de sportifs très actifs (61 %) et moins de personnes pour qui le sport fait tout simplement partie de la vie (21 %). Seule une minorité de personnes sportives accordent de l'importance aux compétitions et à la performance, et les résultats présentés ici montrent clairement que le sport joue un rôle de premier plan dans leur vie.

Légère diminution du sport de compétition

Le tableau 5.2 met en lumière l'activité sportive supérieure à la moyenne des personnes qui participent à des compétitions. Pour en savoir plus sur l'importance et l'évolution du sport de compétition, il a été demandé aux sportifs et sportives s'ils participaient activement à des manifestations et événements sportifs ou à des championnats et à d'autres compétitions sportives. Près de 16 % ont répondu «oui» à cette question, ce qui représente 4 points de pourcentage de moins qu'en 2020 (20 %). La participation à des compétitions a ainsi baissé depuis 2020. Le profil des compétitrices et compétiteurs a cependant peu changé: en moyenne, ces personnes participent à 9,4 compétitions par an, ont 39 ans et font 6,7 heures de sport par semaine; en outre, il s'agit majoritairement d'hommes. Les personnes qui ne participent pas à des compétitions font en moyenne 4,8 heures de sport par semaine. Les personnes sportives participent principalement à des championnats interclubs et à d'autres compétitions avec classement (environ 8 % dans chaque cas). La participation à des manifestations sportives sans classement est moins fréquente (3 %). Il est toutefois intéressant de noter que ce groupe, avec 7,2 heures de pratique sportive par semaine, fait même plus de sport que les participants à des championnats interclubs. Ces derniers, toutefois, participent de loin au plus grand nombre de compétitions par an. La participation à des championnats et compétitions avec classement, en particulier, a légèrement régressé par rapport à 2020. La répartition par tranche d'âge et par sexe pour les divers types de compétition est en revanche restée étonnamment stable. Seule la participation des femmes aux championnats interclubs et aux autres compétitions avec classement a augmenté de 3 points de pourcentage, tandis que leur participation aux manifestations sportives sans classement a diminué d'autant.

T 5.2: Participation à des compétitions et à des manifestations sportives

	En % des sportifs	Ø Nombre de compétitions/an	Part des femmes (en %)	Ø Âge (nombre d'années)	Ø Nombre d'heures de sport par semaine
Participation à des compétitions/ manifestations sportives	15,7	9,4	37	39	6,7
Aucune participation	84,3	0,0	53	50	4,8
Championnats interclubs (p. ex. de football ou de volleyball)	8,4	13,9	32	37	6,6
Autres compétitions avec classement (p. ex. courses à pied, triathlons, courses de VTT, de ski de fond ou de cyclisme)	7,8	5,1	40	41	6,9
Manifestations sportives sans classement (p. ex. traversées de lacs, SlowUp)	3,0	3,0	46	42	7,2

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 12 465 (sportifs uniquement). Chiffres en pourcentage ou sous forme de moyenne arithmétique. Les personnes interrogées pouvaient citer plusieurs compétitions; le nombre de compétitions par an ne tient compte que des événements entrant dans la catégorie concernée.

G 5.3: Termes associés au sport par la population suisse

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 13831 (enquête en ligne uniquement). Nuage de mots-clés: les mots figurent en lettres plus ou moins grandes en fonction de leur fréquence de sélection. Les couleurs font ressortir les combinaisons de mots fréquentes, repérées grâce à une analyse factorielle.

Le sport a majoritairement des connotations positives

Le fait que le sport ait une bonne image et éveille des sentiments positifs se reflète non seulement dans les motivations, mais aussi dans les réponses au sujet des connotations associées au sport (cf. graphique 5.3). Dans le cadre de l'enquête «Sport Suisse», les personnes interrogées ont parcouru une liste de 30 termes et ont coché ceux qu'elles associaient au sport. Le résultat est présenté sous la forme d'une nuage de mots-clés. La taille des mots augmente avec leur fréquence de citation. Tout comme il y a six ans, les termes cités les plus fréquemment ont été l'activité physique (91 %), la santé (79 %), la forme physique (55 %), l'entraînement (52 %), le plaisir (50 %), l'effort (49 %), l'autodiscipline (46 %), la perception corporelle (42 %), la détente (41 %), le contact avec la nature (39 %), la liberté (34 %), la performance (30 %), la convivialité (30 %), le style de vie (29 %), les expériences (29 %) et le jeu (28 %). Les termes négatifs en rouge, comme les blessures (13 %), la commercialisation (7 %), le dopage (5 %), la corruption (4 %), la violence (2 %) et la tricherie (2 %) ont en revanche été très peu cités. Par rapport à 2020, une focalisation s'opère: le nombre de termes cités a quelque peu diminué. Le recul en ce qui concerne les aspects négatifs est particulièrement marqué. Des baisses significatives sont également observées pour d'autres termes: le contact avec la nature, la convivialité, un physique agréable, le jeu, la découverte de ses limites, l'individualisme, le spectacle et le risque.

6. Sports et aspirations

L'essentiel en bref

- La stagnation de l'activité sportive s'accompagne d'un recul du nombre de sports répertoriés en 2026 par rapport à 2020. Il est difficile de déterminer si la baisse concerne le nombre de sports pratiqués ou seulement le nombre de sports cités.
- Le «combiné helvétique» (randonnée, cyclisme, natation, ski et jogging) conserve sa place en tête du classement des sports les plus pratiqués, mais a perdu en popularité par rapport à 2020. La musculation et le yoga ont en revanche nettement progressé ces six dernières années.
- Le choix des sports varie fortement en fonction de l'âge et du sexe. Chaque sport a son propre profil sociodémographique.
- Près d'un tiers des personnes qui font du sport aimeraient s'initier à un nouveau sport ou intensifier leur pratique. Les femmes et, de manière générale, les personnes les plus jeunes expriment plus fréquemment le souhait de s'initier à de nouveaux sports. En tête de la liste des sports les plus prisés figurent le yoga, la natation et la musculation, qui comptent déjà parmi les sports les plus populaires aujourd'hui.

Depuis sa première édition en 2000, «Sport Suisse» fournit un état des lieux détaillé des sports pratiqués en Suisse. La collecte de données a régulièrement fait l'objet de légères modifications et améliorations. Alors que les personnes interrogées par téléphone doivent citer les sports durant l'entretien téléphonique, les personnes qui répondent au sondage en ligne doivent les saisir dans un champ de texte libre avec des suggestions facultatives de sports commençant par la même lettre. La saisie a été optimisée pour cette nouvelle édition de «Sport Suisse». Les sports mentionnés s'affichaient au fur et à mesure, et les personnes interrogées étaient invitées à en indiquer d'autres, y compris ceux qu'elles ne pratiquent qu'occasionnellement. Pour chaque sport cité, la fréquence, la durée et le cadre de la pratique ont été recueillis ultérieurement.

Grande variété de sports

Les sports recensés se sont diversifiés au fil du temps. L'enquête actuelle recense 317 sports ou disciplines sportives. Cet éventail grandissant d'activités sportives est la conséquence directe de l'expansion et de la différenciation du sport mentionnées précédemment. Les personnes de plus en plus nombreuses qui se sont tournées vers le sport ont apporté de nouvelles idées et de nouveaux besoins, et ont recherché des activités sportives qui leur convenaient et correspondaient à leur mode de vie. Les sports classiques se sont donc fractionnés en différentes variantes et en nouvelles disciplines, donnant naissance à des versions adaptées et à des formes hybrides. Avec la commercialisation croissante, de nouveaux sports ont également été développés de manière ciblée, encouragés et médiatisés afin de conquérir de nouveaux marchés et groupes d'utilisateurs. En raison de la diversité croissante des offres, la population est devenue de plus en plus polysportive et a cherché à découvrir une multitude de disciplines. Au fil des différentes éditions de «Sport Suisse», la moyenne du nombre de sports pratiqués est passée de 3,1 en 2000 à 3,3 en 2008 puis à 3,8 en 2014. Il y a six ans, les sportifs et sportives interrogés mentionnaient même 4,5 sports en moyenne. Il est intéressant de constater que cette tendance ne s'est pas confirmée: cette année, ce chiffre a nettement baissé, pour atteindre 3,7 sports. En 2020, un cinquième des sportifs avaient indiqué ne pratiquer qu'un ou deux sports; aujourd'hui, cette proportion est passée à un tiers. Inversement, 30 % des personnes sportives avaient cité plus de cinq sports en 2020, contre près de 20 % aujourd'hui.

Les sportifs et sportives citent moins de sports

Ces changements concernant le nombre de sports cités concordent avec les résultats concernant la stagnation du boom du sport (cf. chapitre 2) et se reflètent également dans la fréquentation des infrastructures sportives (cf. chapitre 10). Manifestement, on pratique à nouveau un nombre plus restreint de sports ou, tout du moins, le nombre de sports cités a baissé. Les personnes interrogées se montrent moins enclines à s'identifier à une multitude de sports pratiqués et, par conséquent, n'évoquent pas ceux qu'elles ne pratiquent que très occasionnellement. Cette tendance est renforcée par le fait que de nombreuses personnes interrogées remplissent désormais le questionnaire non plus sur un ordinateur de bureau, mais sur un appareil mobile. Sur de tels appareils, l'écran de petite taille complique quelque peu la saisie, ce qui, tendanciellement, incite à indiquer moins de sports (cf. chapitre 19), à savoir 3,5 en moyenne contre 4,0 sports pour les personnes ayant utilisé un ordinateur de bureau. Cet aspect joue un rôle d'autant plus grand que de plus en plus de personnes interrogées préfèrent le questionnaire en ligne aux entretiens téléphoniques.

T 6.1: Pratique des différents sports en Suisse (population résidante âgée de 15 ans ou plus)

	Mentions (en % de la population)	**Évolution de 2020 à 2026** (en points de pourcentage)	**Fréquence de la pratique** (nombre moyen de jours par an)	**Âge moyen** (en années)	**Part des femmes** (en %)	**Pratiqué comme sport principal** (en % de la population)
Randonnée pédestre, randonnée en montagne	49,0	-7,9	20	52	54	10,7
Cyclisme (hors VTT)	33,6	-8,4	40	50	49	8,0
Natation	24,7	-13,8	20	49	58	2,3
Ski (hors randonnée à skis)	23,3	-11,6	10	45	48	1,1
Jogging, course à pied	23,2	-3,8	52	42	48	9,0
Musculation, body-building	19,7	6,4	100	41	47	9,4
Yoga, Pilates, Body-Mind	16,1	3,3	50	49	82	6,0
Fitness (individuel ou collectif)	14,9	-2,3	80	47	55	6,9
VTT	7,8	-0,1	25	48	25	2,2
Danse	6,9	-4,5	24	46	85	1,4
Gymnastique	6,5	-2,2	50	59	71	2,9
Football	5,7	-2,0	40	35	9	2,3
Ski de fond	4,6	-0,6	7	51	50	0,1
Tennis	4,2	-1,2	25	46	33	1,5
Escalade, alpinisme	3,8	0,3	15	38	42	0,8
Randonnée à skis ou en snowboard	3,7	0,2	10	48	36	0,2
Snowboard (hors randonnée)	3,6	-1,8	6	35	46	0,1
Marche athlétique, marche nordique	3,2	-1,9	50	59	79	1,0
Volleyball, beach-volley	2,6	-0,2	30	34	44	1,0
Sports de combat, autodéfense	2,6	0,1	60	34	38	1,3
Planche à voile, surf, kitesurf, SUP	2,2	0,1	8	44	50	0,1
Luge	2,1	-3,8	1	40	49	0,0
Randonnée en raquettes	2,0	-1,3	5	55	56	0,0
Badminton	1,9	-1,1	10	38	37	0,4
Golf	1,7	-0,5	35	56	39	0,8
Équitation, autres sports équestres	1,5	-0,5	96	40	79	0,7
Tennis de table	1,4	-0,9	10	41	28	0,1
Basketball	1,4	-0,5	24	30	24	0,4
Aviron	1,3	0,4	52	52	43	0,4
Aqua-fitness	1,2	-0,8	40	60	85	0,5
Patinage sur glace	1,1	-0,9	2	37	75	0,0
Tir	1,1	-0,2	30	43	24	0,4
Unihockey	1,0	-0,6	40	34	24	0,5
Inline-skating, patinage sur roulettes	1,0	-1,0	6	42	59	0,0
Squash	1,0	-0,6	12	39	31	0,1
Hockey sur glace	0,9	-0,2	30	36	3	0,4
Voile	0,7	-0,4	10	52	37	0,1
Plongée	0,7	-0,2	5	50	36	0,0
Canoë, descentes d'eaux vives	0,5	-0,2	10	51	42	0,0
Athlétisme	0,4	-0,2	57	33	47	0,2
Handball	0,4	-0,1	60	28	23	0,3
Autres sports collectifs	3,0	1,0	27	43	20	0,9
Autres sports d'aventure	1,2	-1,0	10	41	38	0,2
Autres sports d'endurance	1,0	-0,3	20	43	43	0,3
Autres sports	4,2	0,7	35	46	40	0,9

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 14 121. Les valeurs indiquées tiennent compte des réponses fournies par les non-sportifs lorsque ceux-ci ont cité le sport en question parmi leurs activités physiques (cf. chapitre 9). La majorité des sports figurant dans ce tableau recouvrent diverses disciplines. Ces regroupements ont été légèrement modifiés pour l'édition 2026 de l'enquête «Sport Suisse ». Les variations qui n'ont pas d'importance statistique apparaissent en gris.

En 2020, 80 % des personnes interrogées avaient rempli le questionnaire en ligne, contre 94 % cette année. Il est difficile de déterminer avec précision l'ampleur exacte des effets mentionnés, à savoir le recul de la polysportivité par rapport aux changements dans les comportements de réponse. Néanmoins, il est possible de constater que ces deux facteurs ont exercé une influence sur le nombre plus faible de sports cités.

Le combiné helvétique reste en tête, la musculation et le yoga sont en plein boom

Dans le tableau 6.1, qui présente les sports les plus pratiqués, les 317 activités sportives mentionnées par les personnes sondées ont été regroupées en catégories. La catégorie «danse», par exemple, comprend une grande variété de styles de danse, de la valse au hip-hop. Le «fitness (individuel ou collectif)» rassemble les formes de fitness les plus diverses, pratiquées majoritairement en groupe, de l'aérobic classique à la zumba, en passant par le spinning, le Bodypump et les bootcamps. Les différentes formes de yoga et de Pilates sont réunies dans une catégorie propre. Le tableau 6.1 montre que la randonnée, le cyclisme, la natation, le ski et le jogging sont pratiqués par une majorité de la population en Suisse. Ces cinq sports pratiqués tout au long de la vie, que nous appelons le «combiné helvétique», ont figuré en tête de liste lors de toutes les études «Sport Suisse».

Cette année, le «combiné helvétique» est suivi de la musculation et du yoga. Ces deux sports ont connu une nette progression depuis 2000, année où la musculation était pratiquée par 2,9 % de la population et le yoga par 1,4 %. Le yoga a gagné en popularité de manière constante, tandis que le nombre d'adeptes de la musculation a fait un véritable bond en avant entre 2014 et 2026. Le yoga et la musculation sont indéniablement les sports qui ont connu la plus forte croissance au cours des dernières années. Peu d'autres sports ont progressé de manière aussi significative en six ans. En font partie: l'escalade et l'alpinisme, l'aviron et, dans la catégorie «autres sports collectifs», le padel.

Net recul des sports pratiqués occasionnellement tout au long de la vie

Presque tous les autres sports ont vu leur nombre d'adeptes diminuer. C'est en particulier le cas des cinq sports du «combiné helvétique», pratiqués toute la vie, qui ont été nettement moins fréquemment cités qu'il y a six ans. La randonnée a certes été mentionnée plus souvent qu'en 2014, et le jogging a été cité aussi souvent, mais le cyclisme, la natation et le ski ont enregistré des chiffres inférieurs à ceux de 2014. La natation et le ski semblent avoir été particulièrement touchés par les conséquences de la pandémie de COVID-19. Entre 2020 et 2022, la plus forte baisse concernait déjà ces deux sports [6]. La baisse du nombre d'adeptes observable dans la majorité des sports répertoriés dans le tableau 6.1 s'explique toutefois aussi par les mentions moins fréquentes précédemment évoquées, et concerne surtout des sports qui ne sont souvent cités qu'en dernier lieu. Si l'on ne considère que les sports les plus importants, cités en premier lieu par les personnes sondées, on constate que la randonnée est aujourd'hui citée comme sport principal aussi fréquemment qu'en 2020, tandis que le cyclisme l'est encore davantage.

Le nombre de personnes actives diminue, la fréquence augmente

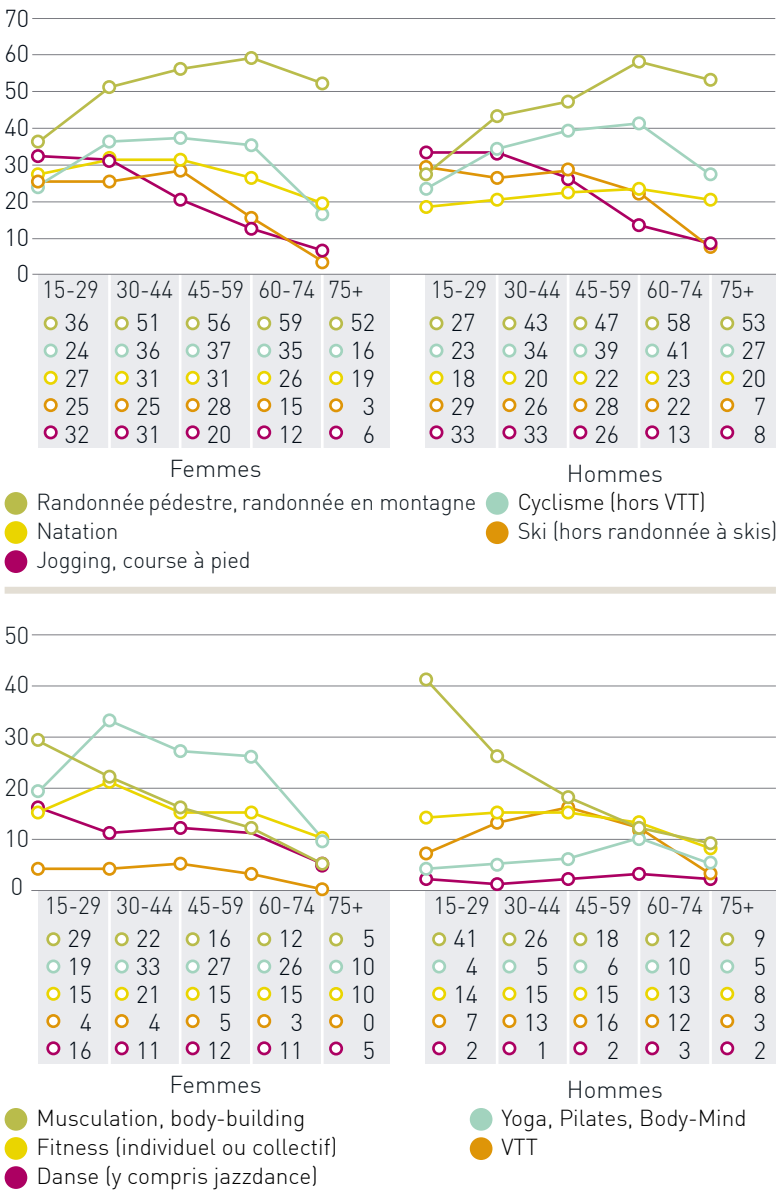
La fréquence de la pratique représentée dans le tableau 6.1 confirme l'argument selon lequel ce sont surtout les sports pratiqués occasionnellement qui sont en baisse. Alors qu'en 2020, la randonnée était pratiquée pendant 15 jours par an en moyenne, elle l'est désormais pendant 20 jours par an. La fréquence de la pratique du ski et du jogging a également augmenté. En revanche, ce n'est pas le cas du vélo ni de la natation. La danse est également un bon exemple de sport qui a perdu de nombreux adeptes actifs ces six dernières années. Néanmoins, la danse est aujourd'hui citée plus fréquemment comme sport principal, et sa pratique s'est considérablement développée: de 10 jours, elle est passée à 25 jours par an. Cela signifie que les personnes qui mentionnent la danse en ont une pratique régulière, et que les personnes qui dansent de temps à autre lors d'une fête ne citent plus la danse comme un sport. La luge, également, n'est pratiquement jamais citée comme sport principal. Ce sport est pratiqué très occasionnellement, en moyenne une fois par an, ce qui explique qu'il soit beaucoup moins souvent mentionné qu'en 2020. Par ailleurs, il est intéressant de constater que 7 % des personnes interrogées déclarent avoir emprunté une piste de luge au cours des douze derniers mois (cf. graphique 10.1).

La musculation est pratiquée 100 fois par an, la luge une seule fois

Les sports principaux les plus souvent cités sont la randonnée, la musculation, le jogging, le cyclisme, le fitness ainsi que le yoga, la musculation, le yoga et le cyclisme étant aujourd'hui pratiqués plus fréquemment comme sport principal qu'il y a six ans. Si l'on s'attache au nombre de pratiquants, le handball, les sports de combat et l'athlétisme sont les sports les plus pratiqués comme sport principal. Plus de la moitié des pratiquants de ces trois sports considèrent leur sport respectif comme leur sport principal.

S'agissant de la fréquence, 25 sports ont connu une augmentation du nombre de jours de pratique par rapport à 2020, tandis que quatre sports ont au contraire enregistré une baisse. La fréquence de la pratique du handball, de l'aviron, de l'équitation, du hockey sur glace et de la danse a nettement progressé par rapport à 2020. La musculation, l'équitation, le fitness, le handball, les sports de combat, l'athlétisme, l'aviron et le jogging sont pratiqués plus de 50 jours par an.

G 6.1: Les dix sports de prédilection des Suisses en fonction de l'âge et du sexe (proportion de pratiquants en %)



Remarque: Nombre de personnes interrogées: 14 121.

À l'inverse, la luge, le patinage sur glace, la randonnée en raquettes, la plongée, le snowboard et l'inline-skating sont pratiqués moins de 7 jours par an.

La danse et le yoga largement pratiqués par des femmes, le football et le hockey sur glace par des hommes

Il existe de grandes différences entre les sexes dans le choix des sports pratiqués. Les femmes sont bien plus nombreuses que les hommes à opter pour l'aqua-fitness, la danse, le yoga, l'équitation, la marche athlétique, le patinage sur glace et la gymnastique. Dans tous ces sports, la proportion de femmes dépasse 70 %. En revanche, les femmes sont clairement minoritaires en hockey sur glace et en football, où elles représentent moins de 10 % des effectifs, ainsi qu'en handball, en tir, en unihockey et en basketball, où elles comptent pour moins de 25 % des pratiquants. Ces six dernières années, la proportion de femmes qui pratiquent la voile, l'aviron, le patinage sur glace et la danse a augmenté de plus de 10 points de pourcentage. Parmi ces sports, les deux derniers sports sont probablement devenus «plus féminins» en raison de la baisse du nombre de personnes seulement actives occasionnellement, tandis que la pratique de la voile et de l'aviron s'est ouverte aux femmes.

Chaque sport a ses propres spécificités sociodémographiques

La préférence pour un sport dépend non seulement du sexe, mais aussi de l'âge. Il convient tout d'abord de relever que les données présentées ici relativement à l'âge des pratiquants et des pratiquantes ne tiennent pas compte des enfants et des adolescents de moins de 15 ans. L'aqua-fitness, la marche athlétique, la gymnastique, le golf et la randonnée en raquettes se distinguent par une moyenne d'âge d'au moins 55 ans, tandis que le handball, le basketball, l'athlétisme, les sports de combat, le volleyball, l'unihockey, le snowboard et le football présentent une moyenne d'âge inférieure ou égale à 35 ans. Ces six dernières années, c'est chez les adeptes de canoë, de descente d'eaux vives, de planche à voile, de surf, de kitesurf, de SUP et d'autres sports d'aventure que la moyenne d'âge a le plus augmenté. En revanche, elle a légèrement baissé en patinage sur glace.

Le graphique 6.1 montre le profil des dix sports les plus pratiqués selon le sexe et l'âge. Il en ressort que la place de la randonnée en haut du classement des sports les plus populaires est liée, entre autres, à la popularité de ce sport auprès des femmes et des hommes de tous les âges; même parmi les hommes de 15 à 29 ans, presque 30 % déclarent s'y adonner. La randonnée gagne en popularité avec l'âge et sa pratique ne baisse qu'à partir de 74 ans. En revanche, la pratique du jogging et de la musculation recule nettement avec l'âge. La pratique de la natation tend à baisser avec l'âge chez les femmes et à augmenter chez les hommes. La popularité du cyclisme et du VTT atteint son maximum chez les adultes d'âge moyen. Ces exemples montrent clairement que chaque sport présente un profil spécifique d'adeptes, qui dépend de l'âge et du sexe mais aussi de facteurs comme le revenu, le niveau de formation et l'origine sociale (cf. chapitre 8 ainsi que le rapport «Les sports en chiffres» qui paraît en complément de chaque édition de «Sport Suisse»).

Le potentiel de croissance de divers sports

Près d'un tiers des sportifs souhaiteraient intensifier leur pratique d'un sport ou s'initier à un nouveau sport. Cette aspiration est plus marquée chez les femmes sportives (37 %) que chez les hommes sportifs (26 %). La volonté de changer sa pratique sportive diminue nettement avec l'âge. Les personnes les plus jeunes sont bien plus enclines que les seniors à s'initier à de

nouveaux sports ou à intensifier leur activité sportive. Presque la moitié des 15 à 24 ans (47 %) actifs sur le plan sportif souhaiteraient découvrir un nouveau sport ou intensifier leur pratique, contre près de 40 % des 25 à 44 ans, près de 30 % des 45 à 65 ans et moins de 20 % des plus de 65 ans. Le désir de changement dans la pratique sportive n'a pas beaucoup évolué depuis 2020. Il a légèrement augmenté chez les femmes et quelque peu diminué chez les hommes.

Le tableau 6.2 montre quels sports les sportifs souhaiteraient nouvellement pratiquer ou pratiquer davantage. Les activités les plus recherchées sont des sports qui comptent déjà parmi les plus populaires: le yoga, la natation, la musculation, le cyclisme, la danse, le jogging, le fitness et la randonnée. Les aspirations sportives n'ont pas beaucoup changé par rapport à 2020. Tout comme c'est le cas pour les sports actuellement pratiqués, c'est la musculation qui a connu la plus forte progression parmi les aspirations sportives. Au vu de la baisse du nombre de nageurs, il est intéressant de noter que la natation est citée plus souvent aujourd'hui comme sport souhaité qu'il y a six ans. On constate également des différences considérables entre les sexes et les tranches d'âge dans ce domaine. Étant donné que la proportion de femmes dans les sports souhaités est généralement plus élevée que dans les sports pratiqués, certaines disciplines pourraient devenir «plus féminines» au cours des prochaines années. Afin de déterminer le potentiel de croissance des différents sports, il convient de comparer le nombre de personnes qui souhaitent s'initier à un sport ou en intensifier la pratique au nombre de personnes qui le pratiquent actuellement. Sur la base de ce calcul, un potentiel de croissance particulièrement élevé a été identifié pour les sports de combat, la planche à voile, le surf, le kitesurf et le SUP ainsi que d'autres sports d'aventure. Il y a six ans, ce calcul nous avait permis d'affirmer que le boom du sport ne se poursuivrait pas dans les mêmes proportions qu'auparavant. À présent, nous pouvons supposer que la pratique sportive devrait se stabiliser au niveau actuel.

T 6.2: Sports que les sportifs souhaiteraient pratiquer (ou pratiquer davantage)

	Mentions (en % des sportifs)	**Évolution de 2020 à 2026** (en points de pourcentage)	**Âge moyen** (en années)	**Part des femmes** (en %)
Yoga, Pilates, Body-Mind	4,1	-0,3	45	87
Natation	4,0	0,4	44	62
Musculation, body-building	3,7	1,6	40	64
Cyclisme (hors VTT)	3,0	-0,1	46	50
Danse	2,9	-0,3	43	91
Jogging, course à pied	2,9	0,0	40	66
Fitness (individuel ou collectif)	2,8	-0,3	43	74
Randonnée pédestre, randonnée en montagne	2,3	0,1	48	63
Sports de combat, autodéfense	2,0	-0,3	29	39
Tennis	1,5	0,0	39	48
Escalade, alpinisme	1,4	-0,4	34	55
Planche à voile, surf, kitesurf, SUP	1,2	-0,1	39	45
Volleyball, beach-volley	1,1	0,4	29	68
Ski de fond	1,1	-0,1	49	64
Ski (hors randonnée à skis)	1,0	-0,2	44	47
Badminton	0,8	0,3	37	72
Golf	0,7	-0,1	49	31
Randonnée à skis ou en snowboard	0,6	0,0	42	54
VTT	0,6	-0,3	44	35
Aviron	0,5	0,1	48	53
Équitation, autres sports équestres	0,5	-0,1	36	80
Tir	0,5	-0,2	42	50
Gymnastique	0,5	-0,2	49	68
Football	0,4	-0,1	28	29
Aqua-fitness	0,3	0,0	52	88
Voile	0,3	-0,1	50	49
Squash	0,3	0,0	41	71
Snowboard (hors randonnée)	0,3	-0,1	28	79

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 12466 (sportifs uniquement). Les variations qui n'ont pas d'importance statistique apparaissent en gris.

7. Différences régionales

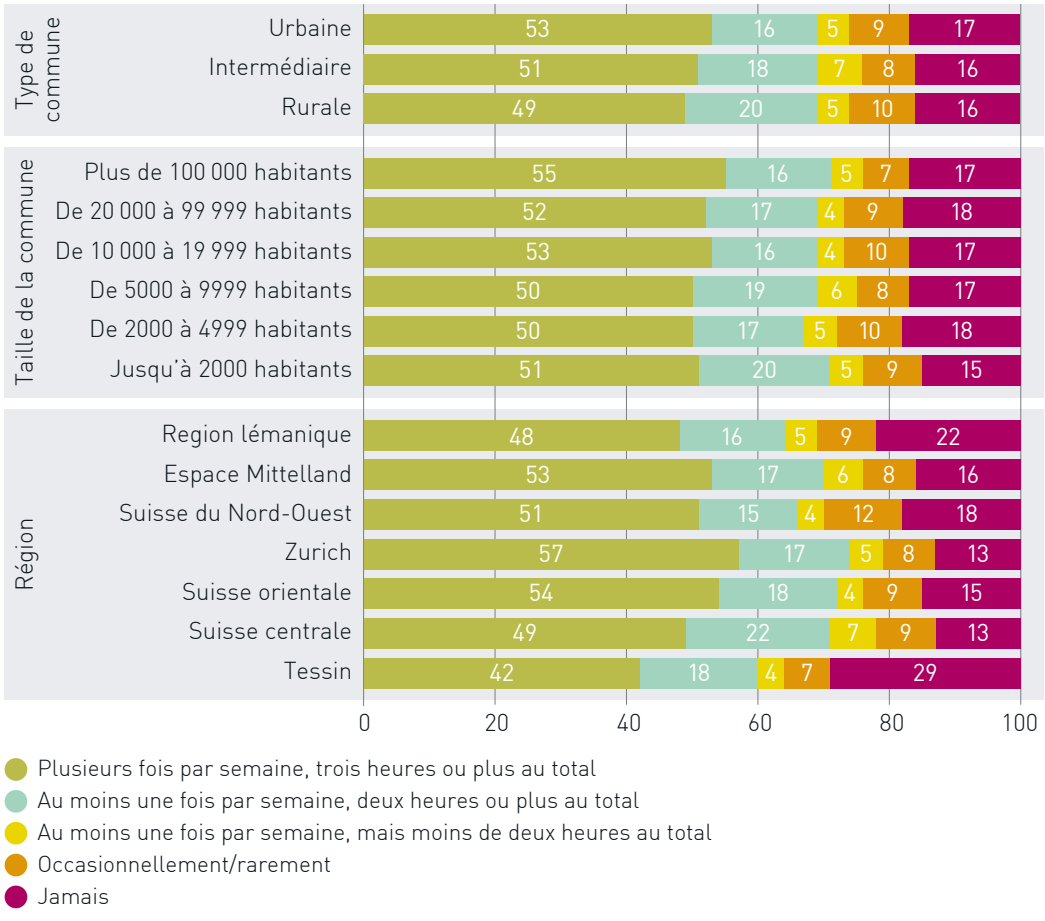
L'essentiel en bref

- Les facteurs régionaux comme le type ou la taille de la commune n'exercent aucun impact significatif sur le niveau d'activité sportive.
- Les offres existantes et l'accès aux infrastructures peuvent toutefois résolument influencer le choix d'un sport.
- Le volume d'activité sportive pratiquée varie nettement d'une région linguistique à l'autre. Le rattrapage observé il y a six ans en Suisse latine dans ce domaine ne s'est pas poursuivi, en particulier au Tessin.
- Les préférences sportives et les motivations diffèrent en fonction de la région linguistique.

Les votations mettent régulièrement en lumière certaines lignes de fracture qui traversent la Suisse, par exemple la «barrière de rösti» ou le «fossé» entre la ville et la campagne. La métaphore d'une barrière ou d'un fossé sous-entend que les diverses régions linguistiques ou zones d'habitation sont associées à des modes de vie et à des problématiques spécifiques, qui se traduisent par des valeurs, des attitudes et des comportements distincts, eux-mêmes reflétés dans les résultats des votations. Les termes «barrière» et «fossé» peuvent paraître exagérés, car il existe un grand nombre de passerelles et de points de convergence, et ce qui nous rapproche est plus fort que ce qui nous divise. Néanmoins, il est intéressant de se demander quelles sont les différences régionales et comment elles se reflètent dans les habitudes sportives.

Pas de grande différence dans les habitudes sportives entre les villes et les régions rurales

Le graphique 7.1 montre qu'il n'existe pas de différence considérable en matière d'activité sportive selon le type et la taille de la commune. Certes, la pratique



G 7.1: Activité sportive en fonction du type de commune (urbaine ou rurale), de la taille de la commune et de la région (en % de la population résidante de 15 ans ou plus)

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 14741. Type et taille de la commune selon la codification de l'Office fédéral de la statistique. La subdivision par régions correspond aux grandes régions de la Suisse. La codification du type de commune a été modifiée entre 2020 et 2026 et n'est plus exactement comparable à celle de 2020. La catégorie «intermédiaire», en plus de l'espace périurbain dense, comprend aussi les centres ruraux.

sportive en ville est quelque peu supérieure à celle des zones intermédiaires, qui est quant à elle plus importante que dans les régions rurales. L'activité sportive a donc tendance à augmenter avec le degré d'urbanisation; elle est un peu plus intense dans les grandes villes que dans les petites communes. Les différences sont toutefois minimes et concernent surtout le groupe des sportifs très actifs. En fin de compte, la sportivité de la population ne dépend ni du fait de vivre en ville ou dans un village, ni du nombre d'habitants de la commune.

L'activité sportive est liée à la structure démographique, à la proximité du centre-ville et à la desserte

Si, en plus de la taille de la commune et du degré d'urbanisation, on se penche également sur les facteurs socioéconomiques en lien avec le lieu de vie, il est possible de constater certains écarts intéressants en matière d'habitudes sportives. La typologie des communes de l'Office fédéral de la statistique, qui compte 25 catégories et tient compte de la structure démographique et économique des communes, révèle les corrélations suivantes. C'est de loin dans les communes touristiques que la pratique du sport est la plus élevée. La part de la population très active atteint presque les deux tiers dans les communes touristiques de la périphérie rurale, tandis que celle des personnes non sportives n'y représente qu'un dixième. La population des communes agricoles et tertiaires de faible ou moyenne densité est également plus sportive que la moyenne lorsque ces communes sont situées en zone périurbaine. La population des communes urbaines résidentielles des grandes agglomérations et des communes rurales agricoles en situation centrale s'avère elle aussi particulièrement sportive. À l'autre extrémité de l'échelle se trouvent les communes rurales agricoles périphériques, les communes tertiaires d'un centre rural et les communes rurales industrielles en situation centrale. Ces communes hébergent moins de personnes très actives, tandis que la part de personnes non sportives y est supérieure à la moyenne. Ces exemples illustrent l'influence sur l'activité sportive qu'exercent très probablement les facteurs comme la desserte, la proximité du centre-ville, la densité de population et l'espace économique. Beaucoup d'éléments dépendent de la structure démographique de la commune et donc de facteurs comme le niveau de formation, l'activité professionnelle ou le revenu des ménages. Nous abordons de manière plus approfondie les différences sociales au chapitre 8.

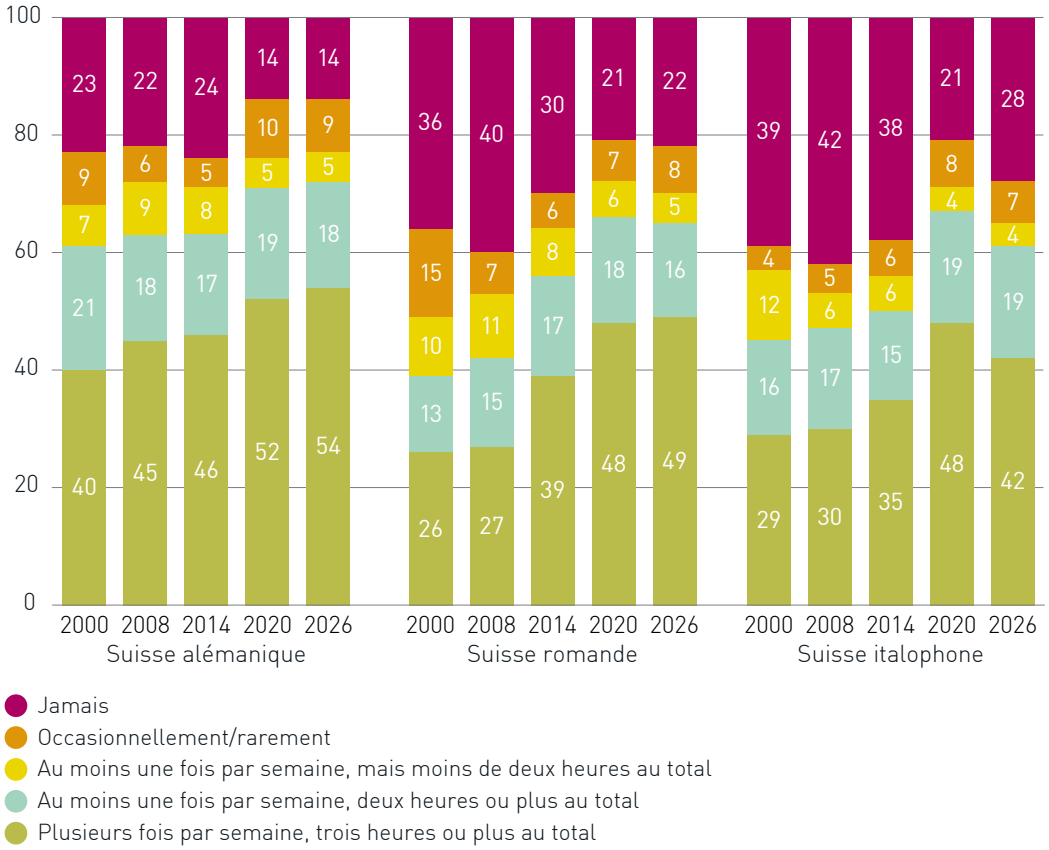
Préférences sportives différentes entre les villes et les régions rurales

Bien qu'aucun écart prononcé en matière d'activité sportive n'ait été constaté entre les villes et les régions rurales, il existe quelques différences remarquables en ce qui concerne le choix des sports pratiqués. Ceux-ci dépendent surtout de l'offre existante et de l'accessibilité des infrastructures (cf. chapitre 10). La pratique du ski, de la gymnastique et de la randonnée est plus fréquente dans les régions rurales qu'en ville et dans les zones intermédiaires. Il est à noter que cette différence est moins marquée entre les zones intermédiaires et les régions rurales pour ce qui est de la randonnée. Le jogging, la musculation et le yoga sont particulièrement populaires en ville, tandis que le VTT est très apprécié dans les zones intermédiaires.

Si nous déplaçons notre attention vers les régions, nous constatons que l'écart entre les grandes régions est plus marqué que les différences selon le type ou la taille de la commune. Le graphique 7.1 montre que la région de Zurich compte le plus de sportifs très actifs et que le Tessin compte le plus de non-sportifs. Par rapport à 2020, la pratique sportive a augmenté dans la région de Zurich et a nettement baissé en Suisse du Nord-Ouest et plus encore au Tessin. Ce point nous amène aux différences entre les régions linguistiques, que le graphique 7.2 présente en détail.

L'écart entre les régions linguistiques se creuse

Depuis la première enquête «Sport Suisse», l'activité sportive en Suisse alémanique s'est maintenue à un niveau plus élevé qu'en Suisse romande et en Suisse italophone. Les différences entre les trois régions linguistiques ont des origines culturelles et historiques, et correspondent manifestement aux habitudes sportives des pays limitrophes. En Allemagne, on fait plus de sport qu'en France, où l'on fait plus de sport qu'en Italie (cf. graphique 2.3). Les différences entre les régions linguistiques se sont particulièrement réduites entre 2014 et 2020. Durant cette période, le boom du sport a aussi eu lieu en Suisse romande et en Suisse italophone, et la population de ces régions a nettement rattrapé son retard. Au Tessin, on a même parlé d'un «saut quantique» dans le développement de la pratique sportive. Toutefois, cette remontée ne s'est pas poursuivie ces six dernières années. L'activité des sportifs très actifs a légèrement augmenté en Suisse alémanique tandis qu'elle est restée quasiment stable en Suisse romande par rapport à 2020. En revanche, un recul significatif est enregistré en Suisse italophone: le nombre de sportifs très actifs a diminué et celui des non-sportifs a augmenté. Même si le «saut quantique» a dû être revu à la baisse, une augmentation substantielle de l'activité sportive peut être constatée entre 2014 et 2026 au Tessin. Ce constat est également valable en Suisse alémanique et en Suisse romande: l'activité sportive y est aujourd'hui bien plus forte qu'il y a douze ans. Le net recul de l'activité sportive enregistré au Tessin au cours des six dernières années pourrait être lié au choc causé par la pandémie de COVID-19 et à la gestion de celle-ci. En raison de sa proximité géographique avec l'Italie du Nord, le Tessin a été touché plus tôt et, en premier lieu, plus gravement par la pandémie. Les mesures prises ont donc été plus sévères que dans le reste de la Suisse: le confinement y a été plus strict et des restrictions plus lourdes et plus longues ont visé un grand nombre d'activités sportives.



G 7.2: Activité sportive dans les trois régions linguistiques de 2000 à 2026 (en %)

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2000: 2058; 2008: 10 242; 2014: 10 622; 2020: 12 086; 2026: 14 741.

La Suisse alémanique plébiscite le cyclisme, la Suisse romande préfère le ski

Des différences considérables entre les régions linguistiques apparaissent non seulement en matière d'activité sportive, mais aussi de préférences sportives (cf. tableau 7.1). Le cyclisme et le jogging sont nettement plus populaires en Suisse alémanique qu'en Suisse romande. C'est aussi le cas de la randonnée, néanmoins dans une moindre mesure. Il n'y a guère de différence en ce qui concerne la natation. Le ski et la randonnée à skis sont davantage pratiqués en Suisse romande qu'en Suisse alémanique. Au Tessin, les sports populaires pratiqués toute la vie enregistrent les taux de participation les plus faibles. La popularité du football et du tennis est comparable dans toutes les régions linguistiques. La gymnastique, le handball, l'unihockey ou l'aviron sont particulièrement populaires en Suisse alémanique, tandis que la voile l'est davantage en Suisse romande.

Un recul significatif des sports populaires pratiqués toute la vie est constaté dans toutes les régions linguistiques. Partout, ce sont la natation et le ski qui ont perdu le plus d'adeptes. Le recul de la randonnée et du cyclisme est plus restreint en Suisse romande qu'en Suisse alémanique et en Suisse italophone. En Suisse alémanique, les sports de plein air que sont le jogging, le VTT et le ski de fond ont enregistré une faible baisse voire aucune baisse. La pratique de la musculation et du yoga, deux sports concernés par le boom du sport, a augmenté dans toutes les régions linguistiques, mais plus encore en Suisse alémanique.

Des raisons différentes de faire du sport en fonction de la région linguistique

Dans toutes les régions linguistiques, la part de sportifs qui participent à des compétitions a diminué de 3 à 4 % depuis 2020. L'écart entre les trois régions reste donc le même. C'est encore en Suisse romande que se trouve la plus forte proportion de personnes participant à des compétitions sportives (18 %), suivie de la Suisse alémanique (15 %) et du Tessin (13 %). L'importance prépondérante du sport de compétition en Suisse romande se reflète également dans les motivations amenant à la pratique du sport. Par ailleurs, en Suisse romande et en Suisse italophone, «la détente et la réduction du stress», «la silhouette et l'apparence» et «le risque et le défi» sont des moteurs plus importants de la pratique sportive, tandis que la Suisse alémanique met davantage l'accent sur «le plaisir de bouger». Aucune différence notable entre les régions linguistiques n'a été relevée pour les motivations «forme physique et santé», «nature» et «contact et convivialité».

T 7.1: Sports pratiqués dans les différentes régions linguistiques (population résidante âgée de 15 ans ou plus)

	Suisse alémanique		Suisse romande		Suisse italophone	
	Mentions (en % de la population)	**Évolution de 2020 à 2026** (en %)	**Mentions** (en % de la population)	**Évolution de 2020 à 2026** (en %)	**Mentions** (en % de la population)	**Évolution de 2020 à 2026** (en %)
Randonnée pédestre, randonnée en montagne	50,7	-8,6	45,0	-5,0	44,4	-8,9
Cyclisme (hors VTT)	37,7	-8,9	24,4	-5,5	18,6	-9,7
Natation	25,6	-14,8	23,1	-11,3	20,1	-10,9
Ski (hors randonnée à skis)	23,1	-12,2	25,4	-10,3	14,1	-10,9
Jogging, course à pied	25,7	-2,8	17,7	-5,6	14,1	-7,2
Musculation, body-building	21,5	7,6	16,0	4,0	10,7	1,6
Yoga, Pilates, Body-Mind	16,6	3,6	15,0	2,5	14,6	2,1
Fitness (individuel ou collectif)	15,5	-2,7	13,8	-1,3	11,3	-0,9
VTT	8,2	0,9	7,0	-2,3	4,9	-4,7
Danse	7,7	-5,0	4,8	-3,8	4,1	0,8
Gymnastique	7,5	-2,5	3,9	-1,3	5,8	-1,1
Football	5,8	-1,8	5,3	-2,5	5,8	-3,0
Ski de fond	5,4	0,2	2,8	-2,7	2,6	-2,4
Tennis	4,3	-1,0	4,0	-1,9	4,3	-0,4
Escalade, alpinisme	4,0	0,6	3,7	-0,3	2,0	-0,3
Randonnée à skis ou en snowboard	3,1	0,1	5,7	0,4	1,5	-0,4
Snowboard (hors randonnée)	4,3	-1,7	1,8	-2,1	2,6	-0,2
Marche athlétique, marche nordique	4,1	-2,1	1,0	-0,9	1,3	-1,5
Volleyball, beach-volley	2,8	-0,2	2,3	-0,3	1,0	-0,8
Sports de combat, autodéfense	2,6	0,2	2,7	-0,4	1,3	-0,1
Planche à voile, surf, kitesurf, SUP	2,2	0,3	2,4	-0,6	1,5	0,4
Luge	2,5	-4,5	0,9	-2,2	0,7	-0,6
Randonnée en raquettes	1,8	-0,6	2,7	-3,7	0,8	-1,3
Badminton	1,8	-1,0	2,7	-2,0	0,2	0,0
Golf	1,8	-0,5	1,6	-0,7	1,0	-0,4
Équitation, autres sports équestres	1,7	-0,4	1,1	-1,0	0,7	-0,2
Tennis de table	1,6	-0,6	1,0	-1,9	0,8	-0,9
Basketball	1,4	-0,2	1,5	-1,3	0,5	-0,7
Aviron	1,5	0,5	0,6	0,0	0,5	0,1
Aqua-fitness	1,0	-0,8	1,7	-0,8	0,8	-2,5
Patinage sur glace	1,2	-1,0	0,9	-0,5	0,7	-1,1
Tir	1,1	-0,4	1,0	0,3	0,8	0,5
Unihockey	1,2	-0,8	0,6	0,0	0,7	-1,1
Inline-skating, patinage sur roulettes	1,2	-1,2	0,4	-0,3	0,5	0,0
Squash	1,1	-0,4	0,8	-1,4	0,5	-0,2
Hockey sur glace	0,9	-0,3	0,9	0,1	0,8	-0,4
Voile	0,6	-0,5	1,1	-0,3	0,5	0,3
Plongée	0,7	-0,2	0,9	-0,3	0,2	-0,7
Canoë, descentes d'eaux vives	0,5	-0,1	0,7	-0,4	0,7	0,3
Athlétisme	0,3	-0,3	0,5	0,1	0,3	-0,2
Handball	0,5	0,0	0,1	-0,3	0,2	0,2
Autres sports collectifs	2,8	0,9	3,5	1,1	3,5	1,4
Autres sports d'aventure	1,2	-0,6	1,5	-2,1	0,8	-0,9
Autres sports d'endurance	1,1	-0,3	0,9	-0,1	1,0	-0,8
Autres sports	4,3	0,5	4,1	1,4	3,0	0,3

Remarque: Nombre de personnes interrogées: Suisse alémanique: 10596; Suisse romande: 2659; Suisse italophone: 866. En plus des réponses fournies par les sportifs, les valeurs indiquées tiennent compte également des réponses fournies par les non-sportifs lorsque ceux-ci ont cité le sport en question parmi leurs activités physiques (cf. chapitre 9). La majorité des sports figurant dans ce tableau recouvrent diverses disciplines. Ces regroupements ont été légèrement modifiés pour l'enquête «Sport Suisse 2026». Les variations qui n'ont pas d'importance statistique apparaissent en gris.

8. Différences sociales

L'essentiel en bref

- Les différences sociales en matière d'activité sportive persistent. Il existe un fort gradient social, notamment quant au revenu et au niveau de formation: plus ces derniers sont élevés, plus la pratique sportive est forte.
- La pratique sportive est également influencée par d'autres facteurs comme la situation au regard de l'emploi, le secteur professionnel ou encore le type de ménage et, en ce qui concerne ce dernier, la naissance d'enfants tout particulièrement.
- D'importantes différences sont constatées en lien avec le passé migratoire: le niveau d'activité sportive des personnes ayant une double nationalité se rapproche de plus en plus de celui du reste de la population suisse, tandis que la population étrangère a vu son activité sportive de nouveau diminuer au cours des six dernières années.
- Le volume de la pratique sportive de la population étrangère domiciliée en Suisse dépend de la durée de séjour ainsi que du pays d'origine. En outre, l'âge et le sexe jouent un rôle plus important parmi cette population.
- Les différences sociales influencent non seulement le degré d'activité sportive, mais aussi le choix du sport pratiqué.

Dès les premières études «Sport Suisse», il a pu être constaté que les caractéristiques sociales comme le niveau de formation, le revenu, l'activité professionnelle ou la composition du ménage exerçaient une forte influence sur les habitudes sportives et que l'activité sportive suivait un gradient social prononcé. Ces résultats concordent avec de nombreuses études qui ont identifié une relation claire entre les facteurs socioéconomiques et les habitudes sportives [11]. Ce lien est également constaté en 2026.

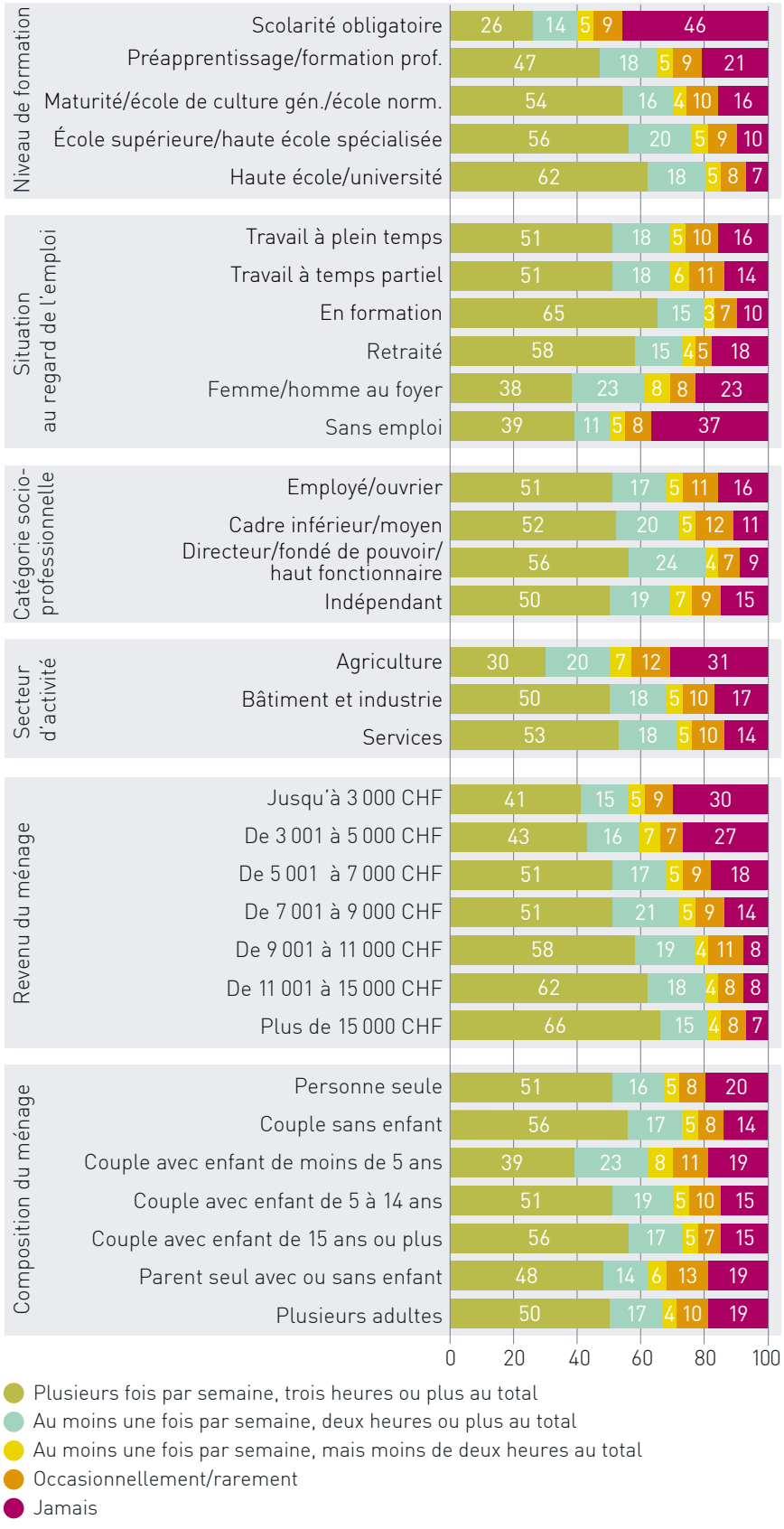
Les différences sociales persistent

Si l'on se penche sur les différences représentées dans le graphique 8.1, il convient de relativiser l'image positive d'une population qui deviendrait toujours plus sportive. Alors que les différences liées à l'âge ou au sexe ont nettement diminué ces 20 dernières années, le constat est tout autre en ce qui concerne les différences socioéconomiques. Parmi les personnes sportives actives, on dénombre bien plus de personnes avec un niveau de formation et un revenu supérieurs à la moyenne. Les inégalités sociales en matière de pratique sportive sont étroitement liées aux origines du sport sous sa forme actuelle, qui remontent au milieu du 19e siècle, en Angleterre. Le sport était alors réservé aux classes moyennes et supérieures. Ces écarts sociaux dans la pratique sportive persistent aujourd'hui [12] et ne se sont guère résorbés au cours des 20 dernières années, en dépit de l'ouverture du sport et de la création de lignes directrices et de programmes d'encouragement. Depuis la dernière étude, menée en 2020, les différences se sont même légèrement accentuées, possiblement en raison de la pandémie.

Le gradient social associé au revenu et au niveau de formation est particulièrement marqué

Un gradient social particulièrement net est constaté entre, d'un côté, le niveau de formation et le revenu, et de l'autre, la pratique sportive (cf. graphique 8.1). Plus le niveau de formation et le revenu sont élevés, plus la proportion de personnes sportives très actives est grande, et plus la part de personnes qui ne pratiquent aucun sport est faible. Il est intéressant de souligner que les personnes sans formation postobligatoire se déclarent plus souvent inactives: près de la moitié de ces personnes (46 %) se disent non sportives et seul un quart font du sport plusieurs fois par semaine pendant au moins trois heures. Ainsi, ce segment de la population, qui se caractérise par une part plus élevée de seniors, de personnes de nationalité étrangère et de personnes sans emploi, a vu son activité sportive diminuer de nouveau au cours des six dernières années, tandis que les personnes diplômées d'une haute école ou d'une université font davantage de sport qu'il y a six ans. Une évolution similaire peut être observée en ce qui concerne le revenu des ménages: alors que la part de sportifs très actifs dans le groupe de revenu le plus élevé a augmenté de 3 points de pourcentage par rapport à 2020, elle s'est réduite dans la même proportion dans le groupe de revenu le plus bas.

G 8.1: Activité sportive selon le niveau de formation, la situation au regard de l'emploi, la catégorie socioprofessionnelle, le revenu et la composition du ménage (en %)

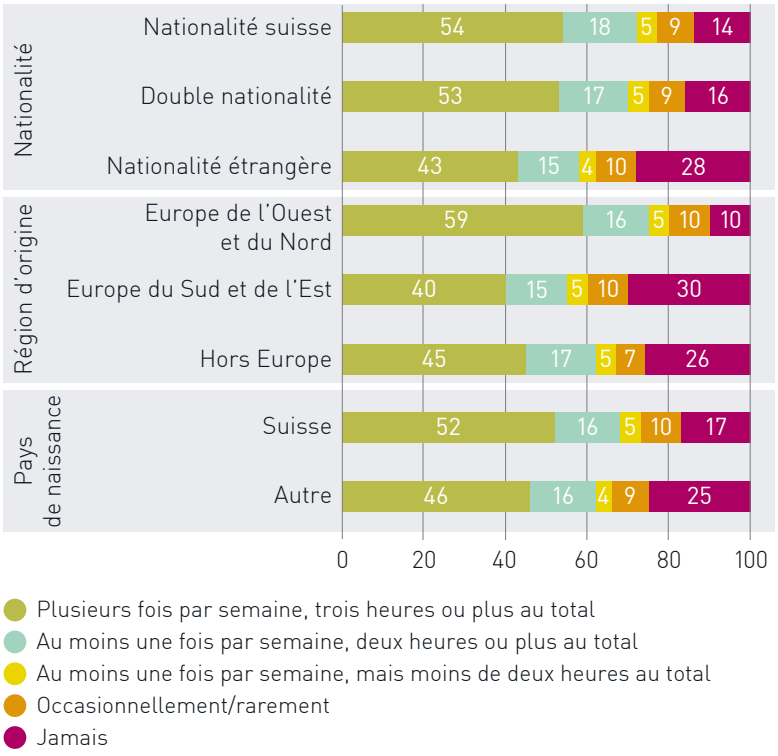


Remarque: Niveau de formation: correspond au niveau de formation achevée le plus élevé ou à la formation en cours, concerne uniquement les plus de 25 ans, n = 12 052; situation au regard de l'emploi, n = 14 681; catégorie socioprofessionnelle et secteur d'activité: seulement les personnes exerçant une activité professionnelle, n = resp. 8655 et 8616; revenu du ménage (net par mois en CHF), n = 13 388; composition du ménage, n =14 706.

Différences dans l'activité sportive selon la situation au regard de l'emploi et le secteur d'activité

L'écart est d'autant plus marqué si l'on prend en compte d'autres facteurs d'influence sociaux (cf. graphique 8.1), en plus du niveau de formation et du revenu. Les personnes en formation ou à la retraite affichent une activité sportive supérieure à la moyenne, tandis que le phénomène inverse est constaté chez les femmes et hommes au foyer et les personnes sans emploi. Les personnes qui se disent homme ou femme au foyer, en particulier, font aujourd'hui nettement moins de sport qu'il y a six ans. Les personnes sans emploi, quant à elles, présentaient déjà une activité sportive inférieure à la moyenne lors de l'enquête menée en 2020. Une activité sportive inférieure à la moyenne a également été enregistrée chez les personnes qui travaillent dans le secteur de l'agriculture, dont 30 % seulement indiquent faire du sport plusieurs fois par semaine pendant au moins trois heures, et dont une part tout aussi élevée ne pratique aucun sport. Ce groupe est ainsi bien plus inactif qu'il y a six ans: 42 % comptaient alors parmi les sportifs très actifs d'activité. En revanche, les personnes qui travaillent dans le secteur tertiaire ont vu leur activité sportive augmenter de nouveau au cours des six dernières années. Cette évolution suggère que le manque d'activité physique au travail est de plus en plus compensé par la pratique d'un sport durant les loisirs. Par ailleurs, une analyse des habitudes en matière d'activité physique montre que le quotidien dynamique dans le secteur agricole permet à une grande partie des personnes qui y travaillent de faire suffisamment d'exercice malgré une activité sportive inférieure à la moyenne (cf. chapitre 3). Ainsi, 81 % de ces personnes satisfont aux recommandations en matière d'activité physique du Réseau suisse Santé et activité physique (hepa) et 59 % atteignent même le niveau «entraîné». Parmi les personnes qui travaillent dans le secteur tertiaire, le nombre de personnes qui satisfont à ces recommandations est même légèrement plus bas, avec 77 %.

G 8.2: Activité sportive selon la nationalité, la région d'origine et le pays de naissance (en %)



Remarque: Nationalité: n = 14 682; région d'origine et pays de naissance: uniquement les personnes issues de l'immigration (double nationalité ou nationalité étrangère), respectivement n = 4916 et n = 4952.

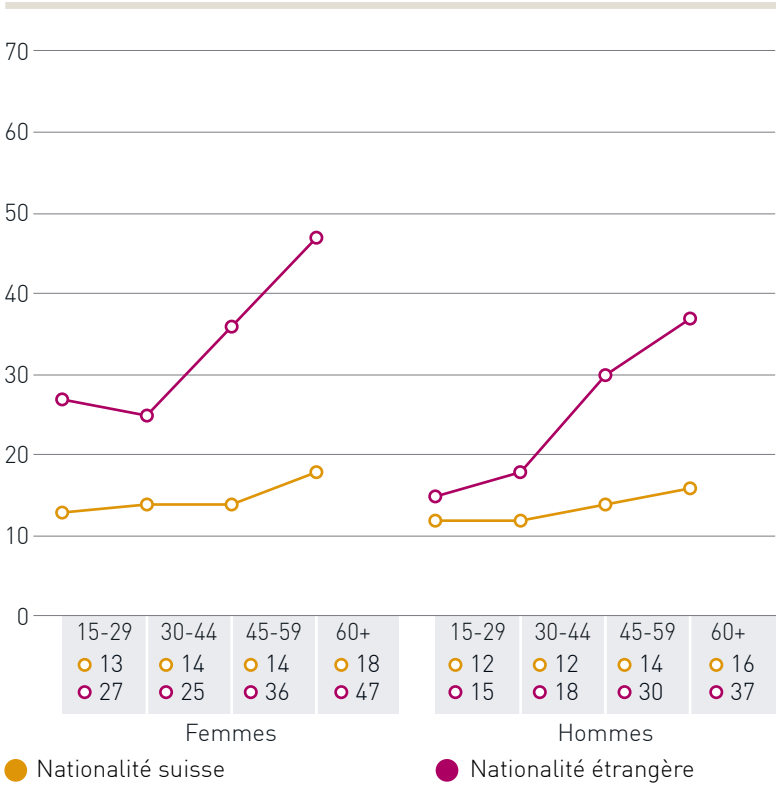
La naissance d'enfants entraîne une réduction de l'activité sportive

L'activité sportive peut non seulement être fortement influencée par la vie professionnelle, mais aussi par le fait d'avoir des enfants. La naissance d'un enfant entraîne, au moins à court terme, une réduction de l'activité sportive. Cependant, le degré d'activité sportive des parents augmente de nouveau à mesure que les enfants grandissent. Les personnes qui vivent dans un ménage formé d'un couple et comportant des enfants de plus de 15 ans sont même particulièrement sportives (cf. graphique 8.1). Lors de la naissance d'un enfant, un recul de la sportivité est certes constaté chez les deux sexes, mais il est bien plus marqué chez les mères et concerne aussi la part des femmes non sportives. Parmi les femmes qui vivent dans un ménage formé d'un couple et comportant des enfants de moins de 5 ans, seules 31 % considèrent être des sportives très actives et 23 % indiquent être non sportives. Parmi les hommes dans le même type de ménage, la part de sportifs très actifs est de 48 %, ce qui est légèrement inférieur à la moyenne, tandis que la part de non-sportifs, qui s'élève à 15 %, se situe dans la moyenne. Chez les pères, la naissance d'un enfant entraîne donc aussi une légère réduction de la pratique sportive, mais aucune inactivité totale. En outre, une autre différence entre les sexes mérite d'être soulignée: les femmes qui vivent seules ou en couple sans enfant, sont plus actives sportivement que les hommes dans la même situation; en revanche, dans les familles monoparentales, les mères sont bien plus inactives que les pères.

L'activité sportive des personnes issues de l'immigration dépend du pays d'origine et de la durée de séjour

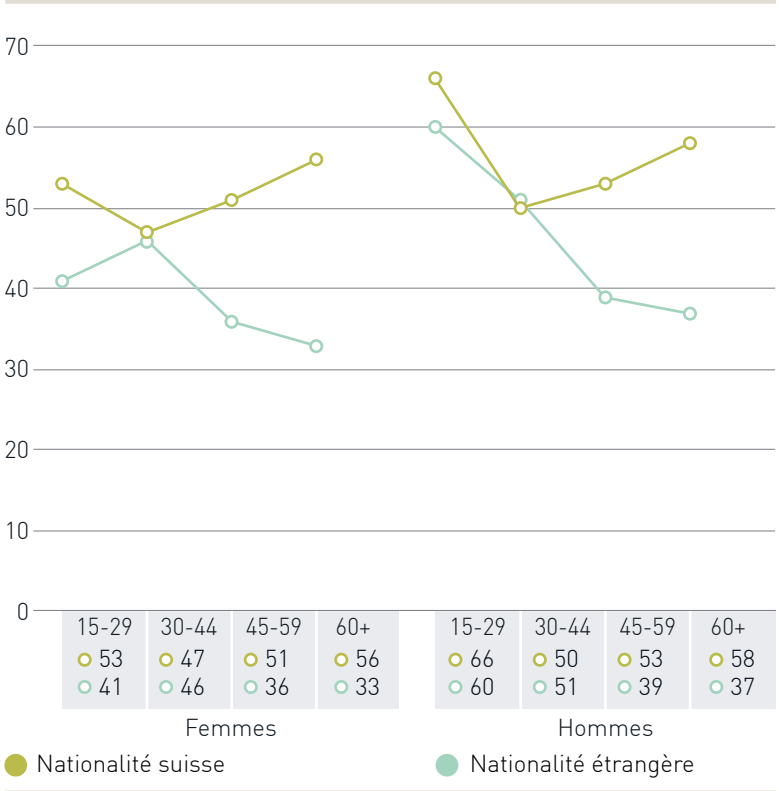
Les personnes étrangères qui vivent en Suisse sont moins actives sur le plan sportif que la population suisse (cf. graphique 8.2). Ce constat est valable pour la part de personnes sportives très actives tout comme pour celle des personnes non sportives. Alors que le niveau d'activité sportive de la population suisse n'a pratiquement pas changé par rapport à 2020, il a diminué chez la population étrangère. Au cours des six dernières années, le niveau d'activité sportive des personnes ayant une double nationalité s'est aligné sur celui du reste de la population suisse. En analysant de plus près les différences liées à la nationalité, il ressort que la région d'origine constitue une caractéristique importante chez les personnes issues de l'immigration. Les personnes étrangères et celles ayant une double nationalité qui ont immigré en Suisse depuis l'Europe de l'Ouest et du Nord font plus de sport que la moyenne et sont même plus actives que la population suisse. Ce n'est pas le cas des personnes qui ont immigré depuis l'Europe du Sud et de l'Est. Leur niveau d'activité sportive était déjà inférieur à la moyenne il y a six ans. Cependant, la région d'origine n'est pas l'unique facteur décisif. En effet, le temps passé en Suisse influence également le degré d'activité sportive. Plus on vit longtemps en Suisse, plus on s'aligne sur les habitudes locales en matière d'activité sportive. En conséquence, les personnes issues de l'immigration nées en Suisse se distinguent nettement moins de la population suisse en matière d'activité sportive que celles nées à l'étranger (cf. graphique 8.2).

G 8.3: Part des non-sportifs selon la nationalité, l'âge et le sexe (en %)



Remarque: Nombre de personnes interrogées: 14 682. Le groupe de personnes ayant la nationalité suisse inclut aussi les personnes ayant une double nationalité.

G 8.4: Part des sportifs très actifs selon la nationalité, l'âge et le sexe (en %)



Remarque: Nombre de personnes interrogées: 14 682. Le groupe de personnes ayant la nationalité suisse inclut aussi les personnes ayant une double nationalité.

L'âge et le sexe jouent un rôle plus important parmi la population étrangère

La partie précédente montre que le niveau d'activité sportive de la population suisse n'a guère évolué au cours des six dernières années, tandis que la population étrangère vivant en Suisse est devenue légèrement moins active. Afin de mieux comprendre cette évolution, il est judicieux de procéder à une analyse approfondie selon le sexe et l'âge. Étant donné que les personnes ayant une double nationalité se sont nettement alignées sur le reste de la population suisse, elles sont considérées comme personnes ayant la nationalité suisse dans les observations ci-après.

Contrairement à celui de la population suisse, le niveau d'inactivité sportive de la population étrangère affiche des différences considérables selon l'âge et le sexe (cf. graphique 8.3). D'une part, la proportion de personnes non sportives est nettement plus élevée chez les femmes étrangères que chez les hommes étrangers et, d'autre part, l'inactivité sportive parmi la population étrangère augmente significativement avec l'âge. Depuis 2014, la part de personnes non sportives dans la population étrangère a certes clairement diminué, mais cela ne s'est pas fait à l'avantage des tranches les plus âgées.

Depuis 2020, l'écart entre la population suisse et la population étrangère a également eu tendance à se creuser pour ce qui est de la proportion des personnes sportives très actives (cf. graphique 8.4). Ce phénomène s'explique avant tout par la nette augmentation du degré d'activité sportive de la population suisse de 45 ans et plus, qui contraste avec la baisse de la sportivité des générations plus âgées parmi la population étrangère au cours des six dernières années. Certes, parmi les sportifs très actifs toutes tranches d'âge confondues, la proportion de femmes étrangères a considérablement augmenté depuis 2014, mais, dans le même temps, celle des hommes étrangers est restée quasiment stable. Il est intéressant de noter, parmi les personnes sportives très actives, les grandes différences liées au sexe dans la tranche d'âge des 15 à 29 ans, particulièrement prononcées dans la population étrangère.

Les facteurs sociaux influencent le choix du sport pratiqué

Dans ce qui précède, nous avons focalisé notre analyse des différences sociales sur le volume de l'activité sportive. L'examen des sports pratiqués livre néanmoins également des observations intéressantes. Les ressources financières nécessaires variant d'un sport à l'autre, par exemple en raison d'un équipement onéreux, de cotisations élevées ou d'infrastructures coûteuses, il est peu étonnant que de nettes différences selon le revenu soient constatées dans la pratique de certains sports. Les personnes vivant dans un ménage dont le revenu dépasse 7000 francs sont par exemple surreprésentées dans des sports comme l'athlétisme, l'unihockey, le tennis, le golf, la luge, la planche à voile, le squash et le hockey sur glace. Les personnes dont le ménage dispose d'un budget plus faible optent plus souvent pour des sports comme l'aqua-fitness, la gymnastique, le tir ou la danse. Les exemples présentés montrent que les aspects financiers ne sont pas les seuls à entrer en ligne de compte: l'appartenance à un groupe ou à un milieu spécifique pèse aussi dans la balance. En plus de la charge financière, les différences parfois subtiles en matière de préférences sportives peuvent aussi être liées au style de vie, à la recherche ou au rejet du contact physique, ou à l'esthétique.

L'origine et le contexte culturel qui s'y rattache jouent également un rôle essentiel dans le choix d'un sport. Les personnes étrangères se tournent naturellement vers des sports qui sont couramment pratiqués dans leur pays d'origine ou des cadres de pratique qui leur sont familiers. C'est dans des sports comme le basketball, les sports de combat, le football, le canoë, la planche à voile, le jogging, le tennis de table, l'escalade et la musculation que la part de personnes étrangères est la plus élevée, tandis qu'elle est la plus basse en unihockey, hockey sur glace, équitation, gymnastique ou marche sportive.

La nationalité, le niveau de formation et le revenu exercent la plus forte influence sur l'activité sportive

Les facteurs que sont le sexe, l'âge, le niveau de formation, le revenu et la nationalité n'évoluent pas en vase clos et peuvent s'influencer mutuellement et se superposer. La portée de cette influence mutuelle peut être examinée au moyen d'une analyse multivariée (détails au chapitre 19) qui tient compte du sexe, de l'âge, du niveau de formation, du revenu, de la nationalité et de la situation au regard de l'emploi. Il ressort de cette analyse que le niveau de formation, le revenu et la nationalité, indépendamment les uns des autres, ont l'impact le plus prononcé sur l'activité sportive. Pour ce qui est de la nationalité, il convient en outre de noter que la région d'origine joue un rôle décisif.

9. Non-sportifs

L'essentiel en bref

- Près d'un sixième de la population suisse se dit non sportive et indique ne pratiquer aucun sport.
- Une bonne moitié des non-sportifs satisfont malgré tout aux recommandations en matière d'activité physique. Une part tout aussi élevée pratiquent un sport de temps à autre.
- C'est parmi les femmes, les seniors, la population de Suisse romande et de Suisse italophone, les personnes étrangères, les personnes ayant un faible niveau de formation et un faible revenu, les hommes et femmes au foyer, et les personnes travaillant dans l'agriculture que l'inactivité sportive est la plus fréquente.
- Il est rare que les personnes non sportives associent de mauvaises expériences ou des connotations négatives au sport. Néanmoins, elles prennent généralement moins de plaisir à faire du sport. En outre, le manque de temps est la raison principale de leur inactivité sportive. Des raisons financières sont également de plus en plus avancées.
- Un bon tiers des personnes non sportives souhaiteraient s'initier à un sport ou renouer avec le sport, principalement dans le but d'améliorer leur santé et leur forme physique.

Près d'un sixième de la population suisse répond par un «non» catégorique à la question «Pratiquez-vous du sport?». La proportion de personnes non sportives n'a pas notablement évolué au cours des six dernières années: de 16 % en 2020, elle est passée à 17 % en 2026. Le boom de la pratique sportive a eu lieu entre 2014 et 2020, lorsque la part de personnes inactives est passée de 26 à 16 %. Les groupes de population qui avaient eu une pratique du sport plus restreinte jusque-là, comme les femmes âgées ou la population de Suisse romande et de Suisse italophone, se sont de plus en plus tournés vers le sport. Au cours des six dernières années, cette tendance ne s'est certes pas inversée mais elle a stagné, et la baisse de la part de personnes non sportives ne s'est pas poursuivie. Il semble de plus en plus difficile de convaincre les personnes non sportives restantes de se mettre au sport. Nous abordons ce groupe plus en détail par la suite.

T 9.1: Formes d'activité physique et sportive pratiquées occasionnellement par les non-sportifs

	Mentions (en % des non-sportifs)	Âge moyen (en années)	Part des femmes (en %)
Randonnée pédestre, randonnée en montagne	19,7	49	57
Cyclisme (hors VTT)	11,1	49	54
Natation	10,2	46	63
Ski (hors randonnée à skis)	7,7	42	52
Promenade (sortie du chien)	5,7	48	56
Danse	3,3	46	79
Jogging, course à pied	2,8	41	62
Football	1,6	38	5
Yoga, Pilates, Body-Mind	1,2	41	90
Fitness (individuel ou collectif)	1,1	38	67

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2316 (non-sportifs). Les formes d'activité physique et sportive listées sont celles qui ont été citées par au moins 1 % des non-sportifs.

Quand est-on non-sportif ou non-sportive?

En premier lieu, il convient de souligner qu'il n'existe aucune démarcation nette et objective entre les personnes «sportives» et les personnes «non sportives». Les personnes interrogées décident elles-mêmes de leur appartenance à l'une de ces catégories. Dès les premières études «Sport Suisse», nous avons pu constater que de nombreuses personnes qui se disaient non sportives avaient néanmoins une pratique sportive, mais dont la fréquence et l'intensité étaient trop faibles pour que ces personnes se considèrent comme actives sur le plan sportif. La randonnée, le cyclisme, la natation, le ski, la promenade et la danse (cf. tableau 9.1) comptent parmi les activités sportives les plus fréquemment pratiquées par les personnes non sportives. Il s'agit des mêmes activités qu'en 2020 mais elles sont toutes légèrement moins pratiquées qu'il y a six ans. C'est également ce que montrent les activités prises dans leur ensemble: si 75 % des personnes sportives déclaraient pratiquer certaines activités sportives en 2014, ce chiffre n'était plus que de 58 % en 2020, et de 51 % aujourd'hui. Les personnes non sportives sont donc devenues moins actives avec le temps. Ce phénomène est visible non seulement en ce qui concerne les activités sportives occasionnelles, mais aussi en lien avec les habitudes globales en matière d'activité physique. Alors que les personnes non sportives étaient 66 % en 2014 et 63 % en 2020 à satisfaire aux recommandations en matière d'activité physique du Réseau suisse Santé et activité physique (hepa), elles ne sont plus que 54 % aujourd'hui. Ci-après, nous examinons de plus près qui sont les per-

sonnes non sportives, quels obstacles les empêchent de faire du sport et quelles mesures pourraient les motiver.

Qui sont les personnes non sportives?

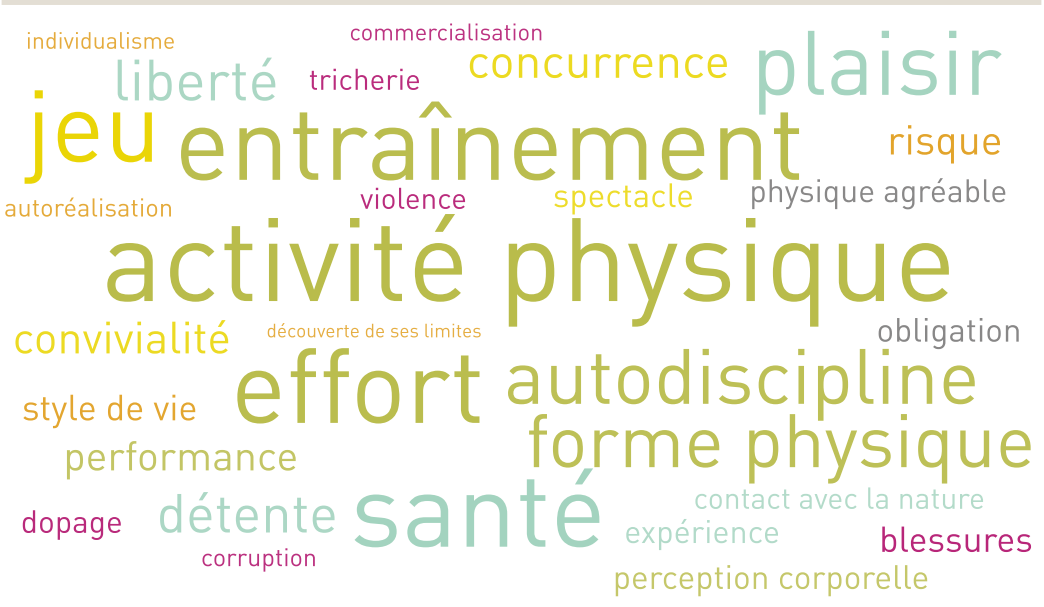
Si nous examinons les données relatives aux différences quant aux habitudes sportives présentées aux chapitres 4, 7 et 8, nous en tirons les conclusions suivantes en ce qui concerne les personnes non sportives. Les femmes et les seniors sont légèrement majoritaires parmi les personnes non sportives. Dans l'ensemble, avec respectivement 18 % et 16 % de femmes et d'hommes inactifs sur le plan sportif, l'écart entre les sexes est minime; il est néanmoins plus prononcé dans la tranche d'âge des 25 à 54 ans que chez les plus de 55 ans. La part de personnes non sportives n'est guère différente selon le type ou la taille de la commune, mais varie beaucoup plus d'une région linguistique à l'autre: alors que cette proportion s'élève à 14 % en Suisse alémanique, elle atteint 22 % en Suisse romande et 28 % en Suisse italophone.

Les différences sont également importantes en ce qui concerne la nationalité, la région d'origine et le pays de naissance. Dans la population étrangère domiciliée en Suisse, la part de personnes non sportives s'élève à 28 %, avec des résultats qui diffèrent considérablement d'une région d'origine à l'autre. Les écarts constatés peuvent être attribués tant à des différences culturelles qu'à des différences sociales. La part de non-sportifs est de façon générale bien plus élevée chez les personnes ayant un faible niveau d'études et un faible revenu. Elle est également élevée chez les personnes qui travaillent dans le secteur de l'agriculture et chez les femmes et hommes au foyer. Parmi les personnes d'âge moyen, la situation familiale et le cumul de charges expliquent probablement largement l'inactivité plus fréquente chez les femmes que chez les hommes.

Les résultats présentés montrent que la non-pratique sportive n'est pas seulement liée à une question de préférence individuelle. Bien entendu, chacun et chacune est libre de décider de faire du sport ou non. La stagnation de la part de personnes non sportives ne doit donc pas nécessairement être perçue comme un problème. Néanmoins, les différences manifestes liées à des caractéristiques sociodémographiques et socioéconomiques soulèvent la question de savoir s'il subsiste certains seuils et obstacles qui restreignent l'accès à la pratique sportive pour certains groupes de population. Les analyses qui suivent visent à déterminer dans quelle mesure c'est le cas.

Les non-sportifs ont une vision positive du sport, mais y prennent moins de plaisir

Commençons par la conception du sport. Comment les personnes non sportives perçoivent-elles le sport? Quelles sont leurs expériences en matière de sport? Le graphique 9.1 montre les images et les concepts que les non-sportifs associent le sport. À première vue, le nuage de mots-clés des non-sportifs ne semble guère différent de celui des personnes actives. Les personnes non sportives, elles aussi, mentionnent le plus souvent l'activité physique (78 %) et la santé (58 %). Viennent ensuite l'entraînement (39 %), l'effort (38 %), la forme physique (38 %) et l'autodiscipline (31 %). Le plaisir vient seulement après dans la liste (26 %), alors que les personnes sportives le citent plus de deux fois plus souvent. En outre, la nature, la santé, la perception corporelle, la détente, la forme physique, l'autodiscipline, la liberté, les expériences, le style de vie, la communauté, la performance et la silhouette sont des associations beaucoup moins citées par les non-sportifs que par les sportifs. Ces derniers, en revanche, associent davantage le sport à la contrainte, au dopage, à la tricherie, à la corruption et à la violence. Ces connotations négatives sont toutefois rarement citées et ne sont donc guère visibles dans le graphique 9.1. Dans



G 9.1: Termes associés au sport par les non-sportifs

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2041 (non-sportifs; enquête en ligne uniquement). Nuage de mots-clés; la taille des mots augmente en fonction de leur fréquence de sélection. Les couleurs font ressortir les combinaisons de mots fréquentes, repérées grâce à une analyse factorielle.

l'ensemble, les non-sportifs n'ont pas une vision du sport aussi positive que les sportifs mais n'éprouvent pas non plus d'aversion pour celui-ci, ou alors très rarement. Ce phénomène n'a connu aucune évolution significative au cours des six dernières années.

L'inactivité sportive est surtout motivée par un manque de temps et de plus en plus par des raisons financières

Comment les personnes non sportives justifient-elles leur inactivité? Le tableau 9.2 montre que celle-ci est le plus souvent liée à un manque de temps. Il est également fait référence à une charge de travail importante, à des horaires de travail étendus et peu favorables, à de longs trajets entre le domicile et le lieu de travail ou au fait que le temps nécessaire au sport empiéterait sur la vie de famille. Ces éléments montrent que les contraintes du quotidien ne laissent aucune place aux activités sportives. En outre, certaines personnes n'ont tout simplement pas envie de faire du sport ou de participer à des compétitions, ou accordent plus d'importance à d'autres activités. Elles n'ont aucun plaisir à faire du sport, ont d'autres centres d'intérêt ou préfèrent d'autres activités (y compris physiques). Enfin, certaines raisons sous-entendent des obstacles qui entravent l'accès au sport. Il peut s'agir notamment de difficultés financières, d'une absence d'offres, d'horaires d'ouverture incompatibles ou d'une mauvaise accessibilité des installations sportives. Contrairement aux raisons personnelles, ces motifs plutôt systémiques sont évoqués relativement rarement. Les restrictions financières sont le plus fréquemment citées, avec 14 % de mentions, un chiffre qui témoigne d'une évolution tangible ces six dernières années: en 2020, seuls 10 % des non-sportifs déclaraient que le sport était trop cher. Par ailleurs, les motifs «surcharge de travail», «horaires de travail étendus ou défavorables» et «autres centres d'intérêt» sont nettement plus fréquemment cités qu'en 2020.

T 9.2: Raisons avancées par les non-sportifs pour expliquer leur inactivité

	en % des non-sportifs
Manque de temps en général	33,5
Surcharge de travail, excès de fatigue	28,3
Manque d'envie et de plaisir	23,6
Raisons de santé	21,2
Autres centres d'intérêt	17,2
Horaires de travail étendus ou défavorables	14,1
Raisons financières, le sport coûte trop cher	13,8
Activité physique suffisante, se sent en bonne forme	11,9
Sport au détriment de la vie de famille	10,1
A d'autres activités physiques	9,8
Sentiment d'être trop âgée	9,0
Pas envie de compétition, de concurrence, de comparer les performances	8,8
Ne se sent pas faite pour le sport, n'en retire aucun bien-être	5,6
Long temps de trajet entre le domicile et le lieu de travail	4,8
Aucune offre adaptée	4,1
Abandon suite à une blessure dans le cadre sportif	2,9
Horaires d'ouverture incompatibles, mauvaise accessibilité des installations sportives	2,4
Mauvais souvenirs, expériences négatives	2,3

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2316 (non-sportifs). Plusieurs réponses étaient possibles, ce qui explique que le total ne corresponde pas à 100 %.

Les non-sportifs ne signalent pratiquement jamais d'expériences négatives liées au sport

Seules 2 % des personnes non sportives justifient leur inactivité par de mauvaises expériences et ce constat n'est pas lié à un manque d'expériences. Au contraire, les deux tiers d'entre elles ont déjà fait du sport en plus de l'éducation physique obligatoire et 58 % ont même mentionné une activité sportive régulière, c'est-à-dire au moins une fois par semaine. Ces résultats concordent avec les réponses à la question «Combien de sport avez-vous fait dans votre vie jusqu'à présent?», à laquelle 41 % des personnes non sportives ont répondu: «Je n'ai jamais fait beaucoup de sport auparavant et encore aujourd'hui, je ne fais quasiment pas ou pas du tout de sport.» Les 59 % restants correspondaient à la proportion de personnes actives sur le plan sportif. Le sport est majoritairement lié à des expériences positives. Parmi les personnes non sportives qui ont été actives par le passé, 67 % décrivent de bonnes expériences, 29 % évoquent des expériences mitigées et 4 % ont fait de mauvaises expériences. Les personnes non sportives qui ont uniquement pratiqué le sport dans le cadre de l'éducation physique obligatoire se montrent plus critiques: elles sont 41 % à déclarer avoir vécu des expériences positives, 42 % des expériences mitigées et 17 % des expériences négatives.

Un bon tiers souhaiterait renouer avec le sport

Les réponses concernant l'éventuelle reprise d'une activité sportive permettent de déterminer s'il est possible de convaincre les personnes non sportives de faire du sport, et, le cas échéant, de quelle manière. Sur l'ensemble des personnes non sportives interrogées, 36 % souhaiteraient se mettre ou se remettre au sport, une valeur qui se situe exactement entre les chiffres de 2014 (38 %) et de 2020 (34 %). La volonté de renouer avec le sport est plus marquée chez les personnes non sportives qui ont fait du sport par le passé (46 %) que chez celles qui n'en ont jamais fait (17 %). De plus, ce souhait diminue avec l'âge, après un pic dans la tranche d'âge des 35 à 44 ans. Il est un peu plus élevé chez les femmes (38 %) et en Suisse romande et italophone (respectivement 39 % et 38 %). Il l'est encore plus chez la population résidante étrangère (41 %) et en particulier, au sein de ce groupe, chez les personnes originaires de pays non européens (51 %). Le souhait de renouer avec le sport augmente aussi avec le niveau d'études et le revenu. Il est également supérieur à la moyenne chez les personnes qui travaillent dans le secteur tertiaire (48 %), chez les personnes sans emploi (51 %) et les personnes en formation (52 %). Si toutes les personnes non sportives exprimant ce souhait réussissaient véritablement à se (re)mettre au sport, il en résulterait une réduction des différences sociales selon la nationalité, mais pas des différences selon le niveau de formation et le revenu.

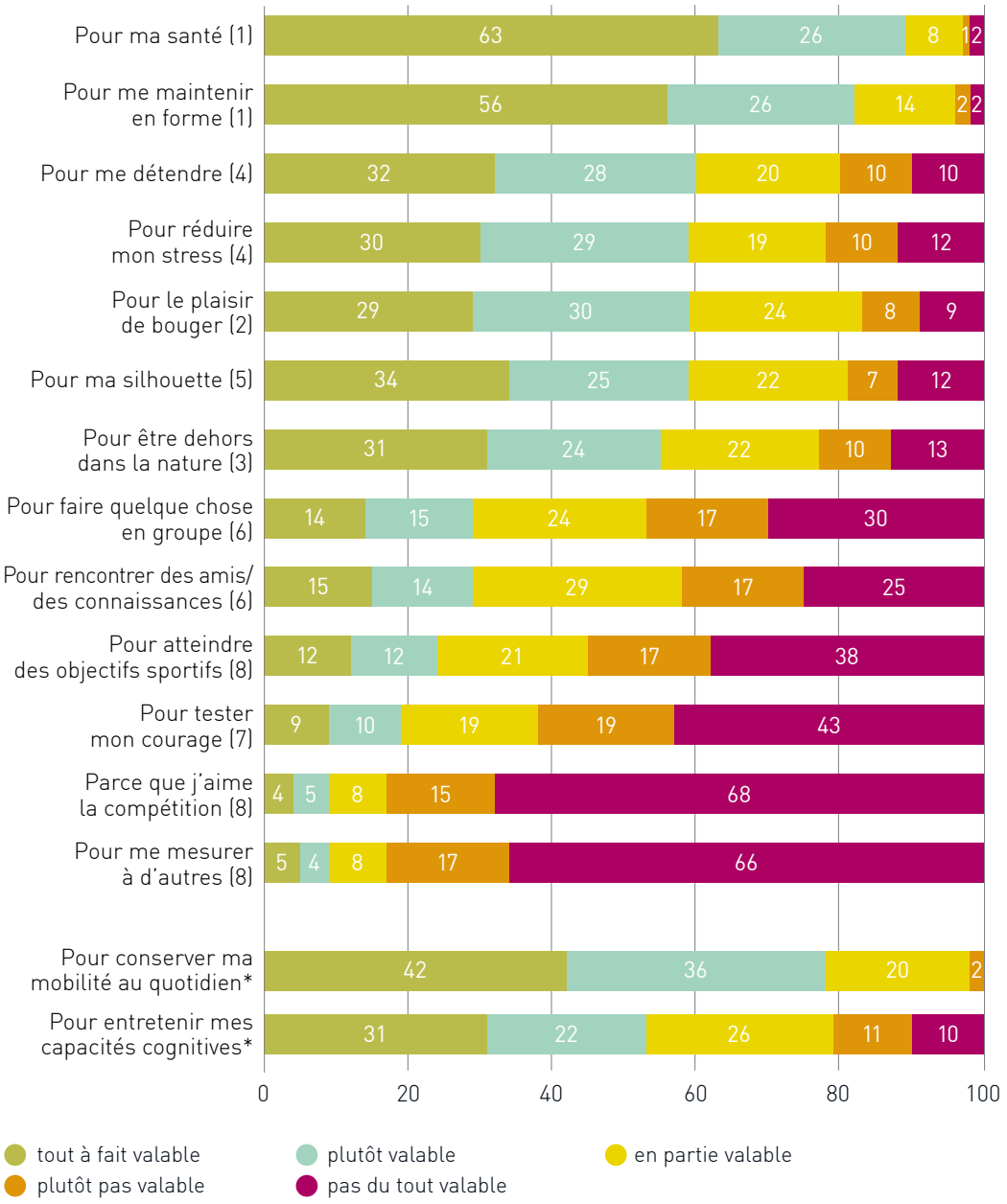
Les aspirations sportives des non-sportifs ne sont ni insolites ni exclusives

Le tableau 9.3 présente les sports que les personnes non sportives souhaiteraient pratiquer. Le fitness figure en tête de liste, suivi de la natation, de la randonnée, de la musculation, du yoga, du cyclisme, des sports de combat et du jogging. Alors que les femmes ont plus souvent opté pour le yoga, l'aqua-fitness et la danse, les hommes mentionnent plus fréquemment le football. Les personnes qui ont cité le football se caractérisent par un âge moyen plus bas. À l'inverse, les personnes non sportives plus âgées souhaitent davantage pratiquer le cyclisme, la randonnée ou l'aqua-fitness. Les sports envisagés par les personnes non sportives sont exactement les mêmes qu'en 2020. Leur popularité a néanmoins légèrement évolué: par rapport à il y a six ans, la musculation, le yoga et les sports de combat ont été plus souvent cités cette année, et la danse, la natation et le jogging un peu moins. Au vu de ces résultats, la conclusion qui s'impose est la même qu'en 2020: les sports envisagés par les personnes non sportives n'ont rien d'insolite. Il s'agit de sports qui comptent parmi les plus populaires en Suisse et pour lesquels il existe une multitude d'offres largement accessibles.

T 9.3: Formes d'activité physique et sportive que les non-sportifs aimeraient pratiquer ou pratiquer davantage à l'avenir

	Mentions (en % des non-sportifs)	**Âge moyen** (en années)	**Part des femmes** (en %)
Fitness (individuel ou collectif)	6,5	43	59
Natation	5,2	45	63
Randonnée pédestre, randonnée en montagne	5,0	50	70
Musculation, body-building	4,9	39	54
Yoga, Pilates, Body-Mind	4,0	45	92
Cyclisme (hors VTT)	3,2	52	46
Sports de combat, autodéfense	2,9	36	42
Jogging, course à pied	2,3	42	49
Football	2,0	34	10
Danse	1,8	41	89
Aqua-fitness	1,6	50	92
Tennis	1,2	45	48
Gymnastique	1,2	43	80
Ski (hors randonnée à skis)	1,2	47	66

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2316 (non-sportifs). Les formes d'activité physique et sportive listées sont celles qui ont été citées par au moins 1 % des non-sportifs.



G 9.2: Importance des différentes raisons de s'initier à un sport ou de renouer avec le sport (en % des non-sportifs ayant une aspiration sportive)

Remarque: Nombre de personnes interrogées (non-sportifs ayant une aspiration sportive): entre 800 (compétitions, courage, se mesurer) et 808 (santé, silhouette). Réponses à la question: «Pourquoi faites-vous du sport ? Dans quelle mesure les raisons suivantes sont-elles valables pour vous?» * Seules les personnes de 65 ans ou plus ont été interrogées sur ces motivations (n = entre 72 et 73). Les chiffres entre parenthèses indiquent l'appartenance des motivations à l'une des huit catégories définies (cf. chapitre 5).

Le graphique 9.2 fournit des indications sur la manière dont il serait possible d'inciter les personnes non sportives à recourir réellement à l'une de ces offres. Les personnes qui n'ont jamais fait de sport citent en premier lieu la santé et la forme physique comme motivations à commencer. Viennent ensuite la détente, la réduction du stress, le plaisir de bouger, le fait de sculpter sa silhouette et la nature. Les motivations sociales comme «faire quelque chose en groupe» ou «rencontrer des amis et des connaissances» ne jouent un rôle que pour une minorité de personnes. Les motivations liées à la performance et à la compétition figurent tout en bas de la liste et n'ont aucune pertinence pour la grande majorité des personnes non sportives. Chez les personnes de 65 ans et plus, le maintien de la mobilité au quotidien et des capacités cognitives joue un rôle de premier plan dans la reprise d'une activité sportive. L'écart entre les sexes est modeste. Les femmes citent nettement plus souvent la détente et légèrement plus souvent le fait de sculpter sa silhouette, ainsi que la nature. Les hommes mentionnent un peu plus fréquemment la compétition, le plaisir de bouger et les motivations sociales.

10. Lieux, horaires et cadre de la pratique sportive

L'essentiel en bref

- La Suisse dispose non seulement d'infrastructures sportives bien développées mais aussi d'un large éventail d'activités de plein air. Les deux tiers de la population font du sport en pleine nature, tandis que la pratique du sport à domicile est de plus en plus fréquente.
- La stagnation dans l'évolution de l'activité sportive s'observe également à travers la fréquentation des infrastructures, qui est restée globalement stable et a parfois reculé par rapport à 2020.
- De nombreuses activités sportives sont accessibles au sein de la commune de résidence. Le moyen de locomotion vers le lieu de l'activité et l'horaire de l'activité sont souvent variables pour un même individu. L'horaire de la pratique sportive dépend avant tout de la situation au regard de l'emploi.
- Pour la première fois, le nombre d'adultes inscrits dans un centre de fitness dépasse celui des adultes inscrits dans un club sportif. En revanche, le nombre de personnes pratiquant un sport sans affiliation n'a pas changé au cours des six dernières années.
- Lors de leurs activités sportives, 37 % des personnes pratiquant un sport utilisent des outils numériques, dont les réseaux sociaux, les applications, les vidéos et les moniteurs d'activité physique. Près des deux tiers des personnes utilisant ces outils y recourent pour enregistrer leurs performances sportives, et deux cinquièmes pour consulter des instructions d'entraînement.

La pratique d'un sport nécessite une infrastructure. On pense bien sûr aux installations sportives classiques telles que les salles de gymnastique, les terrains de football, les piscines et les patinoires, mais il ne faut pas oublier les forêts, les lacs, les parcs et les montagnes, les sentiers pédestres, les remontées mécaniques, les pistes de ski alpin ou de ski de fond, et les itinéraires cyclables. La Suisse est favorisée à cet égard: d'une part, ses infrastructures sportives sont bien développées et, d'autre part, le pays est un eldorado pour les sports de plein air. Le niveau d'activité sportive élevé de la population suisse s'explique notamment par la forte densité d'installations sportives et par l'excellente accessibilité d'innombrables activités sportives en pleine nature, comme le soulignent les chiffres fournis.

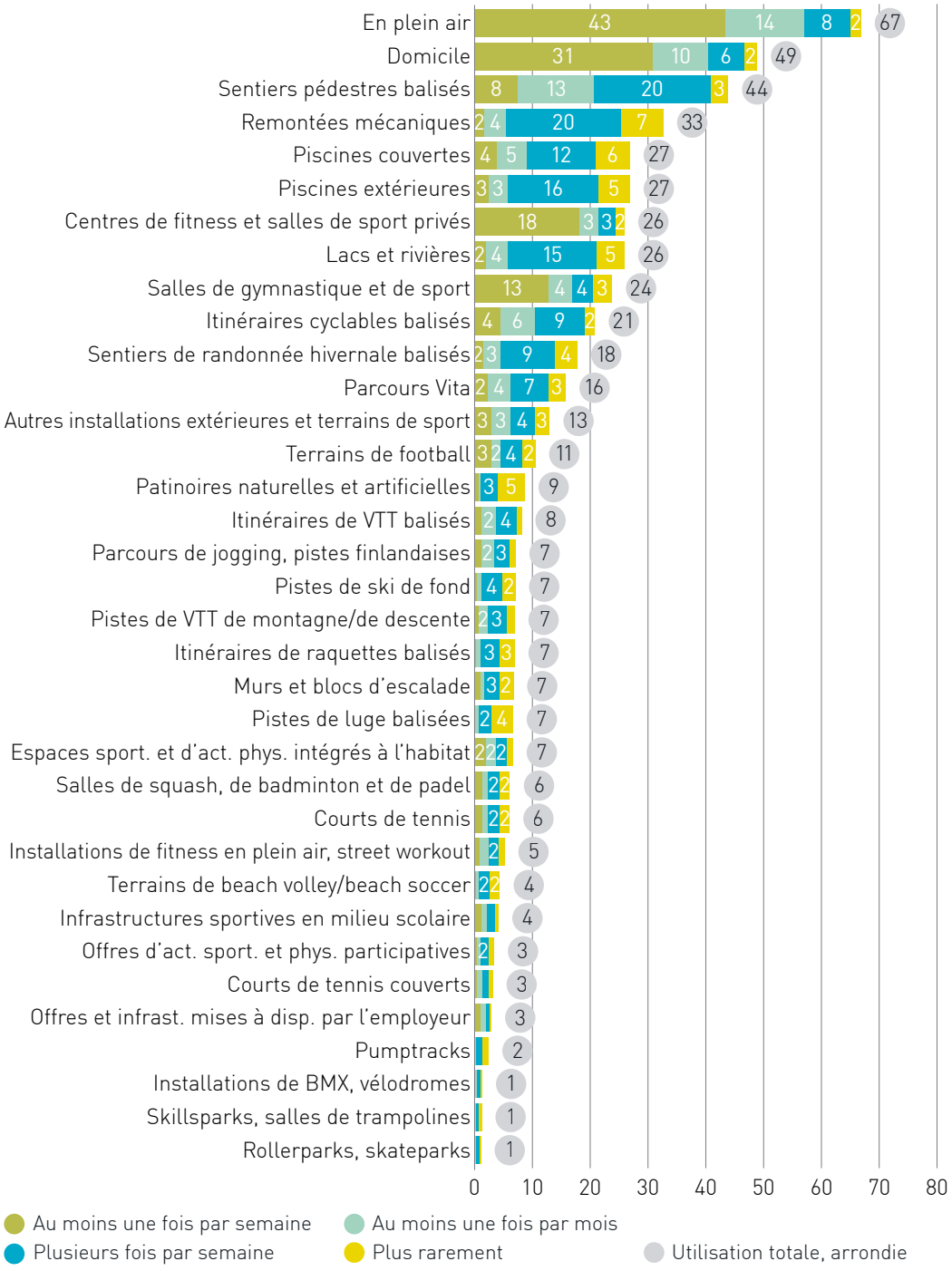
Le sport en plein air au premier rang

Le graphique 10.1 présente une vue d'ensemble de la fréquentation des infrastructures et espaces de pratique du sport. Le lieu de pratique «en plein air» se place au premier rang. Parmi la population suisse, 43 % déclarent pratiquer un sport en plein air au moins une fois par semaine, et 14 % s'y adonnent au moins une fois par mois. La pratique d'un sport en pleine nature nécessite en outre certaines infrastructures. L'utilisation de sentiers de randonnée balisés se place au troisième rang, et les remontées mécaniques au quatrième rang. Dans le top 10 figurent également les lacs et rivières en tant que lieux de baignade, ainsi que les itinéraires cyclables balisés, qui sont fréquentés respectivement par 26 % et 21 % de la population. Viennent ensuite les sentiers de randonnée hivernale, les parcours Vita, les itinéraires de VTT, les parcours de jogging, les pistes de ski de fond, les itinéraires de raquettes et les pistes de luge. Dans le classement des installations sportives classiques, le haut du tableau est occupé par les piscines couvertes et les piscines extérieures, ainsi que par les salles de gymnastique et de sport; près d'un quart de la population suisse fréquente l'un ou l'autre de ces deux types de lieux de pratique sportive.

Une diversité d'infrastructures pour une diversité d'activités sportives

Dans la suite du classement figurent de nombreux autres lieux de pratique sportive et infrastructures qui, bien que fréquentés régulièrement par moins de 1 % de la population, contribuent à l'étendue et à la diversité de l'offre sportive suisse. Il convient de noter que 1 % de la population correspond à près de 75 000 personnes. Ainsi, environ 525 000 personnes se rendent au moins une fois par an sur une piste de ski de fond, près de 300 000 personnes fréquentent des terrains de beach volley ou de beach soccer, et environ 225 000 personnes utilisent les offres et infrastructures de leur employeur.

Il est intéressant de noter la proportion de personnes qui font du sport chez elles: c'est le cas de près de 31 % de la population au moins une fois par semaine, et de 10 % au moins une fois par mois. Les centres de fitness et salles de sport privés présentent également un taux d'utilisation hebdomadaire élevé (18 %) et se hissent à la troisième place du classement derrière le plein air et le domicile. Étant donné l'importance actuelle des centres de fitness et des salles de sport privés, un chapitre entier leur est dédié, comme c'est le cas pour les clubs sportifs (cf. chapitres 11 et 12).



G 10.1: Lieux de pratique et fréquentation des infrastructures sportives au cours des douze derniers mois (en % de la population résidante suisse âgée de 15 ans ou plus)

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 14 790.

Augmentation de la pratique du sport à domicile, baisse de la fréquentation des remontées mécaniques ainsi que des piscines et lieux de baignade

Le domicile est le seul lieu de pratique sportive dont l'importance a augmenté au cours des six dernières années: plus de personnes font du sport chez elles aujourd'hui qu'en 2020. La fréquentation des autres infrastructures et espaces de pratique sportive est restée au même niveau qu'il y a six ans, voire a légèrement baissé, ce qui met en lumière la stagnation de l'évolution de l'activité sportive sur cette période. Un recul significatif de l'utilisation des infrastructures est aussi relevé en ce qui concerne les remontées mécaniques, ainsi que les piscines et lieux de baignade. Ce constat va dans le sens des chiffres présentés au chapitre 6, où la plus forte baisse observée concerne la natation et le ski (cf. tableau 6.1). En outre, au vu de la baisse du nombre de mentions de certains sports, il n'est pas surprenant de constater un recul significatif de la fréquentation des salles de gymnastique et de sport, des patinoires naturelles et artificielles, des sentiers pédestres balisés et des pistes de luge.

T 10.1: Lieux d'utilisation d'une sélection d'infrastructures sportives (part de l'ensemble des usagers des infrastructures respectives en %)

	Dans la commune de domicile	Dans la région	Dans un autre endroit	Variable
En plein air	37	26	3	34
Piscines couvertes	30	51	8	11
Piscines extérieures	36	44	7	13
Centres de fitness et salles de sport privés	47	42	7	4
Lacs et rivières	26	38	13	23
Salles de gymnastique et de sport	49	34	8	8
Sentiers de randonnée hivernale balisés	6	20	27	47
Parcours Vita	48	37	4	11
Autres installations extérieures et terrains de sport	39	38	5	18
Terrains de football	51	33	6	10
Patinoires naturelles et artificielles	28	54	10	8
Itinéraires de VTT balisés	14	39	12	35
Parcours de jogging, pistes finlandaises	50	34	5	11
Pistes de ski de fond	7	26	37	30
Pistes de VTT de montagne/de descente	13	39	20	28
Itinéraires de raquettes balisés	3	24	33	40
Murs et blocs d'escalade	19	52	18	11
Pistes de luge balisées	4	18	46	32
Espaces propices au sport à l'activité physique intégrés à l'habitat	59	26	3	12
Salles de squash, de badminton et de padel	22	57	12	9
Courts de tennis	41	41	9	9
Installations de fitness en plein air, street workout	42	34	11	13
Terrains de beach volley/beach soccer	29	44	14	13
Infrastructures sportives en milieu scolaire	59	30	6	5
Manifestations sportives, offres d'activités participatives	21	39	18	22
Courts de tennis couverts	29	55	8	8
Offres et infrastructures mises à disposition par l'employeur	26	42	27	5
Pumptracks	30	51	11	8
Installations de BMX, vélodromes	22	44	18	16
Skillsparks, salles de trampolines	18	34	37	11
Rollerparks, skateparks	32	44	13	11

Remarque: Réponses à la question «Où utilisez-vous ces infrastructures d'habitude?» Nombre de personnes interrogées: entre 196 et 9837 selon l'infrastructure.

De nombreuses activités sportives accessibles à proximité du domicile

Le tableau 10.1 montre où se trouvent habituellement les installations et espaces de pratique sportive utilisés. De nombreuses personnes ont accès à des offres et installations sportives directement dans leur commune de domicile. Il s'agit non seulement des espaces propices au sport et à l'activité physique à proximité du domicile et des installations sportives en milieu scolaire, mais aussi des terrains de football, des parcours de jogging et des pistes finlandaises, des salles de gymnastique et de sport, des parcours Vita ainsi que des centres de fitness et de sport, qui sont tous accessibles à près de la moitié des usagers dans leur propre commune de domicile. Près de 30 % des usagers disposent de courts de tennis couverts, de piscines couvertes et de patinoires dans leur commune. Ces infrastructures, tout comme les terrains de squash, de badminton et de padel, les murs et blocs d'escalade, ainsi que les pumptracks, accueillent principalement des usagers de la région. Se rendre sur des pistes de luge ou de ski de fond, des itinéraires de raquettes ou des sentiers de randonnée hivernale balisés nécessite naturellement de se déplacer plus loin. Les personnes fréquentant ces infrastructures de sports d'hiver, ainsi que les pistes et itinéraires de VTT balisés, les lieux de baignade dans les lacs et rivières, et se rendant dans la nature de manière générale changent particulièrement souvent de lieu lorsqu'il s'agit d'utiliser ces infrastructures et espaces. La distance à parcourir jusqu'au site en question varie en fonction des conditions sur place, notamment de l'enneigement.

T 10.2: Moyens de locomotion utilisés pour aller faire du sport (part de l'ensemble des personnes qui ont utilisé une infrastructure sportive au cours des douze derniers mois)

	En %
À pied	24
À vélo	14
En transports publics	9
En transport motorisé individuel (voiture, moto)	25
Variable	25
Autre	3

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 13849.

La plupart des personnes se rendent à leurs activités sportives à pied, à vélo ou en voiture

Le tableau 10.2 montre les moyens de locomotion utilisés pour se rendre à un entraînement ou sur le lieu de pratique sportive. Parmi la population sportive, près d'un quart des personnes font généralement le trajet à pied, un autre quart utilisent un véhicule motorisé individuel (voiture ou moto), 14 % se déplacent à vélo et 9 % optent pour les transports publics. Un autre quart recourent à d'autres moyens de locomotion, en fonction du lieu et de l'horaire. Par rapport à 2020, les moyens de locomotion choisis sont légèrement plus respectueux de l'environnement. La part de la population sportive qui se déplace habituellement à pied ou à vélo a augmenté de 2 points de pourcentage, et les trajets en véhicule motorisé individuel ont diminué dans la même proportion. La catégorie des autres moyens de locomotion a également augmenté de 3 points de pourcentage, probablement en lien avec la progression de nouveaux petits véhicules électriques (scooters, trottinettes). La part des transports publics reste inchangée, et à un niveau plutôt bas par rapport aux trajets entre le domicile et le lieu de travail. Cela peut s'expliquer par le fait que les lieux de pratique sportive, en particulier en plein air, sont souvent situés à l'écart des axes principaux ou sont fréquentés en dehors des heures de pointe.

T 10.3: Moment de la journée consacré au sport (part de la population sportive en %)

	Ensemble de la population sportive	Hommes	Femmes
Tôt le matin	13	13	13
Dans la matinée	27	22	33
À midi	10	11	10
L'après-midi	30	31	29
Dans la soirée	44	48	41
La nuit	2	2	1
Variable	23	23	23

Remarque: La question posée était: «À quelle heure de la journée pratiquez-vous habituellement du sport?». Plusieurs réponses étaient possibles, ce qui explique que le total ne corresponde pas à 100 %. Nombre de personnes interrogées: 12470 (personnes sportives).

Les horaires de pratique sportive gagnent en flexibilité

Ce point nous amène à nous demander à quels moments de la journée les installations sportives, les lieux d'entraînement et les espaces d'activité physique sont fréquentés. Encore aujourd'hui, c'est le soir que l'activité sportive est la plus intense. 44 % des sportifs font du sport habituellement le soir (cf. tableau 10.3), bien que ce moment de la journée soit moins plébiscité qu'auparavant. En 2014, 56 % des personnes sportives pratiquaient une activité le soir, contre seulement 46 % en 2020 déjà. La pratique sportive a légèrement augmenté tôt le matin et l'après-midi. Le recul de l'activité physique le soir est toutefois lié à une meilleure flexibilité. La part de personnes sportives dont les horaires ne sont pas fixes, mais choisis en fonction de ce qui convient le mieux, est passée de 10 % en 2014 à 26 % en 2020, avant de se stabiliser à 23 % cette année.

La situation au regard de l'emploi détermine les horaires de la pratique sportive

Les horaires de la pratique sportive dépendent de la situation au regard de l'emploi. Tandis que les personnes employées à plein temps font encore majoritairement du sport le soir, celles qui sont employées à temps partiel préfèrent de plus en plus faire du sport le matin ou l'après-midi. Les deux tiers des personnes en formation font du sport le soir, et la moitié de celles-ci pratiquent aussi une activité sportive de temps en temps l'après-midi. Les personnes à la retraite font généralement du sport le matin ou l'après-midi. Les femmes et hommes au foyer optent surtout pour le matin. Les personnes sans emploi font autant de sport le soir et l'après-midi que le matin. La proportion de salariés est la plus élevée tôt le matin, tandis que ce sont surtout les personnes en formation qui font du sport en fin de soirée. Le midi, il y a peu de différences en fonction de la situation au regard de l'emploi; seuls les hommes et femmes au foyer, ainsi que les personnes retraitées, font moins de sport à ce moment de la journée. Les femmes font plus souvent du sport le matin que les hommes, et moins souvent le soir, ce qui reflète les différences liées au sexe en matière de situation au regard de l'emploi.

T 10.4: Types de personnes sportives selon le cadre de leur pratique (en % de la population résidante âgée de 15 ans ou plus)

	2014	2020	2026
Non-sportifs	25	16	17
Sportifs sans affiliation	39	48	47
Membres d'un centre de fitness	11	14	17
Membres actifs d'un club sportif	20	17	14
Membres d'un club sportif et d'un centre de fitness	5	5	5

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2014: 10 651; 2020: 11 290; 2026: 14 782.

Évolution du cadre de la pratique sportive: les centres de fitness dépassent les clubs sportifs

Après avoir examiné de manière approfondie la fréquentation des infrastructures et espaces propices au sport et à l'activité physique, nous abordons à présent la question de savoir qui met en place les différentes offres. Le tableau 10.4 donne une vue d'ensemble des différents cadres. Nous distinguons quatre types de sportifs selon le taux d'affiliation: les personnes sans affiliation, les membres d'un club sportif, les membres d'un centre de fitness privé, et les membres d'un club sportif et d'un centre de fitness. Le plus grand groupe, qui représente près de la moitié de la population suisse, est celui des sportifs sans affiliation. Leur part a fortement augmenté entre 2014 et 2020 (période à laquelle la part de non-sportifs a baissé) et reste constante depuis. La part de personnes à la fois membres d'un club sportif et d'un centre de fitness reste également inchangée. En revanche, deux autres courbes d'évolution suivent des trajectoires diamétralement opposées: la fréquentation des clubs sportifs diminue continuellement tandis que celle des centres de fitness augmente dans la même proportion. De ce fait, les centres de fitness comptent désormais davantage de membres de 15 ans ou plus que les clubs sportifs.

De nouvelles offres et de nouveaux cadres apparaissent

En plus des deux principaux prestataires d'offres sportives, à savoir les clubs et les centres de fitness (abordés de manière plus approfondie aux chapitres 11 et 12), d'autres offres sont apparues au cours des dernières années. Les activités sportives des sportifs sans affiliation ne sont pas nécessairement toutes auto-organisées ou non organisées. Parmi la population générale, 12 % des personnes sont inscrites à une offre proposée par un prestataire privé autre qu'un club ou un centre de fitness. Les studios de danse et de yoga, ainsi que les écoles de sport de combat et de natation, en font notamment partie. De plus, 4 % participent à des offres sportives à la carte, comme des groupes de marche athlétique ou des leçons d'aquafitness ou de gymnastique. Enfin, 2 % des personnes de 15 ans ou plus prennent part au sport scolaire facultatif, et 3 % sont inscrites à une offre sur leur lieu de travail, pour laquelle l'employeur met au moins les infrastructures à disposition.

Qui recourt à des offres et à des infrastructures sur le lieu de travail?

Les personnes qui utilisent des offres ou des infrastructures sur leur lieu de travail pour leur pratique sportive sont le plus souvent des personnes employées à plein temps et donc majoritairement des hommes. De plus, il s'agit fréquemment de personnes ayant un niveau d'études élevé et un revenu élevé, souvent âgées entre 30 et 44 ans. Les personnes ayant une nationalité étrangère sont également surreprésentées. En outre, de telles offres proposées par les employeurs semblent davantage présentes en Suisse alémanique et dans les zones urbaines, tandis qu'elles sont moins fréquentes en Suisse romande, au Tessin ainsi que dans les régions rurales et les zones intermédiaires.

Utilisation d'outils numériques

Le grand nombre de personnes qui font du sport dans un cadre non organisé et à domicile soulève la question de la manière dont les sportifs se motivent, s'informent et se laissent guider. Les outils numériques semblent convaincre nombre d'entre eux. Ils peuvent être une source de motivation en valorisant les petites réussites et les progrès accomplis, ou en proposant des programmes d'entraînement complets. Ils sont utilisables partout et à tout moment, et créent un sentiment de communauté et d'appartenance à travers des interactions et des comparaisons avec d'autres sportifs.

Lors de leurs activités sportives, 37 % des personnes sportives (soit 31 % de la population) utilisent des outils numériques, dont les réseaux sociaux, les applications, les vidéos et les bracelets connectés. L'usage varie en fonction de l'offre: 19 % des utilisateurs s'inspirent d'autres personnes, 43 % recherchent et suivent des instructions d'entraînement, 66 % enregistrent leurs performances sportives et 7 % publient également leurs activités et leurs succès sportifs.

Les femmes utilisent les outils numériques pour leur pratique sportive légèrement plus souvent que les hommes. Comme on pouvait s'y attendre, ces outils sont davantage utilisés chez les jeunes que chez les plus âgés; néanmoins, l'usage est légèrement plus fréquent chez les 30 à 44 ans (46 %) que chez les 15 à 29 ans (44 %). L'utilisation diminue continuellement à partir de 45 ans. Toutefois, les sportifs de 60 à 74 ans sont encore 29 % à utiliser les outils numériques pour leur pratique sportive, et c'est même le cas de 17 % des plus de 74 ans. La population étrangère résidante utilise légèrement plus souvent les outils numériques que la population suisse. De plus, l'utilisation augmente avec le revenu et le niveau de formation. Les personnes qui font beaucoup de sport sont naturellement celles qui utilisent les offres numériques le plus souvent. Néanmoins, presque un tiers des personnes qui ont une pratique sportive irrégulière utilisent les outils numériques.

Des différences intéressantes sont également observées en ce qui concerne le type d'utilisation. Les personnes les plus jeunes se servent plutôt des outils numériques pour trouver l'inspiration ou suivre des instructions d'entraînement, et publient leurs activités sur les réseaux sociaux plus souvent que les seniors. L'enregistrement des performances n'est guère différent d'une tranche d'âge à l'autre: les seniors en font également souvent usage. Toutefois, les hommes sont nettement plus nombreux à enregistrer leurs performances, tandis que les femmes sont davantage intéressées par les instructions d'entraînement. Le niveau d'activité sportive a peu d'impact sur le type d'utilisation. Il est intéressant de noter que les sportifs et sportives occasionnels, eux aussi, utilisent fréquemment les outils numériques pour suivre des instructions d'entraînement ou enregistrer leurs performances. En revanche, ces personnes publient très peu sur les réseaux sociaux.

11. Sport en club

L'essentiel en bref

- 19 % de la population pratiquent une activité au sein d'un club sportif. Ainsi, la tendance à la baisse constatée ces dernières années chez les adultes se poursuit.
- Les membres de clubs sportifs sont le plus souvent des hommes, des jeunes et des personnes de nationalité suisse.
- Les membres de clubs se distinguent par une activité sportive élevée et accordent nettement plus d'importance à la compétition que les non-membres.
- En plus de la participation à des compétitions et championnats, les membres de clubs apprécient particulièrement l'appartenance à une communauté et la convivialité, l'entraînement régulier, la qualité de l'offre et la proximité géographique.
- Près de la moitié des non-membres actuels ont été membres actifs d'un club sportif par le passé. Deux cinquièmes pourraient envisager de s'inscrire ou se réinscrire dans un club.
- L'engagement bénévole reste à un niveau stable: une bonne moitié des membres actifs s'engagent en faveur du sport à titre volontaire.

Les associations sont très présentes en Suisse. L'Observatoire du bénévolat en Suisse 2025 en dénombre près de 80 000 [13]. En raison de leur grand nombre, mais également de leur importance sociale et sociopolitique, les associations façonnent notre pays depuis plus de 150 ans. Le sport est également concerné: les quelque 18 000 clubs sportifs ont longtemps été les plus importants prestataires d'offres sportives.

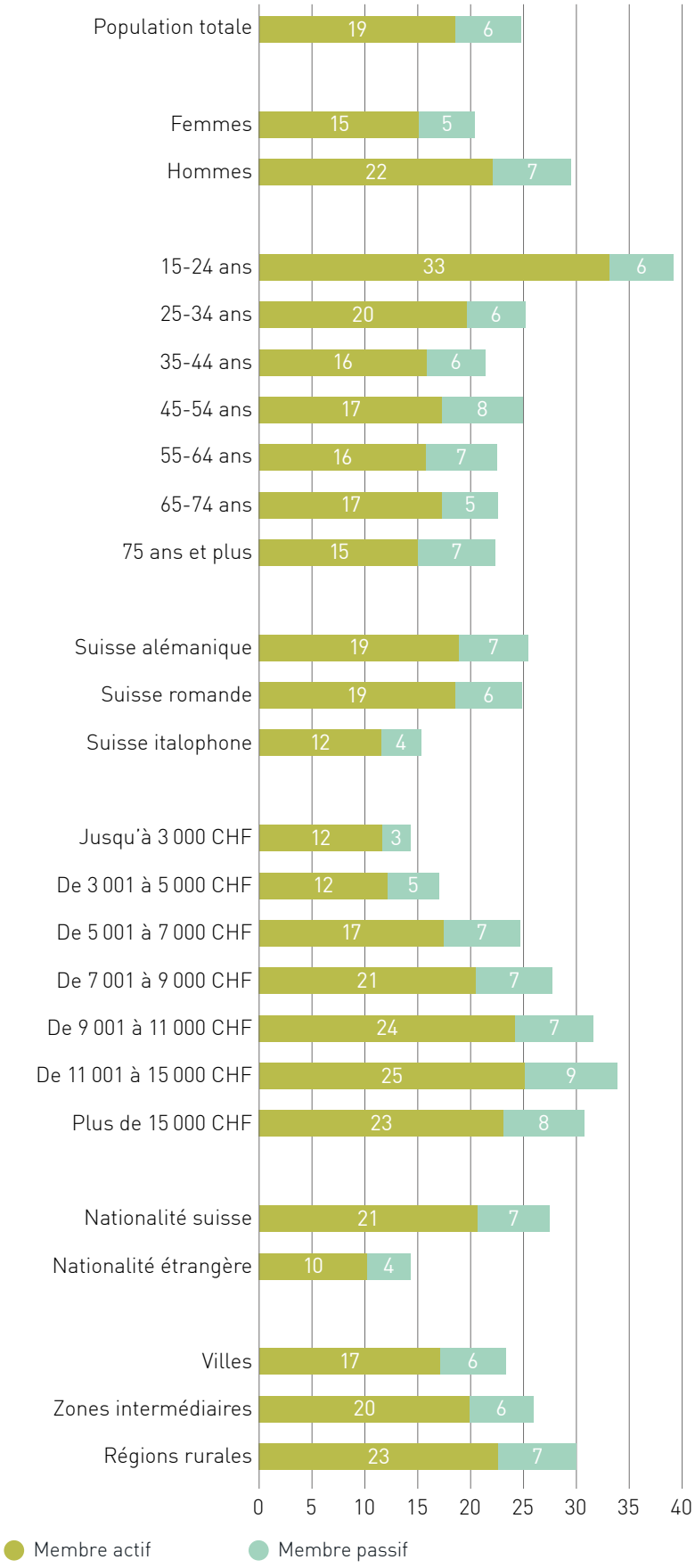
Le recul du nombre de membres de clubs sportifs se poursuit

Les plus récentes éditions de «Sport Suisse» ont déjà montré que les clubs sportifs ne profitaient pas de l'engouement durable que suscite le sport et de la croissance de la population sportive dans la même mesure que les nouveaux prestataires d'offres sportives généralement commerciaux. Cette évolution s'est poursuivie ces dernières années. Les clubs sportifs perdent progressivement de leur importance au regard du nombre de leurs membres et cèdent du terrain auprès de la population sportive adulte. Sur l'ensemble de la population de 15 ans et plus, 19 % sont membres actifs d'un club sportif et 6 % se disent membres passifs (cf. graphique 11.1). Il y a six ans, la part de membres actifs était encore de 22 %. L'étude actuelle révèle donc un tournant majeur: pour la première fois en Suisse, il y a davantage de personnes de 15 ans et plus inscrites dans un centre de fitness que dans un club sportif.

Les clubs sportifs restent d'importants prestataires d'offres sportives

Les enfants et les adolescents jusqu'à 14 ans, qui constituent une part croissante des membres actifs des clubs sportifs, ne sont toutefois pas pris en considération ici. Comme le montre l'enquête nationale auprès des clubs publiée en 2023, les clubs gagnent en popularité chez les enfants mais sont en perte de vitesse chez les adultes [14]. Les quelque 18 400 clubs sportifs affiliés à l'organisation faîtière nationale Swiss Olympic par l'intermédiaire de leurs fédérations comptent près de 2,5 millions de membres actifs [15] en incluant les membres de moins de 15 ans. Ce nombre inclut également environ 250 000 étudiants affiliés à l'une des 18 organisations de sport universitaire, qui ne sont pas habituellement considérés comme des membres de clubs sportifs. L'enquête auprès des clubs montre que l'augmentation du nombre d'enfants peut compenser le recul chez les adultes. En dépit de la baisse du nombre d'adultes, les clubs sportifs restent ainsi un pilier essentiel du sport et de la société. En effet, au-delà de la simple pratique sportive, ils contribuent de manière significative à l'intégration sociale, à la promotion de l'esprit communautaire et au renforcement de l'engagement bénévole, un sujet qui est traité plus en profondeur à la fin du présent chapitre. De plus, ils jouent un rôle clé pour le sport des enfants et des adolescents.

G 11.1: Membres d'un club sportif selon le sexe, l'âge, la région linguistique, le revenu du ménage, la nationalité et le type de commune (en %)



Remarque: Nombre de personnes interrogées: 14 779. Revenu du ménage: net par mois en CHF; le groupe «Nationalité suisse» inclut aussi les personnes binationales.

Les différences liées au sexe se réduisent, celles en lien avec la nationalité se creusent

Les clubs sportifs sont connus pour leurs offres à prix avantageux et inclusives, et ouvrent leurs portes à tous les groupes de population. La popularité grandissante des clubs sportifs chez les enfants a déjà été abordée dans la partie précédente. La présente étude montre également que les clubs sont particulièrement appréciés des tranches d'âge les plus jeunes: une personne sur trois entre 15 et 24 ans est active dans un club sportif, et une personne sur cinq entre 25 et 34 ans. Au-delà, la part de membres actifs se stabilise à 16 % et reste constante jusqu'à un âge avancé. En plus de l'écart selon l'âge, le graphique 11.1 montre certaines différences sociales et régionales. Les hommes, encore aujourd'hui, sont bien plus souvent actifs dans des clubs sportifs que les femmes. L'écart s'est néanmoins réduit ces six dernières années. Avec 15 %, la proportion de femmes qui sont membres d'un club sportif est la même qu'en 2020. Celle des hommes a en revanche diminué, passant de 28 % en 2020 à 22 % aujourd'hui. Des différences manifestes sont également observées en matière de revenu et de nationalité. Les personnes ayant un revenu élevé et celles ayant la nationalité suisse sont plus fréquemment inscrites dans un club sportif. De tels résultats ont déjà été relevés dans une mesure comparable en 2020. Par ailleurs, les différences en matière de nationalité se sont accentuées, ce qui est surtout lié à la baisse de 6 % de la proportion de personnes étrangères parmi les membres actifs ces six dernières années. Peu de changements sont à signaler concernant l'importance accordée aux clubs sportifs, qui reste plus forte en Suisse alémanique et en Suisse romande, ainsi que pour la population rurale, par rapport à la Suisse italophone et à la population urbaine.

Les membres actifs accordent plus d'importance à la compétition que la moyenne

Lorsque l'on examine d'un peu plus près l'activité sportive des membres actifs de clubs, celle-ci s'avère supérieure à la moyenne. Près des trois quarts des membres actifs font de l'exercice plusieurs fois par semaine pendant au moins trois heures et appartiennent donc au groupe des sportifs très actifs. De plus, leur participation à des compétitions les distingue nettement des non-membres qui pratiquent une activité sportive: alors que les non-membres ne sont que 7 % à participer à des compétitions, cette proportion s'élève à 46 % chez les membres actifs. Les motivations amenant les personnes membres d'un club à pratiquer une activité sportive mettent également en lumière l'importance qu'a la compétition pour elles. «Compétition/performance» constitue une source de motivation importante pour près d'un quart des membres actifs (cf. chapitre 5), contre seulement 6 % des non-membres. De plus, les aspects «contact/convivialité», «plaisir de bouger» et «risque/défi» contribuent de manière plus importante à la motivation des membres actifs pour la pratique sportive.

La communauté et la convivialité constituent le plus important argument en faveur de l'affiliation à un club

En plus de leurs motivations à la pratique sportive, les membres actifs ont été interrogés au sujet des raisons de leur affiliation à un club. Ici aussi, la communauté et la convivialité, ainsi que la pratique sportive avec des amis et des connaissances, sont au premier plan (cf. tableau 11.1). En plus de ces motivations sociales, les raisons organisationnelles et liées à l'offre jouent également un rôle essentiel: il est fréquemment fait mention des entraînements réguliers à heures fixes, du fait que le sport concerné se pratique au mieux dans le cadre d'un club, de la qualité de l'offre et de la proximité géographique. Les motivations de l'affiliation n'ont que peu évolué par rapport à 2020. La présence d'amis et de connaissances dans le même club est aujourd'hui légèrement moins importante. À l'inverse, la régularité des entraînements et la proximité géographique sont plus fréquemment cités. Par ailleurs, les arguments en faveur d'une affiliation présentent quelques différences intéressantes liées au sexe. Les hommes s'inscrivent plus fréquemment à un club pour y rejoindre des amis et des connaissances, pour participer à des compétitions et des championnats, et parce que le sport concerné se pratique au mieux dans le cadre d'un club. Les femmes accordent beaucoup plus d'importance que les hommes à la régularité des entraînements, à la qualité de l'offre sportive et aux compétences de l'entraîneur-e, à la proximité géographique et à un bon rapport qualité-prix.

T 11.1: Raisons motivant l'affiliation à un club sportif (membres actifs)

	En % des membres actifs
Communauté et sociabilité dans l'association	59
Amitiés et connaissances au sein du club	54
Entraînements réguliers à heures fixes	48
Je peux pratiquer mon sport au mieux dans un club	45
Bonne offre sportive/entraînement	41
Proximité locale	40
Compétitions/jeux de championnat	28
Entraîneur-e compétent-e	25
Tradition et habitude	23
Rapport qualité-prix favorable/bon rapport qualité-prix	20
Autre	6

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2959.

Potentiel d'acquisition de nouveaux membres pour les clubs sportifs

Au vu du niveau élevé d'activité sportive des membres actifs, il est peu surprenant de constater que près d'un quart de ces personnes ne se limitent pas à un seul club. Ainsi, un membre de club sur cinq est actif dans deux clubs sportifs, et 4 % des membres sont même actifs dans plus de deux clubs. Les hommes sont à la fois plus souvent actifs dans un club sportif et plus souvent membres de plusieurs clubs. Non seulement les clubs sportifs jouent un rôle important pour les membres actifs, mais de nombreux non-membres ont aussi déjà été inscrits à un club sportif. Près de la moitié des non-membres actuels ont été membres actifs d'un club sportif par le passé. En revanche, 42 % de la population n'a encore jamais fait de sport au sein d'un club. Il s'agit généralement de femmes, de personnes ayant un faible revenu et un faible niveau de formation, de personnes n'ayant pas la nationalité suisse, de personnes domiciliées en Suisse italophone ou en ville, et de personnes qui n'ont encore jamais pratiqué de sport. Les chiffres suivants montrent que les clubs sportifs seraient tout à fait en mesure d'attirer des nouveaux membres. Sur l'ensemble des non-membres, 41 % pourraient éventuellement envisager de s'inscrire ou se réinscrire dans un club. Cette proportion s'élève à 56 % chez les personnes qui ont déjà été membres d'un club, contre seulement 27 % de celles qui ne l'ont jamais été. Il est intéressant de noter que même les personnes qui ne pratiquent actuellement aucun sport seraient 38 % à l'envisager.

L'engagement bénévole reste à un niveau stable

L'affiliation à un club va souvent de pair avec un engagement bénévole. Il est implicitement attendu des membres du club qu'ils soutiennent activement celui-ci, notamment en apportant leur aide de manière occasionnelle voire en assumant une fonction à titre bénévole. Même si le nombre de membres de clubs a reculé ces six dernières années, l'engagement bénévole est resté à un niveau étonnamment stable sur la même période. Encore aujourd'hui, près d'un cinquième de la population s'engage de manière bénévole dans ou pour le domaine du sport. Cette proportion s'élève à 20 % chez les hommes et 15 % chez les femmes. Toutefois, cet écart s'explique par le fait que les hommes sont tout simplement plus nombreux à être membres de clubs sportifs. Si l'on ne prend en compte que les membres actifs dans les calculs, on constate que près de 55 % d'entre eux s'engagent de manière volontaire (cf. tableau 11.2). Parmi les membres actifs, les hommes assument plus souvent une fonction au sein du club (32 %, contre 27 % des femmes), tandis que les femmes fournissent plus fréquemment des prestations d'aide. L'écart entre les sexes s'est légèrement réduit depuis 2020 en ce qui concerne les fonctions au sein des clubs. En revanche, les femmes ont dépassé les hommes en nombre dans les prestations d'aide. Les bénévoles remplissent généralement des tâches très diverses: un tiers d'entre eux s'engagent de différentes manières, par exemple en assumant la responsabilité des finances du club dans le cadre d'une fonction élective tout en apportant leur aide à la restauration lors de manifestations sportives externes. Le cumul fréquent de plusieurs fonctions est également observé au niveau des postes au sein des clubs: près de la moitié des personnes ayant une fonction au sein de l'association en assument plus d'une. Une personne sur trois active au sein du club assure des entraînements ou encadre des enfants ou des jeunes.

Satisfaction élevée des personnes assumant une fonction dans un club et grand potentiel d'acquisition de futurs bénévoles

Une personne qui assume une fonction au sein d'un club investit près de 2,2 heures par semaine dans son travail associatif. Comme on pouvait s'y attendre, les personnes qui participent au travail associatif uniquement en fournissant des services auxiliaires y passent moins de temps, à savoir 2,8 heures par mois. Malgré cet investissement en temps, le travail au sein d'une association n'est pas perçu comme une obligation pesante, ce qui se reflète dans le degré élevé de satisfaction lié à l'engagement volontaire. Parmi les personnes assumant une fonction, 50 % sont très satisfaites de leur fonction et 42 % sont plutôt satisfaites. Parmi les personnes fournissant des prestations d'aide, 35 % se disent très satisfaites et 46 % sont plutôt satisfaites. Alors que la satisfaction à l'égard du bénévolat n'a guère évolué au cours des six dernières années, les bénévoles fournissant des prestations d'aide se déclarent aujourd'hui légèrement moins satisfaits qu'en 2020. Indépendamment de cette réalité, la satisfaction des bénévoles constitue sans doute l'un des arguments les plus convaincants lors du recrutement de nouveaux bénévoles. Attirer de telles personnes ne représente pas une difficulté particulière pour les responsables dans la mesure où le potentiel se trouve souvent au sein même du club. Parmi les membres actifs qui n'assument pas de fonction au sein de leur club, 28 % pourraient s'imaginer en occuper une prochainement. Ce chiffre est même en hausse (24 % en 2020). Ce groupe comprend un nombre relativement important de personnes issues des tranches d'âge les plus jeunes, qui sont soit encore en formation, soit travaillent à plein temps et ont déjà eux-mêmes des enfants en âge de rejoindre un club. Cependant, 44 % de ces personnes n'ont encore jamais été sollicitées concrètement pour assumer une fonction au sein d'un club.

T 11.2: Engagement bénévole dans le sport

	Totalité		Hommes		Femmes	
	En % de la population	En % des membres actifs	En % de la population	En % des membres actifs	En % de la population	En % des membres actifs
Fonction au sein du club	7	30	9	32	5	27
Fonction en dehors du club	3	11	4	11	3	10
Prestation d'aide dans/pour le club	10	35	11	33	9	39
Prestation d'aide en dehors du club	6	13	6	13	5	14
Engagement bénévole dans le sport	**18**	**55**	**20**	**56**	**15**	**55**

Remarque: Nombre de personnes interrogées: respectivement 14 763 et 2959 (membres actifs). Il était possible d'indiquer plusieurs formes d'engagement.

12. Sport dans les centres de fitness

L'essentiel en bref

- La croissance constante du nombre de membres des centres de fitness s'est poursuivie au cours des six dernières années. Actuellement, 22 % de la population sont abonnés à un centre de fitness.
- Il n'existe aucun écart de fréquentation entre les femmes et les hommes, ainsi qu'entre la population suisse et étrangère. En revanche, les personnes les plus jeunes, les Suisses alémaniques, la population des villes et les personnes ayant un revenu élevé souscrivent plus fréquemment un abonnement.
- L'absence de contraintes, la flexibilité plus élevée, la meilleure disponibilité et la présence d'offres différentes ou de meilleure qualité constituent les principales raisons pour lesquelles un abonnement à un centre de fitness est davantage privilégié par rapport à d'autres offres.
- Les motivations amenant les membres de centres de fitness à la pratique sportive sont légèrement différentes de celles des non-membres. Le facteur de motivation «silhouette/apparence» revêt une importance particulière pour cette population sportive.

Le boom du sport a non seulement entraîné une augmentation prononcée de l'activité sportive de la population, mais a également donné lieu à un grand nombre de nouvelles offres et de nouveaux cadres. Le développement des centres de fitness illustre bien la situation: les «salles de muscu» des années 1980 ont désormais laissé la place à un marché différencié, avec des offres et des orientations très diverses. La différence la plus importante par rapport aux clubs sportifs réside dans l'orientation commerciale des centres de fitness et dans le fait qu'ils proposent à leur clientèle un service flexible, personnalisé et efficace.

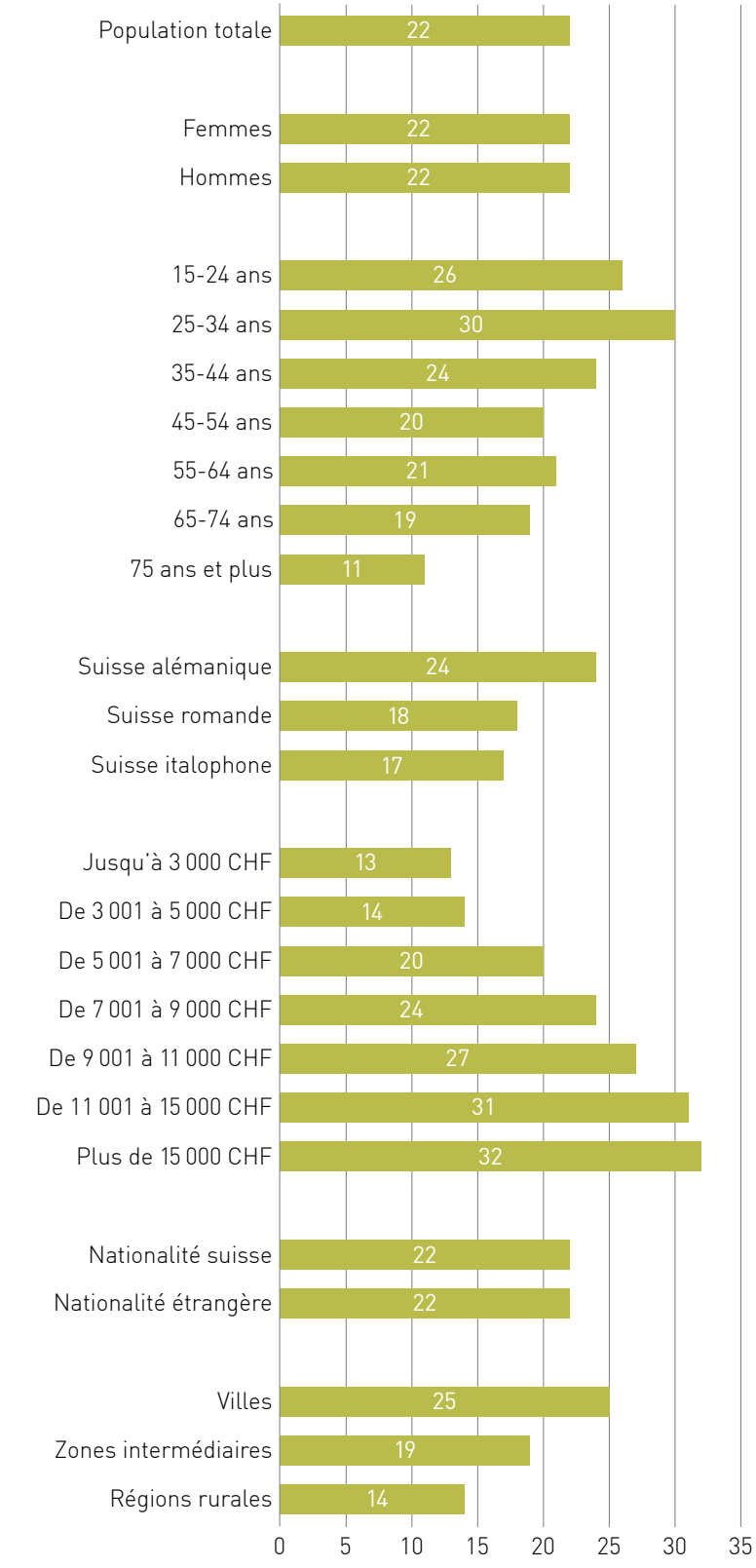
Les centres de fitness ont le vent en poupe

Pour la première fois, le nombre d'adultes inscrits dans un centre de fitness dépasse celui des adultes inscrits dans un club sportif. La proportion de personnes qui sont membres d'un centre de fitness, ou qui ont au moins souscrit un abonnement permettant d'y accéder régulièrement, est passée de 19 % en 2020 à 22 % en 2026 (cf. graphique 12.1). Au cours de la même période, la part de membres actifs d'un club est passée de 22 à 19 % (cf. chapitre 11). Depuis 2008, année où seuls 14 % de la population étaient titulaires d'un abonnement, les centres de fitness privés ont constamment gagné en importance et vu leur nombre de membres augmenter.

Aucun écart lié au sexe et à la nationalité, mais de grandes différences selon l'âge, le revenu et le type de commune

En matière de différences sociales dans l'utilisation de diverses offres sportives, deux particularités distinguent les centres de fitness. Il n'y a pas de différence entre les sexes, ou très peu, et pas non plus de différence selon la nationalité. Les centres de fitness sont fréquentés à parts égales par les femmes et les hommes, ainsi que par la population résidante suisse et étrangère. C'était déjà le cas en 2008 et ce phénomène est observé dans la même mesure aujourd'hui (cf. graphique 12.1). En revanche, la fréquentation des centres de fitness présente des différences considérables selon l'âge, la région linguistique, le revenu du ménage et le type de commune. Les personnes les plus jeunes fréquentent davantage les centres de fitness que les seniors, les Suisses alémaniques plus souvent que les Romands et les Tessinois, et la population citadine plus fréquemment que la population rurale. En outre, la part de personnes titulaires d'un abonnement à un centre de fitness augmente de manière continue avec le revenu du ménage. Un tiers des personnes ayant un revenu élevé sont actives dans un centre de fitness, contre un septième des personnes ayant un faible revenu. La fréquentation des centres de fitness a augmenté dans presque tous les segments de la population entre 2020 et 2026. Les tranches d'âge de 25 à 34 ans et de 55 à 64 ans affichent une croissance particulièrement forte, de 5 points de pourcentage chacune.

G 12.1: Membres de centres de fitness privés selon le sexe, l'âge, la région linguistique, le revenu du ménage, la nationalité et le type de commune (en %)



Remarque: Nombre de personnes interrogées: 14767. Revenu du ménage: net par mois en CHF; le groupe «Nationalité suisse» inclut aussi les personnes binationales.

La pratique sportive libre, la flexibilité et la disponibilité plébiscités

Afin d'en savoir plus sur le secret du succès des centres de fitness, nous avons demandé aux membres d'identifier l'avantage le plus important d'un abonnement dans un centre de fitness privé par rapport à d'autres prestataires sportifs comme les clubs. Les réponses ont été les suivantes: l'absence de contraintes et la pratique sportive libre (19 % des membres de centres de fitness), une flexibilité plus élevée (17 %), des horaires d'ouverture plus adaptés et une grande disponibilité (17 %), des offres différentes ou de meilleure qualité (14 %), de meilleures infrastructures (9 %), un meilleur encadrement (8 %) et une meilleure accessibilité (4 %). Seuls 2 % ont indiqué se rendre dans un centre de fitness pour y rejoindre des amis ou des connaissances, et 2 % supplémentaires en raison de l'aspect moderne et branché du centre en question. Enfin, 6 % ne voient aucun avantage par rapport à d'autres offres sportives. L'argument de la meilleure qualité des infrastructures est cité plus fréquemment par rapport à 2020, et l'absence de contraintes et la pratique sportive libre sont mentionnées moins souvent.

La silhouette ou l'apparence, une motivation importante

En comparant les motivations amenant les non-membres à la pratique sportive avec celles des membres de centres de fitness, on constate que «silhouette/apparence» constitue une source de motivation nettement plus importante pour ces derniers. Les facteurs de motivation «forme physique/santé», «détente/réduction du stress» et «compétition/performance» sont également jugés bien plus importants par les membres que par les non-membres. À l'inverse, l'aspect «nature» revêt une importance nettement moindre dans la motivation des membres de centres de fitness pour la pratique sportive. Les sports les plus fréquemment pratiqués dans les centres de fitness sont, par ordre décroissant: le fitness de manière générale, la musculation, le Pilates, le yoga, le Body pump/Muscle pump, le spinning, le Crossfit, l'entraînement de condition physique, la zumba, l'aqua-fitness, le Body Combat ou le fitbox, la gymnastique, le jogging sur tapis roulant, la boxe, l'entraînement fonctionnel, l'entraînement du dos, la natation, l'haltérophilie et le vélo ergomètre.

13. Vacances sportives

L'essentiel en bref

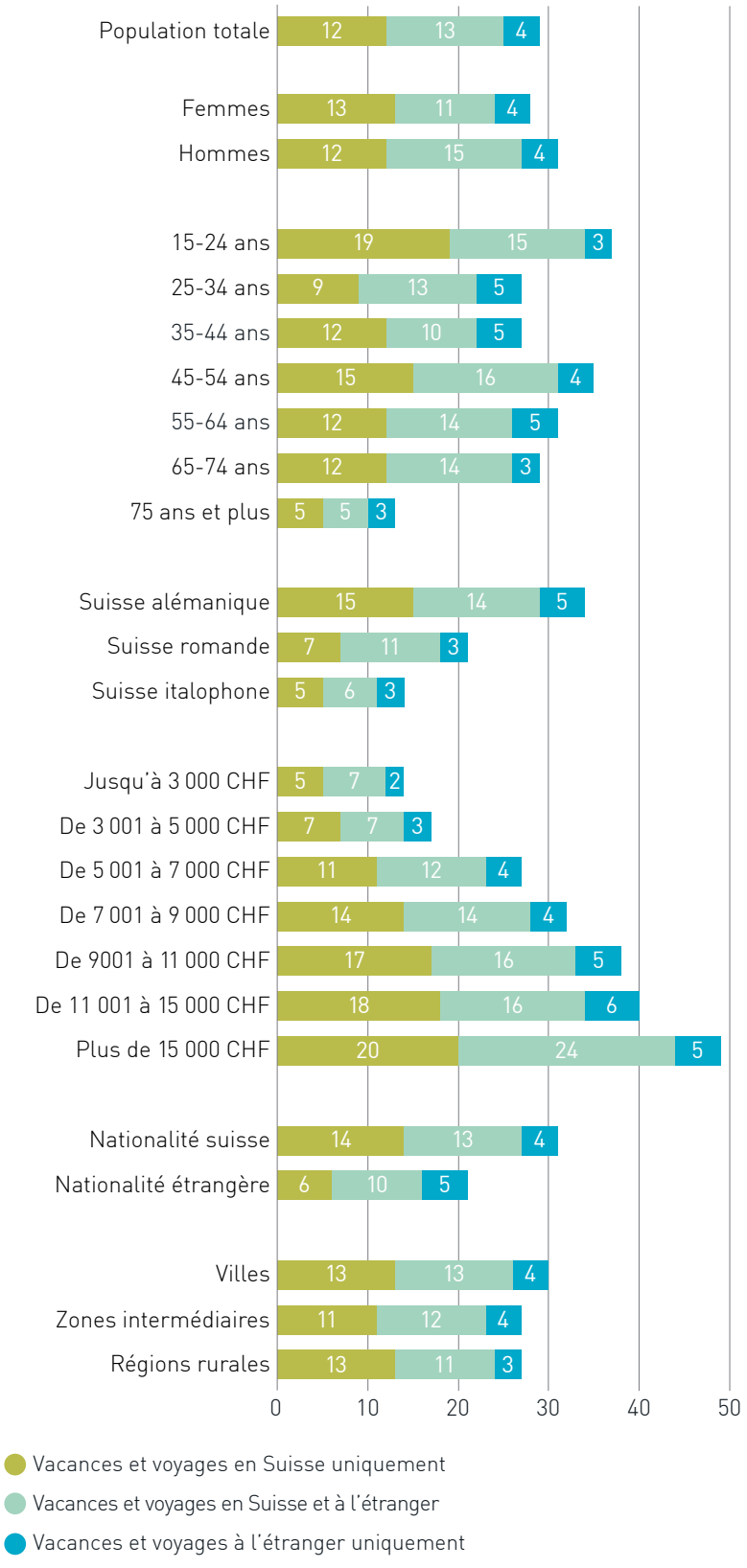
- Les vacances sportives restent appréciées de la population suisse: près de trois personnes sur dix ont fait du sport en vacances, en Suisse ou à l'étranger, au cours des douze mois précédents.
- Un quart de la population ont passé des vacances sportives en Suisse, d'une durée moyenne de 9 nuitées. Un sixième ont passé des vacances sportives à l'étranger, d'une durée moyenne de 12 nuitées.
- Les vacances sportives sont nettement plus fréquentes à mesure que le revenu augmente. De plus, elles sont plus populaires au sein de la population suisse que de la population étrangère, et sont particulièrement appréciées des Suisses alémaniques.
- Même si l'offre de vacances sportives est très vaste, le ski et la randonnée restent très largement en tête du classement. Néanmoins, il existe quelques différences selon le sexe et l'âge en ce qui concerne le choix du sport.

Les vacances sportives sont extrêmement prisées. Sur l'ensemble de la population suisse, 29 % des personnes sont parties en vacances sportives ou en voyage sportif au cours des douze mois précédant l'enquête (cf. graphique 13.1). Plus précisément, 12 % sont restés en Suisse, 13 % ont passé leurs vacances sportives à la fois en Suisse et à l'étranger, et les 4 % restants se sont exclusivement rendus à l'étranger. Les chiffres n'ont pas évolué de manière significative par rapport à 2020. Aucun changement notable n'a été constaté en ce qui concerne la part de personnes qui partent en vacances sportives ainsi que le ratio entre les voyages en Suisse et à l'étranger. La proportion de personnes qui ont uniquement passé des vacances à l'étranger est passée de 5 à 4 %.

Le comportement en matière de voyage a retrouvé son niveau d'avant la pandémie de COVID-19

Dans l'enquête «Sport Suisse», les vacances sportives incluent aussi les excursions du week-end et les voyages de courte durée qui sont consacrés aux activités sportives et comportent au moins une nuitée hors du domicile. Néanmoins, les vacances sportives sont généralement plus longues qu'un week-end. Les personnes ayant passé des vacances sportives au cours des douze derniers mois ont réservé en moyenne 9 nuitées lorsqu'elles se trouvaient en Suisse, et même 12 nuitées lorsqu'elles se sont rendues à l'étranger. Il convient de noter, d'une part, que ces personnes sont nombreuses à partir en vacances sportives ou en voyage sportif plusieurs fois par an: 2,8 fois en moyenne en Suisse et 2,2 fois à l'étranger. D'autre part, certains voyageurs fréquents réservent un nombre élevé de nuitées, ce qui entraîne une hausse de la moyenne. La moitié des voyageurs réservent 6 nuitées au maximum en Suisse, et 7 nuitées à l'étranger. En rapportant le nombre de nuitées à la population totale, on obtient une moyenne de 4,3 nuitées par personne et par an, dont 2,4 en Suisse et 1,9 à l'étranger. Là aussi, ces chiffres correspondent largement à ceux de 2020. Seul le nombre de nuitées à l'étranger a légèrement reculé. Dans l'ensemble, le comportement en matière de voyage en vue de vacances sportives a retrouvé son niveau d'avant la pandémie de COVID-19.

G 13.1: Le sport en vacances selon le sexe, l'âge, la région linguistique, le revenu du ménage, la nationalité et le type de commune (part de personnes ayant passé des vacances sportives au cours des douze derniers mois, avec au minimum une nuitée, en %)



Remarque: Nombre de personnes interrogées: 3614 (module de base). Revenu du ménage: net par mois en CHF; le groupe «Nationalité suisse» inclut aussi les personnes binationales.

Les voyages sportifs dépendent des moyens financiers

Comme le montre le graphique 13.1, il existe certaines différences sociales en matière de vacances sportives. Les hommes partent davantage en vacances sportives à l'étranger que les femmes. Les 15 à 24 ans et les 45 à 54 ans partent le plus fréquemment en vacances sportives. Les seniors partent encore souvent en vacances sportives, mais la fréquence chute à partir de 75 ans. De plus, le nombre de nuitées augmente avec l'âge. La tranche d'âge des 65 à 74 ans est de loin celle qui réserve le plus de nuitées en Suisse et à l'étranger. Le nombre de vacances sportives est particulièrement élevé chez les Suisses alémaniques par rapport aux Romands et plus encore aux Tessinois. De plus, la population suisse dans son ensemble part nettement plus souvent en vacances sportives que la population étrangère. En revanche, il n'y a pas d'écart significatif entre les villes et les régions rurales. Le revenu du ménage est le principal facteur qui influence la décision de passer des vacances axées sur le sport. La probabilité de vacances sportives augmente avec le revenu du ménage, de manière linéaire. Presque la moitié des personnes vivant dans un ménage dont le revenu dépasse 15 000 francs effectue des voyages sportifs, contre seulement une personne sur sept dans les ménages dont le revenu est inférieur ou égal à 3000 francs. Les différences sociales concernant les voyages sportifs étaient déjà visibles en 2020. Toutefois, un changement saute aux yeux. L'envie de voyager des 15 à 24 ans a nettement augmenté au cours des six dernières années: alors que 31 % de cette tranche d'âge la plus jeune partait en vacances sportives en 2020, cette proportion atteint désormais 37 %.

Le ski et la randonnée sont en tête du classement des vacances sportives

L'offre de vacances sportives est vaste: week-end de ski en Valais, randonnée dans les Cinque Terre, tour à vélo le long de l'Inn, golf en Algarve, plongée dans la mer Rouge, retraite de yoga en Inde… Le tableau 13.1 donne une vue d'ensemble des 20 sports les plus pratiqués en vacances. Comme c'était déjà le cas en 2008, 2014 et 2020, le ski et la randonnée sont, de loin, en tête du classement. Leur proportion est toutefois légèrement plus basse qu'en 2020. Viennent ensuite le cyclisme, la natation et le jogging. La catégorie du cyclisme aurait aussi pu inclure le VTT et le vélo de course, mais ceux-ci sont classés séparément à la 6e et à la 11e place. Le classement est ensuite complété par plusieurs sports d'hiver: le snowboard, le ski de fond, la randonnée en raquettes et, un peu plus bas, la randonnée à skis ou en snowboard. Certains sports n'entrent pas dans le top 20, mais sont tout de même pratiqués chacun par plus de 0,4 % de la population durant les vacances: le volleyball, le beach volley, la marche athlétique/nordique, la danse et la voile.

T 13.1: Sports les plus pratiqués dans le cadre des vacances

	Mentions (en % de la population)	**Âge moyen** (en années)	**Part des femmes** (en %)
Ski, ski alpin	12,3	45	49
Randonnée pédestre, randonnée en montagne	11,9	52	55
Cyclisme, randonnée à vélo	4,1	55	46
Natation	3,3	50	56
Jogging, course à pied, running	2,6	43	38
VTT	2,1	50	36
Snowboard	1,9	31	46
Ski de fond	1,8	51	55
Randonnée en raquettes	1,3	58	62
Yoga, tai chi, qi gong	1,3	50	87
Vélo de course	1,2	48	25
Fitness, aérobic	1,2	38	48
Golf	1,2	62	31
Randonnée à skis, randonnée en snowboard	1,1	43	32
Football	0,9	22	41
Escalade, alpinisme	0,9	41	44
Plongée, snorkeling	0,8	43	31
Tennis	0,7	51	26
Surf	0,7	31	60
Planche à voile, kitesurf	0,6	41	32

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 3614 (module de base).

Préférences différentes selon l'âge et le sexe

Le choix du sport pratiqué en vacances diffère en fonction de l'âge et du sexe. L'âge moyen est supérieur à 60 ans pour le golf, et supérieur à 50 ans pour la randonnée en raquettes, le cyclisme, la randonnée, le tennis et le ski de fond. Le football présente l'âge moyen le plus bas, à savoir 22 ans, probablement dans le cadre de camps d'entraînement et de tournois. En outre, les personnes qui font du snowboard, du surf ou du fitness en vacances ont en moyenne moins de 40 ans. Le yoga et la randonnée en raquettes ont toujours la cote auprès des femmes. De plus, les femmes sont majoritaires dans la pratique du surf, de la natation, de la randonnée et du ski de fond. Les hommes optent plutôt pour le vélo de course, le tennis, le golf, la plongée, la randonnée à skis ou en snowboard, la planche à voile ou le kitesurf.

Par rapport à 2020, moins de voyages sportifs ont été entrepris pour certains sports: le ski, la randonnée, le cyclisme, la natation et le golf. En revanche, le yoga, le ski de fond, le vélo de course, la planche à voile, le kitesurf et la randonnée en raquettes sont désormais davantage pratiqués dans le cadre de vacances. Alors que l'âge moyen des personnes qui font du football et des randonnées à skis ou en snowboard a légèrement baissé, il a augmenté en ce qui concerne le tennis, le yoga, le golf et le cyclisme. La proportion de femmes a notablement augmenté dans le football et le VTT et a nettement diminué dans la plongée et le tennis.

14. Dépenses liées au sport

L'essentiel en bref

- Sous l'impulsion du boom du sport des dernières décennies, le sport est devenu un facteur économique majeur. En 2020, sa valeur ajoutée brute était de 11,4 milliards de francs, ce qui représentait alors 1,7 % du produit intérieur brut suisse.
- Les dépenses de la population suisse liées au sport restent à un niveau élevé et n'ont pas augmenté au cours des six dernières années. En moyenne, elles s'élèvent à 2100 francs par personne et par an.
- Les postes de dépense les plus conséquents s'élèvent à 680 francs par an pour les voyages sportifs et vacances sportives, et à 600 francs par an pour les vêtements et l'équipement.
- Les dépenses liées au sport sont nettement plus élevées chez les personnes qui font beaucoup de sport et vivent dans un ménage dont le revenu est élevé. L'âge, le sexe et la région linguistique jouent également un rôle quantifiable. Chez les hommes, les personnes de 35 à 74 ans et les Suisses alémaniques, les dépenses liées au sport sont supérieures à la moyenne.

Ces dernières années, avec la multiplication des activités, des offres de vacances sportives, de la consommation en lien avec le sport, mais aussi des accidents, le sport est devenu un facteur économique considérable. Plusieurs études ont examiné les effets de l'économie du sport sur la valeur ajoutée et l'emploi. L'étude la plus récente portant sur l'importance du sport dans l'économie générale en Suisse date de 2020 [16]. Cette étude évalue le chiffre d'affaires du sport à 22,2 milliards de francs et sa valeur ajoutée brute à 11,4 milliards de francs, soit 1,7 % du produit intérieur brut (PIB) suisse. Les installations sportives (23 %), les clubs sportifs et fédérations sportives (19 %) ainsi que le tourisme sportif (18 %) contribuent le plus à la valeur ajoutée brute.

T 14.1: Dépenses consacrées au sport par la population résidante suisse âgée de 15 ans ou plus

	Part de la population qui engage des dépenses dans ce domaine	**Dépenses moyennes, ramenées à l'ensemble de la population**	**Dépenses moyennes, ramenées au groupe de population qui engage des dépenses dans ce domaine**
	(en %)	(en CHF)	(en CHF)
Vêtements de sport, chaussures de sport, matériel sportif, équipements de sport, y compris les frais de location et de prêt	75	601	797
Offres sportives telles que la cotisation pour des clubs ou centres de fitness, des dépenses pour des entraînements, des cours, des formations ou des prestations de médecine du sport	53	425	805
Utilisation des installations sportives telles que des entrées et abonnements aux piscines, remontées mécaniques	63	261	415
Visites d'événements sportifs	32	123	388
Séjours sportifs ou excursions sportives d'une journée en Suisse et à l'étranger, y compris les frais de voyage, d'hébergement et de repas	39	678	1758
Dépenses totales liées au sport	**86**	**2088**	**2421**

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 3447 (module de base).

Les dépenses en lien avec le sport restent à un niveau élevé

Dans l'enquête «Sport Suisse», les personnes interrogées ont dû quantifier leurs dépenses annuelles dans différents domaines en lien avec le sport. Le tableau 14.1 présente leurs estimations pour les différents domaines et les dépenses totales qui en résultent. En Suisse, les dépenses en lien avec le sport s'élèvent actuellement à 2088 francs par personne et par an, contre 1937 francs en 2020, soit une augmentation de 151 francs. Si l'on prend en compte la variation de +5,9 % de l'indice suisse des prix à la consommation due à l'inflation entre avril 2019 et avril 2025, il s'avère que les dépenses en lien avec le sport n'ont augmenté que de 37 francs en moyenne au cours des six dernières années. En 2020, 89 % des personnes interrogées déclaraient consacrer des dépenses au sport. Elles n'étaient plus que 86 % en 2026, une légère baisse peu surprenante compte tenu de l'évolution sportive stagnante. Ce recul est néanmoins compensé par la légère augmentation des dépenses que les sportifs consacrent au sport.

Les vacances et les voyages, ainsi que les vêtements et l'équipement, sont les principaux postes de dépenses en lien avec le sport

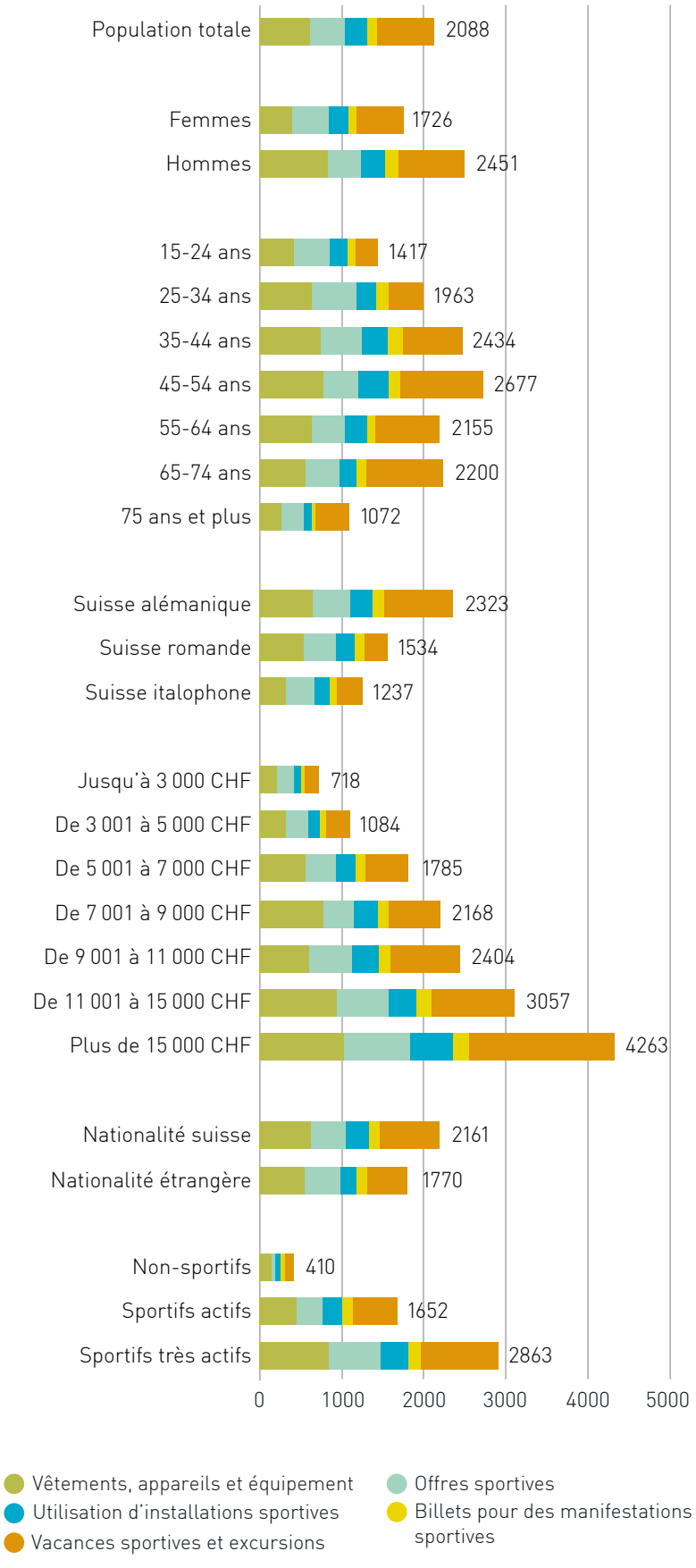
Avec un montant de 678 francs en moyenne par personne et par an, les vacances sportives et voyages sportifs constituent le premier poste de dépenses de la population suisse. En tout, 39 % de la population y consacre des dépenses, soit 10 points de pourcentage de plus que la proportion de personnes qui partent en vacances sportives (cf. chapitre 13). Cet écart s'explique par le fait que ces dépenses incluent aussi les excursions à caractère sportif d'une journée, en plus des vacances sportives. Dans un même ordre de grandeur que les vacances et les voyages, la population consacre 601 francs par an aux vêtements de sport et à l'équipement sportif. Par rapport aux vacances sportives, la part de la population qui consacre des dépenses aux vêtements et à l'équipement est nettement plus élevée. Seul un quart de la population n'engage pas de dépenses pour les vêtements de sport et pour l'équipement sportif. Une bonne moitié de la population verse des cotisations à des clubs ou à des centres de fitness, ainsi que pour des cours, des formations ou des prestations de médecine du sport comme les massages. Les dépenses annuelles en la matière s'élèvent à 425 francs par personne parmi la population générale, et 805 francs par personne du groupe de population qui engage des dépenses dans ce domaine. En Suisse, 261 francs par personne et par an sont consacrés à l'utilisation d'infrastructures comme les installations sportives, les piscines ou les remontées mécaniques. Les dépenses pour des manifestations sportives s'élèvent à 123 francs mais ne concernent que 32 % de la population; en considérant uniquement le groupe de population qui engage des dépenses dans ce domaine, celui-ci y consacre 388 francs par an. C'est un chiffre comparable aux dépenses des utilisateurs d'infrastructures comme les installations sportives, les piscines ou les remontées mécaniques, qui s'élèvent à 415 francs par personne.

En examinant l'évolution des postes de dépenses liés au sport durant les six dernières années, tout en tenant compte de la variation due à l'inflation, on constate que le niveau réel des dépenses consacrées aux vacances sportives et aux voyages sportifs a légèrement augmenté. En revanche, tous les autres postes de dépenses ont légèrement reculé, ce qui est toutefois uniquement dû à la diminution du pourcentage de personnes qui engagent des dépenses dans chacun de ces domaines. La part de personnes qui consacrent des dépenses à l'utilisation des infrastructures sportives enregistre la plus importante baisse, en passant de 69 à 63 %. Ces utilisateurs et utilisatrices, néanmoins, dépensent davantage pour l'utilisation des infrastructures qu'il y a six ans.

Les dépenses liées au sport dépendent de l'activité sportive et du revenu du ménage

Le montant des dépenses liées au sport dépend, d'une part, de l'activité pratiquée et, d'autre part, des moyens financiers à disposition (cf. graphique 14.1). Comme on pouvait s'y attendre, les dépenses des sportifs très actifs consacrées au sport sont nettement supérieures à celles des personnes moins actives. Les sportifs très actifs investissent des montants particulièrement élevés dans les vêtements, l'équipement, les offres sportives et les voyages sportifs. Toutefois, même les non-sportifs consacrent 410 francs par an au sport, surtout pour les vêtements, l'équipement et les excursions. Les dépenses des non-sportifs consacrées au sport ont diminué par rapport à 2020, ce qui s'explique par la chute de l'activité sportive chez ces personnes (cf. chapitre 9). Les dépenses liées au sport augmentent avec le revenu du ménage, de manière linéaire. Les dépenses annuelles consacrées au sport, qui figurent dans le graphique 14.1, représentent environ 2 à 2,5 % du revenu annuel estimé des ménages, quel que soit le niveau de revenu. Compte tenu du budget de leur ménage, les personnes ayant un revenu élevé peuvent engager des dépenses plus importantes pour les vacances sportives et les voyages sportifs. Dans les classes de revenu les plus basses, les dépenses liées au sport ont diminué par rapport à 2020.

G 14.1: Dépenses liées au sport selon le sexe, l'âge, la région linguistique, le revenu du ménage, la nationalité et le niveau d'activité sportive (dépenses moyennes par personne du groupe de population concerné, en CHF)



Remarque: Nombre de personnes interrogées: 3447 (module de base). Revenu du ménage: net, mensuel, en CHF; le groupe de personnes ayant la nationalité suisse inclut aussi les personnes ayant une double nationalité.

Les dépenses liées au sport dépendent aussi de l'âge et du sexe

En plus du niveau d'activité sportive et du revenu, le sexe et l'âge influencent également le montant des dépenses liées au sport. Indépendamment de l'activité sportive, les femmes consacrent moins de dépenses au sport. Leurs dépenses pour les vêtements, les appareils, l'équipement et les manifestations sportives représentent seulement environ la moitié de celles des hommes. Les dépenses des femmes pour les vacances sportives et les voyages sportifs sont également bien moindres. En revanche, elles engagent des dépenses légèrement supérieures pour les offres sportives. Tandis qu'aucun changement n'a été observé pour ce qui est des différences liées au sexe au cours des six dernières années, la situation a quelque peu évolué en ce qui concerne l'âge. Dans la tranche d'âge la plus âgée, les dépenses liées au sport ont augmenté par rapport à 2020; les personnes de 75 ans et plus partent désormais nettement plus en voyage. Aujourd'hui encore, ce sont la tranche d'âge la plus jeune ainsi que la plus âgée qui consacrent le moins de dépenses au sport. Enfin, il convient de noter une évolution en ce qui concerne les régions linguistiques: en Suisse italophone, les dépenses liées au sport ont nettement diminué par rapport à 2020. Ce résultat concorde avec la baisse du niveau d'activité sportive au Tessin. Les dépenses liées au sport sont de loin les plus élevées en Suisse alémanique, où les dépenses pour les vacances sportives et les excursions, en particulier, sont nettement supérieures à la moyenne.

Par ailleurs, une analyse multivariée (cf. chapitre 19) montre l'impact qu'exercent les caractéristiques sociodémographiques et socioéconomiques sur les dépenses liées au sport, en tenant compte du fait que ces facteurs s'influencent mutuellement. Comme on pouvait s'y attendre, le niveau d'activité sportive et le revenu du ménage se sont avérés être les facteurs prédictifs déterminants pour les dépenses liées au sport. Les autres facteurs comme l'âge, le sexe et la région linguistique ont un impact mesurable mais minime. En revanche, une fois ces variables prises en compte, la nationalité n'exerce pas d'influence notable à elle seule sur les dépenses liées au sport.

15. Blessures et accidents liés au sport

L'essentiel en bref

- Parmi la population, 8,5 % des personnes se sont blessées en faisant du sport au cours des douze derniers mois. Chez les deux tiers d'entre elles, il s'agissait d'un cas léger qui n'a entraîné aucune incapacité de travail ou une incapacité de travail de trois jours au maximum.
- Tout comme le niveau d'activité sportive, l'incidence de blessures sportives est restée inchangée au cours des six dernières années.
- Les femmes se blessent moins souvent que les hommes en faisant du sport, mais leurs blessures sont généralement plus graves. Le risque de blessure sportive diminue avec l'âge.
- La plupart des accidents (et également les plus graves) surviennent lors de la pratique du ski et du football. Le football et le hockey sur glace présentent le risque de blessure le plus élevé.

Une pratique sportive régulière a un effet positif sur la santé physique et mentale. Les effets du sport sur la santé sont bien étudiés scientifiquement et sont attestés de façon indiscutable. Une population plus sportive est donc souhaitable du point de vue de la santé publique. Les accidents sportifs constituent toutefois le revers de la médaille. Selon le Bureau de prévention des accidents (BPA), 430 000 personnes vivant en Suisse se blessent lors de la pratique du sport en Suisse et à l'étranger [17]. Ces accidents liés au sport entraînent près de 53 000 blessures graves ou de gravité moyenne, soit quatre fois plus que les accidents de la circulation routière.

Le nombre de blessures liées au sport reste inchangé

Le tableau 15.1 montre que 8,5 % des personnes interrogées ont subi une blessure liée au sport qui a nécessité une consultation médicale. C'est exactement la même proportion qu'en 2020. À l'image du niveau d'activité sportive, l'incidence de blessures liées au sport ne semble donc pas avoir évolué. Pour déterminer cette dernière, il convient néanmoins de tenir compte également des personnes ayant subi plusieurs blessures. Tandis que 75 % des personnes ont indiqué avoir subi une seule blessure en faisant du sport au cours des douze derniers mois, 19 % en ont subi deux, et 6 % en ont subi au moins trois. La proportion de personnes qui ont subi plusieurs blessures a légèrement augmenté par rapport à 2020, de 3 points de pourcentage.

Néanmoins, toutes les blessures liées au sport ne se sont pas forcément produites après un accident. Dans seulement 67 % des cas, la blessure est survenue de manière soudaine et directe. Dans 20 % des cas, il s'agit de problèmes chroniques qui sont provoqués par une surcharge ou par une blessure antérieure, et qui sont classés comme «maladies» du point de vue de l'assurance. Dans les 13 % des cas restants, il est difficile de savoir s'il s'agit incontestablement d'un accident ou plutôt d'une maladie. Une tendance s'observe par rapport à 2020, avec un léger glissement des «accidents» vers les «maladies». Cela signifie qu'il y a moins de problèmes aigus et davantage de problèmes chroniques.

Les deux tiers des accidents liés au sport sont des cas légers

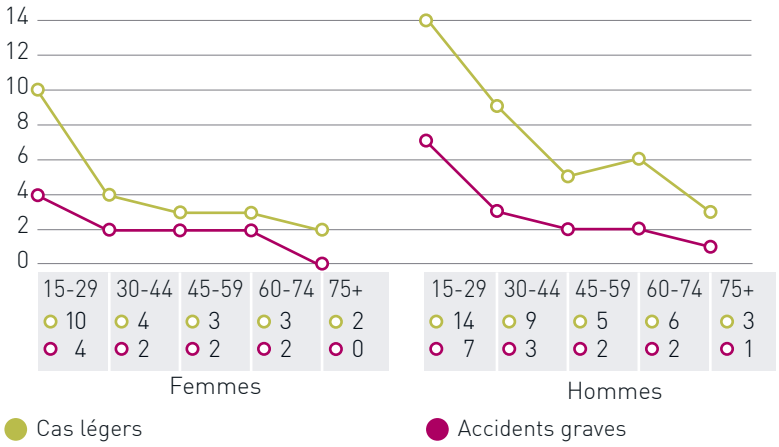
À des fins d'évaluation de la gravité d'une blessure, les personnes interrogées ont indiqué si elles avaient reçu des soins à l'hôpital ou en cabinet médical, si une hospitalisation avait été nécessaire et quelle avait été sa durée, et quelle avait été la durée de l'éventuelle incapacité de travail. Pour la première fois, la

T 15.1: Blessures liées au sport ayant nécessité un traitement médical

		en % de la population	en % de l'ensemble des personnes blessées
Blessure liée au sport au cours des douze derniers mois	Blessure	8,5	100,0
	Pas de blessure	91,5	
Survenue de la blessure	Blessure subite et aiguë	5,7	67,2
	Blessure chronique liée à une blessure antérieure	1,7	19,8
	Les deux/origine incertaine	1,1	13,0

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 14 771.

G 15.1: Proportion de personnes victimes d'une blessure survenue dans le cadre de la pratique d'un sport au cours des douze derniers mois selon l'âge et le sexe (uniquement blessures ayant nécessité un traitement médical, en %)



Remarque: Nombre de personnes interrogées: 14 771. Les accidents graves entraînent une incapacité de travail de plus de 3 jours.

question a été posée de savoir si la blessure était susceptible d'entraîner des séquelles physiques ou psychiques durables. Sur l'ensemble des blessures liées au sport, 86 % ont pu être traitées en ambulatoire dans un cabinet médical ou un hôpital, tandis que 14 % ont nécessité un séjour hospitalier. Parmi les séjours hospitaliers, 65 % ont duré une à trois nuits, 25 % ont duré quatre à six nuits, et les 10 % restants ont duré plus de six nuits. Sur toutes les personnes qui se sont blessées en faisant du sport, 34 % ont connu une incapacité de travail, dont la durée était de 3 jours au maximum chez 4 % de l'ensemble des personnes blessées, entre 4 et 7 jours chez 8 %, entre 8 et 31 jours chez 13 %, et plus d'un mois chez 9 %. Les blessures qui n'ont entraîné aucune incapacité de travail, ou qui n'ont entraîné qu'une incapacité de travail de 3 jours au maximum, sont désignées comme des cas légers. Selon les données présentées ici, 70 % des blessures liées au sport sont donc des cas légers et 30 % sont des cas graves. Dans 6 % des accidents liés au sport, des séquelles physiques ou psychiques durables sont constatées, et dans 18 % des cas, de telles séquelles sont au moins possibles. La gravité des blessures liées au sport n'a pas augmenté au cours des six dernières années. La tendance est même plutôt inverse: en 2020, 85 % des blessures liées au sport avaient pu être traitées en ambulatoire, et 67 % correspondaient à des cas légers.

Les femmes se blessent plus rarement en faisant du sport, mais plus gravement

Les femmes se blessent moins souvent que les hommes en faisant du sport, mais leurs blessures sont généralement plus graves. Sur une durée de douze mois, 6 % des femmes et 11 % des hommes se sont blessés en faisant du sport. Chez les femmes, 15 % de ces blessures ont dû être traitées dans le cadre d'un séjour hospitalier, contre 13 % chez les hommes. C'est dans la tranche d'âge la plus jeune que le risque de blessure est le plus élevé, tant chez les femmes que chez les hommes (cf. graphique 15.1). Les 15 à 29 ans se blessent environ deux fois plus souvent en faisant du sport que les 30 à 44 ans. Le risque de blessure liée au sport diminue ensuite avec l'âge, mais pas de manière constante. Une faible augmentation, en particulier des cas légers, est constatée avec l'intensification de l'activité sportive des hommes au moment de la retraite.

L'évolution du nombre d'accidents montre que celui-ci est lié à l'exposition, c'est-à-dire au nombre d'heures de pratique sportive. Parmi les sportifs très actifs, qui font du sport plusieurs fois par semaine pendant au moins trois heures au total, 12 % se sont blessés au cours des douze derniers mois, contre 7 % des personnes qui font du sport au moins une fois par semaine pendant moins de deux heures, et encore 5 % des personnes qui ont une pratique sportive plus occasionnelle. Même les non-sportifs peuvent se blesser lors d'une activité sportive; c'est le cas de 2 % d'entre eux au cours des douze derniers mois. De plus, lorsque des personnes moins actives ou non sportives se blessent en faisant du sport, leurs blessures sont souvent plus graves et la durée de guérison plus longue. Chez les sportifs très actifs, 13 % des blessures ont dû être traitées dans le cadre d'un séjour hospitalier, contre 21 % chez les non-sportifs.

Risque de blessure élevé dans les sports collectifs populaires

Les blessures surviennent le plus fréquemment lors de la pratique du football, du jogging, du ski, de la randonnée, du cyclisme, de la musculation, du volleyball et du VTT. Cependant, en ce qui concerne le jogging, le football, la randonnée et le volleyball, il s'agissait de cas légers dans plus de 70 % des cas. Les sports qui enregistrent le plus grand nombre d'accidents graves sont, dans l'ordre, le ski, le football, le cyclisme, le jogging, la musculation, la randonnée, le VTT et le volleyball. En dressant la liste des sports les plus accidentogènes, on constate que les premières places du classement sont occupées par des sports qui sont fréquemment pratiqués. Le nombre de blessures augmente avec le nombre de sportifs. Afin de pouvoir estimer approximativement le risque d'accident que pose un sport, il convient de mettre en perspective le nombre de blessés par rapport au nombre de sportifs. Ainsi, le football et le hockey sur glace présentent le risque de blessure le plus élevé, suivis de l'athlétisme, du handball, du volleyball, du basketball, des sports de combat et de l'unihockey. Si l'on considère uniquement les blessures graves, plusieurs autres sports viennent s'ajouter aux différents sports collectifs, notamment l'équitation, le patinage sur glace, le snowboard et le VTT; en revanche, l'athlétisme disparaît de la liste. Pour obtenir une estimation plus précise du risque d'accident posé par un sport, il est toutefois nécessaire de déterminer le temps d'exposition. Ce calcul est effectué dans le cadre du rapport «Les sports en chiffres».

16. Intérêt porté aux sports médiatiques

L'essentiel en bref

- L'intérêt porté aux sports médiatiques a continuellement diminué au cours des 20 dernières années. Cette tendance s'est accentuée depuis 2020.
- Actuellement, un quart de la population montre un intérêt marqué pour les sports médiatiques, et 30 % ne s'y intéressent pas du tout.
- L'intérêt porté aux sports médiatiques est supérieur à la moyenne chez les hommes, chez les tranches d'âge les plus âgées, chez les personnes ayant la nationalité suisse et chez les sportifs très actifs.
- Aujourd'hui encore, la population suit l'actualité sportive le plus souvent à la télévision. Toutefois, l'utilisation des médias numériques a fortement augmenté ces dernières années, tant sur Internet que sur les réseaux sociaux.
- Le profil des utilisateurs présente certaines différences selon le canal. La télévision reste le média de référence chez les tranches d'âge les plus âgées, tandis que les réseaux sociaux sont à présent tout aussi populaires chez les jeunes générations.

«La télévision est le matériel de sport préféré des Suisses.» Cette observation formulée dans de précédentes études «Sport Suisse» n'est plus valable aujourd'hui. La consommation sportive de la population suisse a atteint son niveau maximum dans les années 2000. Il y a 20 ans, la consommation sportive était effectivement supérieure à la pratique sportive. Seul un cinquième de la population ne portait aucun intérêt aux sports médiatiques, tandis que plus d'un quart des personnes étaient non sportives. La consommation sportive a constamment diminué depuis lors (cf. tableau 16.1). Aujourd'hui, près d'un tiers de la population ne s'intéresse pas à l'actualité sportive. Au cours de la même période, la part de personnes ayant un intérêt marqué pour le sport est passée de 35 à 24 % (cf. chapitre 11).

L'intérêt porté aux sports médiatiques est en baisse

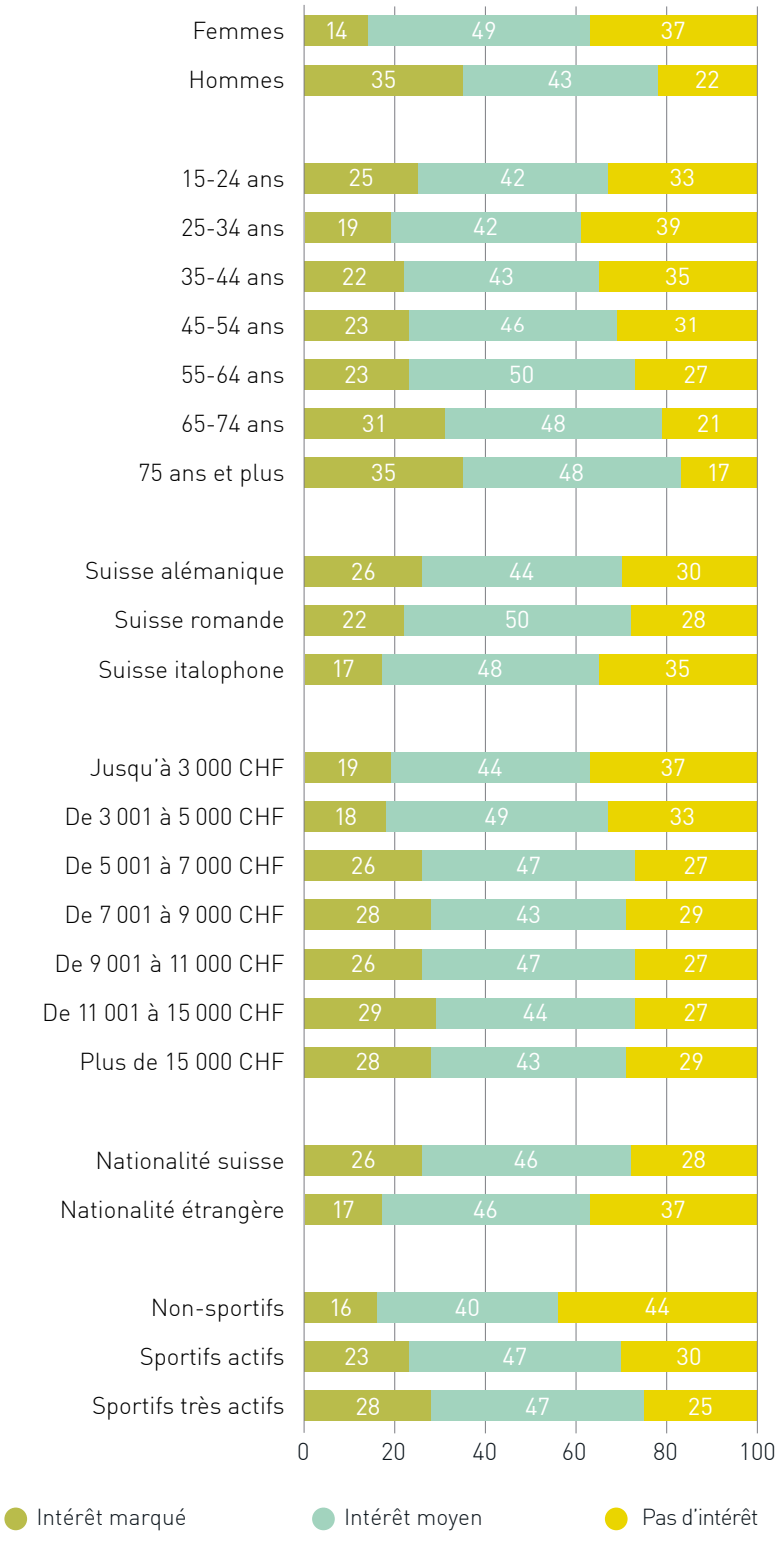
Entre 2020 et 2026, le recul de la consommation sportive s'est non seulement poursuivi, mais aussi accentué. Le repli dans la sphère privée, constaté depuis la pandémie de COVID-19, ne se reflète pas dans la consommation sportive. L'enquête «Les pratiques culturelles et de loisirs en Suisse», menée par l'Office fédéral de la statistique en 2025, a montré un net recul des activités récréatives hors du domicile ainsi qu'une augmentation des passe-temps créatifs et des activités numériques à domicile [18]. Cette tendance n'a toutefois pas profité aux sports médiatiques. L'intérêt pour le sport est aujourd'hui bien plus faible qu'avant la pandémie, et ce, dans presque tous les groupes de population.

T 16.1: Intérêt de la population suisse pour le sport entre 2000 et 2026 (en % de la population résidante âgée de 15 ans ou plus)

	2000	2008	2014	2020	2026
Intérêt marqué	33	35	31	28	24
Intérêt moyen	45	45	47	47	46
Pas d'intérêt	22	20	22	25	30

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2000: 2063; 2008: 10 255; 2014: 10 625; 2020: 11 282; 2026: 14 748.

G 16.1: Intérêt pour le sport selon le sexe, l'âge, la région linguistique, le revenu du ménage, la nationalité et l'activité sportive (en %)



Remarque: Nombre de personnes interrogées: 14 748. Revenu du ménage: net, mensuel, en CHF; le groupe de personnes ayant la nationalité suisse inclut aussi les personnes ayant une double nationalité.

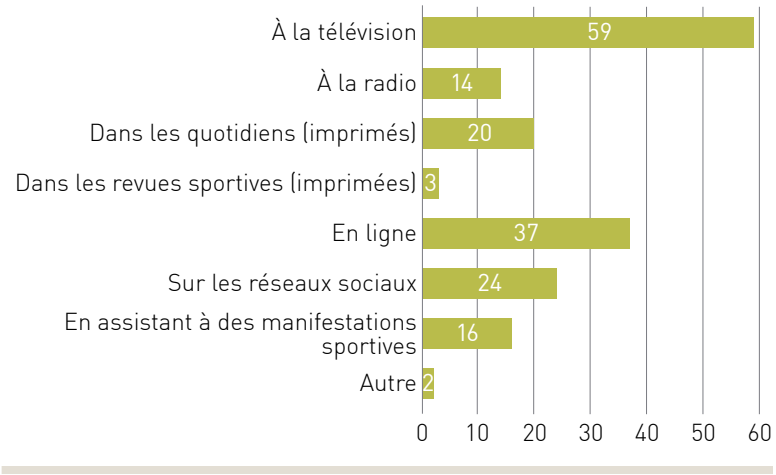
Différences sociales dans l'intérêt pour le sport

Aujourd'hui encore, l'intérêt pour le sport présente de nettes différences en fonction du sexe, de l'âge, de la région linguistique, de la nationalité et du niveau d'activité sportive (cf. graphique 16.1). L'intérêt pour le sport sportive est plus élevé chez les hommes, les personnes âgées, la population suisse, les Suisses alémaniques et les sportifs actifs, par rapport aux personnes plus jeunes, à la population étrangère, aux Romands et aux italophones, ainsi qu'aux non-sportifs. De plus, les personnes dont le ménage dispose d'un faible revenu se caractérisent aussi par un intérêt pour le sport plus faible. Le recul de l'intérêt pour le sport concerne tous les groupes de population dans une mesure comparable, mais s'avère légèrement plus prononcé dans les classes de revenu les plus basses et chez la population étrangère. Il est également intéressant de noter que l'intérêt pour le sport a légèrement augmenté dans un seul groupe au cours des six dernières années: les 15 à 24 ans ont eu un regain d'intérêt pour les sports médiatiques en 2026 par rapport à 2020. Cette augmentation est liée à un glissement dans l'utilisation des médias.

Augmentation de l'utilisation des médias numériques

Le graphique 16.2 présente l'utilisation des divers médias. La majorité de la population suisse suit l'actualité sportive à la télévision. Un septième s'informe à la radio. Un cinquième lit la rubrique sportive des quotidiens imprimés, mais seule une petite minorité consulte des revues dédiées au sport. Plus d'un tiers indique s'informer sur Internet, et un quart suit l'actualité sportive sur les réseaux sociaux. Si l'on regroupe les médias en ligne et les réseaux sociaux, le taux de consommation des canaux numériques s'élève à 45 %. En outre, un sixième de la population se rend à des manifestations sportives. Par rapport à 2020, ce sont surtout les quotidiens imprimés, la télévision, la radio et les revues sportives qui ont perdu des parts sur l'ensemble de la consommation. Néanmoins, dans le cas des quotidiens, ce recul considérable est atténué par le fait qu'ils sont de plus en plus consultés en ligne. Un glissement vers les canaux numériques est également constaté en ce qui concerne les autres médias. L'utilisation d'Internet a ainsi augmenté de manière prononcée au cours des six dernières années.

G 16.2: Manière de suivre l'actualité sportive (en % de la population résidante âgée de 15 ans ou plus)



Remarque: Nombre de personnes interrogées: 14 748.

Différents canaux, différents groupes d'utilisateurs

En plus des différences générales en matière d'intérêt pour le sport, il convient de tenir compte de certaines différences importantes en matière d'utilisation des médias selon le sexe, l'âge, la région linguistique et le niveau d'activité sportive (cf. tableau 16.2). Les hommes s'informent plus fréquemment au sujet de l'actualité sportive en ligne et dans des revues dédiées au sport, et se rendent également plus souvent à des manifestations sportives que les femmes. Les différences liées au sexe sont moindres en ce qui concerne l'utilisation spécifique au sport des réseaux sociaux, de la radio, de la télévision et des quotidiens. Les différences liées à l'âge sont particulièrement évidentes en ce qui concerne les quotidiens imprimés, qui sont lus par 45 % des plus de 75 ans mais par seulement 5 % des 15 à 24 ans. Dans la tranche d'âge la plus jeune, qui est la seule dans laquelle nous avons constaté un intérêt accru pour le sport, les informations sportives diffusées sur les réseaux sociaux touchent désormais un public aussi vaste que celles diffusées à la télévision. En revanche, la télévision reste le média de référence en matière de sport chez les tranches d'âge les plus âgées. Des différences liées à l'âge sont également constatées pour ce qui est de la radio et des manifestations sportives: les personnes les plus jeunes écoutent plus rarement la radio, mais se rendent plus souvent à des manifestations sportives. En outre, l'utilisation d'Internet diminue nettement avec l'âge. Du côté des régions linguistiques, il est frappant de constater que la radio est surreprésentée en Suisse alémanique et que l'utilisation d'Internet pour suivre l'actualité sportive y est plus fréquente. En Suisse romande, la forte utilisation des réseaux sociaux et la fréquentation des manifestations sportives inférieure à la moyenne sautent aux yeux. En Suisse italophone, les quotidiens imprimés ont une importance moindre. Les personnes non sportives présentent un taux d'utilisation inférieur à la moyenne pour tous les médias sportifs à l'exception de la télévision, qu'elles regardent relativement fréquemment. À l'inverse, les personnes sportives se rendent plus souvent que la moyenne à des manifestations sportives.

T 16.2: Manière de suivre l'actualité sportive selon le sexe, l'âge, la région linguistique et le niveau d'activité sportive (en % de la population résidante âgée de 15 ans ou plus)

	À la télévision	À la radio	Dans les quotidiens (imprimés)	Dans les revues sportives (imprimées)	En ligne	Sur les réseaux sociaux	En assistant à des manifestations sportives	Autre
Femmes	51	13	16	2	27	20	12	2
Hommes	68	15	24	5	49	27	20	2
15-24 ans	50	6	5	2	42	50	18	3
25-34 ans	46	8	9	1	38	37	13	3
35-44 ans	51	13	10	3	45	28	17	2
45-54 ans	58	15	17	4	43	22	19	3
55-64 ans	66	18	27	3	36	15	16	2
65-74 ans	72	16	36	4	29	8	15	2
75 ans et plus	78	17	45	4	19	7	12	1
Suisse alémanique	58	15	20	3	40	23	18	2
Suisse romande	63	11	21	3	32	27	11	4
Suisse italophone	57	10	14	3	30	20	16	1
Non-sportifs	50	8	10	1	21	14	6	3
Sportifs actifs	60	15	18	2	37	24	15	2
Sportifs très actifs	62	16	24	4	44	27	20	2

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 14 748.

17. Encouragement du sport, intérêt pour le sport, politique du sport

L'essentiel en bref

- La population suisse accorde une grande importance à l'encouragement du sport.
- En Suisse, l'encouragement du sport est majoritairement source de satisfaction. Selon la population, il serait judicieux d'investir davantage dans l'encouragement des offres sportives destinées aux plus défavorisés, dans le sport-handicap, ainsi que dans le sport pour les enfants et les adolescents. En revanche, c'est dans le sport d'élite commercial que l'on identifie le plus fort potentiel d'économies.
- La population suisse reconnaît largement l'impact positif du sport et exprime également une acceptation élevée quant à la tenue des manifestations sportives.
- Outre son impact positif, les dimensions négatives du sport sont également bien connues. La commercialisation, la corruption et le dopage sont identifiés comme les principaux aspects problématiques.

Le sport est réputé pour ses nombreux effets bénéfiques, dont beaucoup sont scientifiquement attestés. Au-delà de son impact positif sur la santé physique et mentale, le sport peut favoriser l'intégration et la cohésion au sein de la société. Il est considéré comme «l'école de la vie» qui transmet des compétences et des valeurs de grande importance pour les rapports sociaux et l'économie. En raison de sa contribution en faveur de la santé et de l'intérêt général, le sport est encouragé de manière ciblée par les pouvoirs publics, à travers divers organes et à différentes échelles. En font notamment partie l'encouragement du sport populaire, le soutien au sport de performance, la mise à disposition d'infrastructures sportives ou le soutien subsidiaire apporté aux grandes manifestations sportives. Du point de vue de la politique, il est donc important de comprendre comment la population perçoit le sport et la manière dont il est encouragé.

T 17.1: Clé de répartition des dons dans les domaines de la culture, des affaires sociales et du sport, pour un montant total de 1000 francs (moyenne des montants en CHF pour les domaines respectifs)

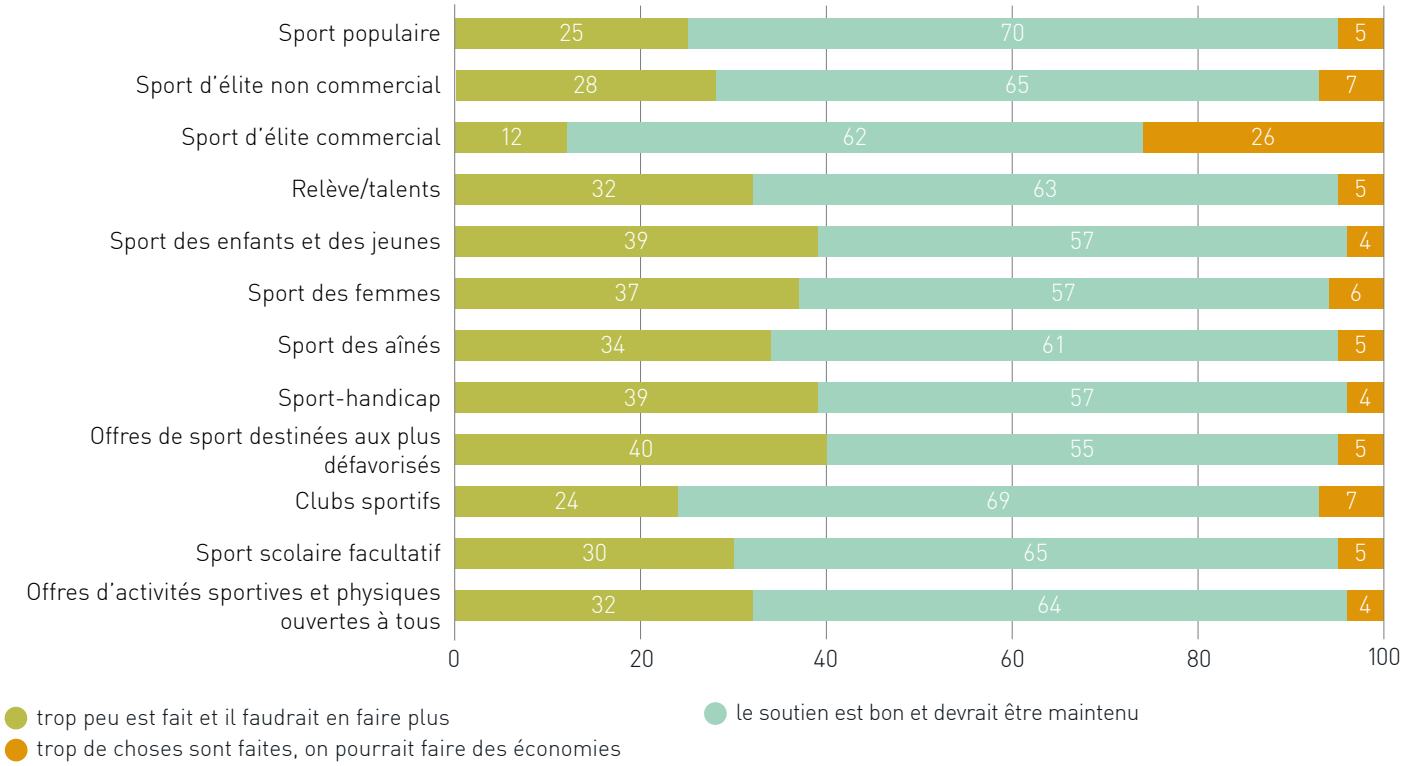
	2014	2020	2026
Culture	275	266	269
Affaires sociales	380	390	363
Sport	345	344	368

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2014: 6861; 2020: 11 012; 2026: 14 180. Réponses à la question: «Si vous pouviez faire un don de 1000 francs pour la culture, les affaires sociales ou le sport: combien d'argent chacun de ces domaines obtiendrait-il de vous?»

Pour la première fois, c'est le sport qui reçoit le plus de dons

Tout comme en 2014 et en 2020, les personnes interrogées dans le cadre de l'enquête «Sport Suisse 2026» ont été invitées à indiquer comment elles répartiraient leurs dons, sur un montant fictif de 1000 francs, entre les domaines de la culture, des affaires sociales et du sport. Cette question doit montrer l'importance de l'encouragement du sport chez la population, par rapport à d'autres domaines. Le sport était classé à la deuxième place derrière le domaine des affaires sociales en 2014 et en 2020. Cette année, en revanche, les personnes interrogées ont pour la première fois octroyé le plus gros montant au sport, à savoir 368 francs (cf. tableau 17.1). Vient ensuite le domaine des affaires sociales, avec 363 francs. Le domaine de la culture reste pratiquement inchangé et se classe à la troisième place, avec 269 francs. Aujourd'hui, presque tous les groupes de population se disent prêts à verser des dons plus élevés qu'il y a six ans. Une augmentation particulièrement prononcée est constatée chez les plus de 75 ans, qui seraient prêts à donner 50 francs de plus qu'en 2020. Les membres de clubs sportifs verseraient le montant le plus élevé au sport, à savoir 472 francs. En outre, le montant versé augmente avec le niveau d'activité sportive. Les sportifs très actifs allouent 397 francs au sport. Les non-sportifs se disent tout de même prêts à verser 281 francs en faveur du sport. Dans l'ensemble, les montants parmi les plus faibles proviennent des femmes (326 francs), de la population italophone (324 francs) et des diplômés de l'enseignement supérieur (320 francs).

G 17.1: Appréciation relative à l'encouragement du sport (en % de la population résidante âgée de 15 ans ou plus)

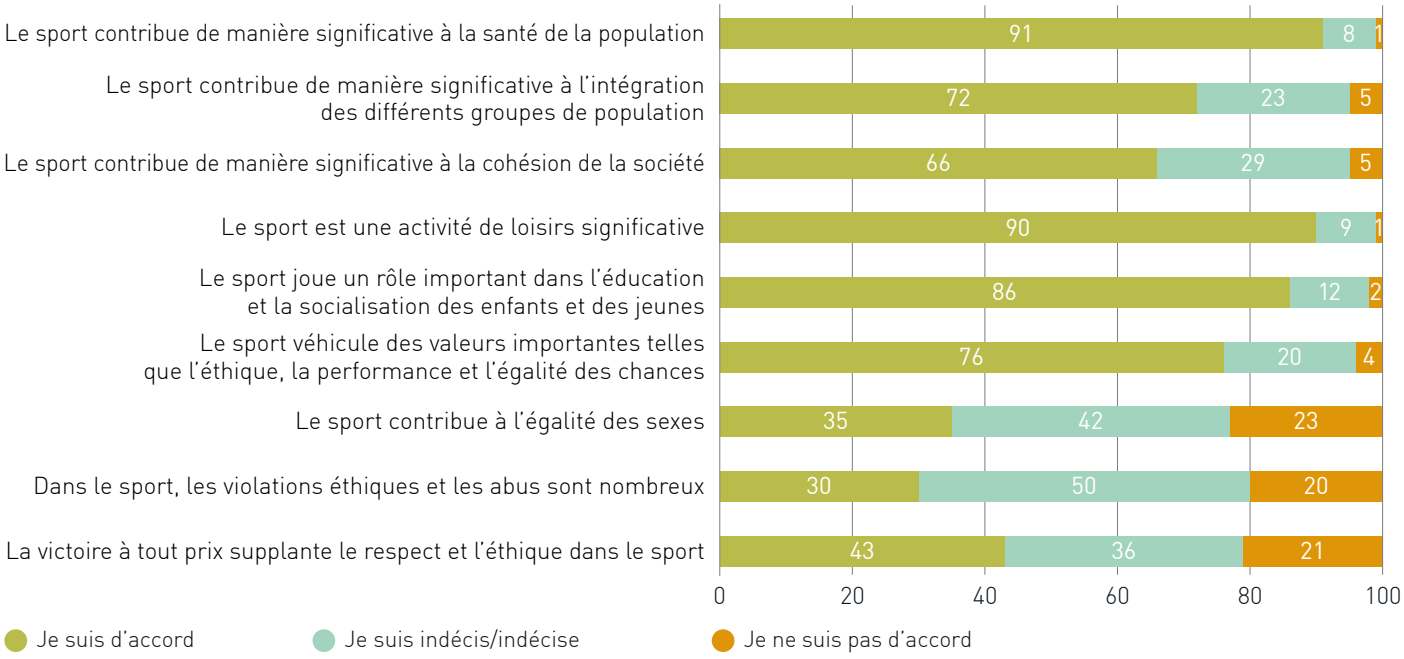


Remarque: Nombre de personnes interrogées: entre 12 937 et 13 208.

La population est majoritairement satisfaite de l'encouragement du sport

Le graphique 17.1 donne une vision plus concrète de la façon dont la population en Suisse perçoit l'encouragement du sport, ainsi que des domaines qui paraissent particulièrement importants. Elle semble globalement satisfaite de l'encouragement du sport. Dans tous les domaines, au moins la moitié des personnes interrogées sont d'avis que l'encouragement actuel est approprié et devrait demeurer identique. L'encouragement du sport populaire et des clubs sportifs enregistre le plus haut niveau de satisfaction. En revanche, près de deux cinquièmes estiment qu'il faudrait intensifier l'encouragement aux offres sportives destinées aux plus défavorisés, ainsi que le soutien au sport-handicap et au sport pour les enfants et les adolescents. La population est d'avis que c'est au niveau du sport d'élite commercial qu'il serait possible de faire le plus d'économies: près d'un quart des personnes interrogées voient ce domaine d'un œil critique et estiment que le soutien en la matière est excessif. Seuls 4 à 7 % de la population identifient un potentiel d'économies dans les autres domaines.

G 17.2: Appréciation des effets du sport (en % de la population résidante âgée de 15 ans ou plus)



Remarque: Nombre de personnes interrogées: entre 995 et 1008.

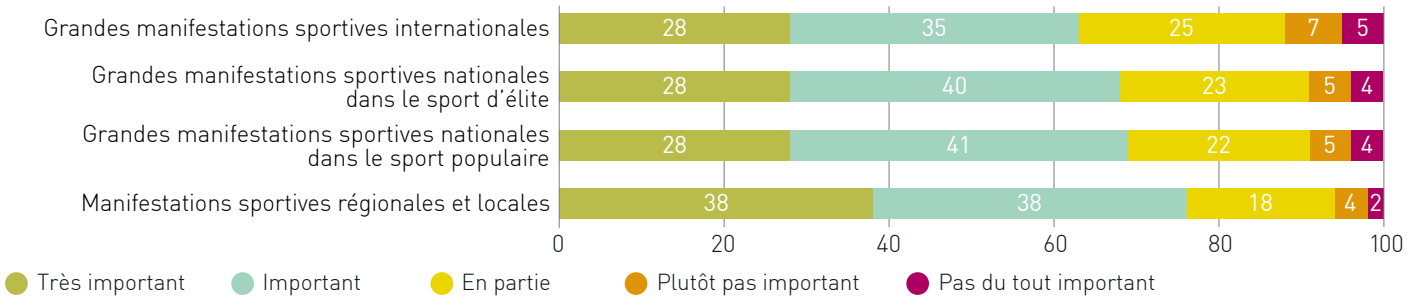
Le sport est largement reconnu pour son impact positif

La perception positive du sport et la grande importance qui lui est accordée sont également liées au fait que son impact positif est non seulement scientifiquement attesté, mais aussi largement reconnu par la population. Neuf personnes sur dix sont conscientes de l'importance du sport pour la santé et considèrent qu'il constitue une activité de loisirs utile. Au moins les deux tiers des personnes résidant en Suisse reconnaissent en outre que le sport peut non seulement avoir des effets sur la santé, mais aussi un impact social, et qu'il occupe une place importante dans la société en matière d'intégration, de socialisation, de cohésion et de transmission de valeurs. Néanmoins, le graphique 17.2 met en évidence le fait que le sport n'est pas simplement perçu comme un remède universel à tous les maux et que ses aspects négatifs sont également bien connus. Les deux tiers des personnes résidant en Suisse doutent que le sport puisse contribuer à l'égalité entre les sexes ou émettent tout du moins des réserves, 30 % sont d'avis qu'il existe un grand nombre de dysfonctionnements et de violations éthiques dans le domaine du sport, et plus de 40 % considèrent que la quête de la victoire à tout prix nuit au respect et à l'éthique dans le sport. Dans l'ensemble, la population évalue le sport et son impact de manière aussi positive qu'il y a six ans.

L'importance des manifestations sportives est largement ancrée dans la population

Les manifestations sportives permettent, d'une part, de se mesurer à d'autres sportifs et sportives et, d'autre part, de consommer le sport comme un divertissement, en ayant un rôle passif comme spectateur ou spectatrice. En parallèle, les grandes manifestations sportives internationales servent à promouvoir le prestige national et à présenter le pays hôte de manière favorable à l'étranger. C'est pourquoi les grandes manifestations sportives ainsi que les manifestations sportives régionales et locales bénéficient d'un encouragement et d'un soutien sous diverses formes. Le graphique 17.3 montre clairement que ce soutien est jugé important et approprié par la majorité de la population suisse. Une nette majorité de la population considère que les manifestations sportives sont importantes voire très importantes pour le sport suisse et pour le pays de manière générale, qu'il s'agisse de manifestations sportives internationales ou locales, dans le sport d'élite comme dans le sport populaire. À cet égard, les grandes manifestations sportives nationales et, plus encore, les manifestations sportives régionales et locales sont jugées encore plus importantes que les grandes manifestations sportives internationales. Ces résultats sur l'évaluation des manifestations sportives n'ont pratiquement pas changé au cours des six dernières années et restent tout aussi positifs qu'en 2020.

G 17.3: Appréciation de l'importance des manifestations sportives pour le sport suisse et la Suisse en tant que pays (en % de la population résidante âgée de 15 ans ou plus)

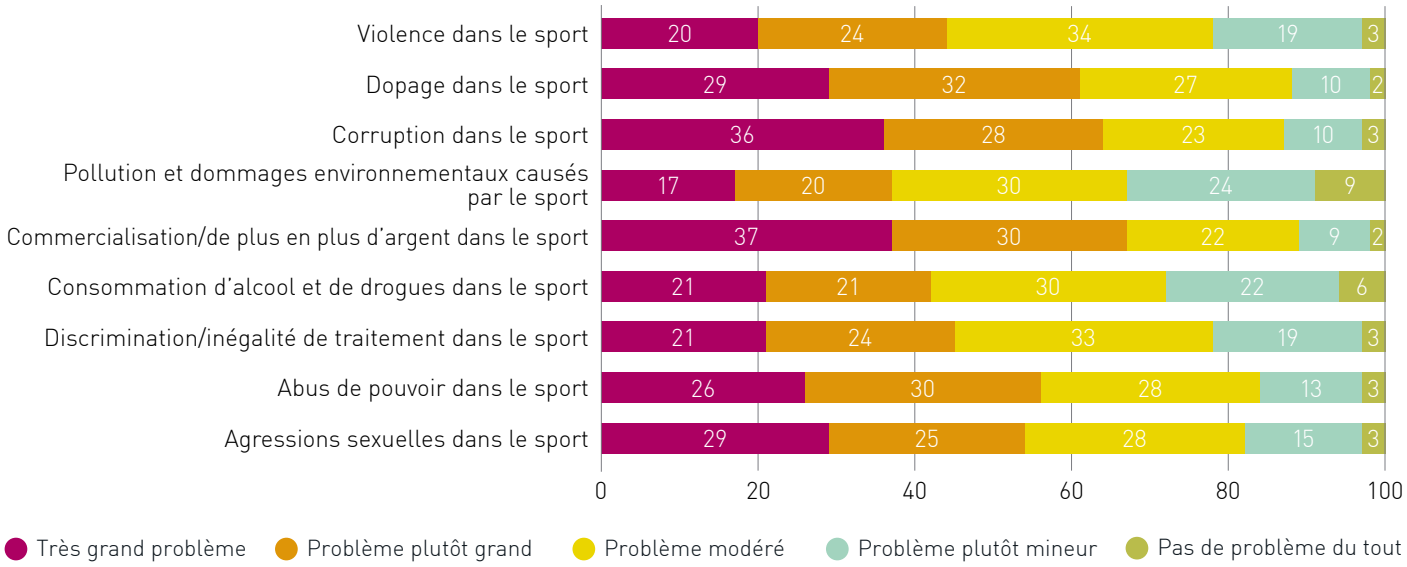


Remarque: Nombre de personnes interrogées: entre 998 et 1002.

Divers problèmes identifiés dans le sport

L'estimation de l'impact du sport (cf. graphique 17.2) montre déjà que la population suisse n'est pas uniquement consciente des effets positifs, mais qu'elle en connaît aussi les aspects négatifs. Afin de déterminer avec plus de précision où la population suisse situe les problèmes liés au sport, une évaluation détaillée a été réalisée sur différents domaines problématiques. En examinant le graphique 17.4, il apparaît d'emblée que tous les problèmes sont considérés au moins modérés par au moins deux tiers des personnes interrogées. Tout comme il y a six ans, la commercialisation, la corruption et le dopage sont pointés du doigt comme les problèmes les plus graves. L'évaluation en matière de commercialisation reste inchangée, tandis que le dopage et la corruption sont perçus comme des problèmes nettement moins graves qu'en 2020. La pollution et les dommages environnementaux causés par le sport figurent à l'autre extrémité de l'échelle. Certes, ce domaine est davantage cité comme un très grand problème ou un problème plutôt grand (+5 points de pourcentage) par rapport à 2020 mais un tiers des personnes considèrent que les dommages environnementaux causés par le sport représentent un problème plutôt mineur voire ne représentent aucun problème.

G 17.4: Appréciation des problèmes dans le sport (en % de la population résidante âgée de 15 ans ou plus)



Remarque: Nombre de personnes interrogées: entre 978 et 992.

18. Conclusion

Le sport a évolué dans une seule direction au cours des trois dernières décennies: vers le haut. Le nombre de sportifs actifs, de disciplines, d'offres, d'organisations responsables n'a fait qu'augmenter, tout comme les sommes consacrées au sport. L'enquête «Sport Suisse 2026» montre, pour la première fois, que cette évolution touche à sa fin. Actuellement, il est difficile d'estimer si le boom du sport a atteint son zénith ou s'il ne s'agit que d'un temps d'arrêt. À titre de conclusion, il convient néanmoins de procéder à quelques réflexions à ce sujet.

Les conclusions du présent rapport sont incontestables sur un point: l'évolution que nous avions à l'origine décrite comme une expansion et une différenciation a désormais perdu de sa dynamique et montre des signes de stagnation. Pour la première fois, le niveau d'activité sportive de la population suisse a cessé d'augmenter. La part des sportifs très actifs et celle des non-sportifs sont restées pratiquement inchangées entre 2020 et 2026. La stagnation du boom du sport se reflète également dans la fréquentation des infrastructures sportives, qui est restée stable au cours des six dernières années, voire a diminué. L'affiliation aux clubs sportifs a également reculé. La seule croissance que nous avons enregistrée concerne les centres de fitness et le sport à domicile. Pour la première fois, il y a ainsi davantage de personnes de 15 ans et plus inscrites dans un centre de fitness que dans un club sportif. Les dépenses liées au sport et les blessures liées au sport n'ont pas poursuivi leur progression et se situent aujourd'hui au même niveau qu'il y a six ans. Les sportifs concentrent à présent leurs activités sur un petit nombre de sports ou, tout du moins, en citent un plus petit nombre. L'intérêt porté aux sports médiatiques continue de chuter, ce qui est surtout lié aux tranches d'âge les plus jeunes, pour qui la télévision n'est plus le média de référence.

La stagnation du boom du sport n'est pas uniformément répartie parmi tous les groupes de population. Alors que l'écart entre les sexes s'était fortement réduit au cours des dernières décennies, on observe une légère accentuation ces six dernières années, particulièrement marquée chez les tranches d'âge les plus jeunes. En outre, la remontée de la Suisse latine en termes de pratique sportive a pris fin, tout du moins pour le moment. Un recul clair de l'activité sportive a été enregistré au Tessin. Les différences sociales en matière d'habitudes sportives selon le niveau de formation, le revenu ou la nationalité restent inchangées.

Il convient de souligner un point important en lien avec l'interprétation des présents résultats: nous avons identifié une stagnation à un niveau élevé, et non un effondrement voire une crise. Le système du sport n'a certes connu aucune croissance depuis 2020, mais il n'a pas non plus décliné. Les chiffres actuels de l'activité sportive, de la fréquentation des infrastructures et des dépenses en lien avec le sport restent encore bien supérieurs à ceux recueillis en 2000, en 2008 et en 2014. La population suisse garde une très bonne image du sport et y associe de nombreuses connotations positives. L'encouragement du sport reste très largement accepté dans notre pays. En outre, par rapport aux autres pays européens, la population suisse s'avère encore extrêmement sportive et se place en tête du classement aux côtés des pays scandinaves.

L'affaiblissement de la dynamique d'expansion et de différenciation ne doit pas être seulement vue sous un jour négatif. La croissance du sport a toujours été une conséquence de sa différenciation. Étant donné qu'un nombre plus élevé d'activités ont été répertoriées comme des sports, la différenciation a été critiquée comme une «désportivisation du sport». Le sport s'est non seulement diversifié, il est aussi devenu plus opaque et plus diffus. Il était alors question d'une érosion de ses valeurs. Même si les valeurs liées aux compétitions et à la performance ainsi que le sport associatif n'ont pas gagné en importance au cours des six dernières années (c'est plutôt le contraire), il est évident que la «désportivisation du sport» ne se poursuit pas indéfiniment. L'inflation du concept de sport ne s'est pas prolongée au cours des dernières années. La baisse du nombre de mentions d'activités sportives supplémentaires en constitue un indice.

Deux explications s'imposent lorsque l'on cherche à comprendre les causes de cette évolution récente. Premièrement, il est possible d'argumenter que l'expansion du sport a atteint ses limites et que tout le potentiel a été exploité. Il est de plus en plus difficile de convaincre les personnes non sportives ou peu sportives de faire du sport. Cet argument est renforcé par le fait que les habitudes en matière d'activité physique connaissent, de manière générale, une évolution similaire à celle observée dans le domaine du sport. Le développement de l'activité physique s'est également stabilisé après une période de progression tout au long des 20 dernières années. Toutefois, cette argument se heurte au constat qu'il existe toujours des disparités sociales évidentes en matière de participation au sport et que de nombreuses personnes souhaitent encore intensifier leur pratique sportive. Près d'un tiers des sportifs aimeraient s'initier à un nouveau sport ou intensifier leurs activités actuelles, et même un bon tiers des non-sportifs aimeraient se mettre à faire du sport.

Deuxièmement, la question se pose de savoir quel rôle la pandémie de COVID-19 a joué dans l'évolution récente. La comparaison à l'échelle internationale montre que l'évolution de nombreux pays européens est semblable à celle de la Suisse. Le développement du sport stagne voire recule, même dans des pays où le niveau d'activité sportive est bien moindre qu'en Suisse. Selon l'étude «Sport Suisse light 2022», la pandémie de COVID-19 a entraîné des changements tangibles des habitudes sportives, mais sans provoquer d'effondrement majeur ni de bouleversements fondamentaux. Il s'est opéré, en particulier, un glissement depuis des activités organisées vers des sports de plein air non organisés. Les conséquences à long terme semblent minimes. Aujourd'hui, quelques exceptions notables peuvent être relevées à cet égard: la natation et le ski semblent avoir été particulièrement touchés à long terme par les conséquences de la pandémie de COVID-19, et ont enregistré la baisse la plus prononcée du nombre d'adeptes, non seulement entre 2020 et 2022, mais aussi actuellement. Le recul anormalement marqué du niveau d'activité sportive au Tessin pourrait aussi être une conséquence tardive du choc plus profond causé par la pandémie et des restrictions plus sévères appliquées au sport. En fin de compte, la croissance des activités sportives à domicile ainsi que l'accentuation des différences sociales en matière d'habitudes sportives peuvent aussi être considérées comme des conséquences à long terme de la pandémie.

Sur la base des résultats présentés et de nos réflexions à ce sujet, l'hypothèse d'un renversement de la tendance semble peu plausible. Les arguments penchent davantage en faveur d'une phase de stagnation. À l'heure actuelle, il est impossible de déterminer quelle sera la dynamique qui suivra cette phase de stagnation, qu'il s'agisse d'une reprise ou d'un recul.

19. Méthodologie et échantillon

Tout comme en 2020, l'étude «Sport Suisse 2026» a été menée sous une forme mixte pour le groupe cible des adultes. Les personnes cibles avaient le choix entre participer à un entretien téléphonique assisté par ordinateur, comme les années précédentes, ou répondre à un questionnaire en ligne. Sur la base des bonnes expériences recueillies en 2020, cette méthode avait pour but de contrer la tendance se dessinant dans l'ensemble du pays selon laquelle les personnes à sonder ne sont plus toujours joignables et disposées à répondre aux enquêtes par téléphone. Le groupe cible des enfants (10 à 14 ans), dont les résultats font l'objet d'un rapport distinct, a été interrogé uniquement par téléphone, comme jusqu'à présent.

Le questionnaire a été élaboré par l'Observatoire Suisse du Sport sur la base des enquêtes précédentes, en étroite collaboration avec les organes responsables et les partenaires de l'étude. À des fins de comparabilité, les questions ont été modifiées le moins possible. Dans le même temps, quelques nouveaux sujets (p. ex. le sport sur le lieu de travail, les outils numériques) ont été intégrés à l'enquête. Tout comme en 2000, en 2008, en 2014 et en 2020, YouGov Suisse (anciennement institut LINK) a été chargé d'effectuer le sondage. Les entretiens téléphoniques ont été menés depuis les centrales téléphoniques de Lucerne (allemand) et de Lausanne (français et italien).

En comparant les réponses au fil du temps, il convient de noter un changement dans la saisie des sports (voir également les observations à ce sujet au chapitre 6). Malgré l'optimisation du questionnaire en ligne pour rendre la classification des sport plus intuitive et plus claire, le nombre de sports cités a diminué. L'utilisation accrue des appareils mobiles, qui se caractérisent par un écran plus petit et une saisie moins pratique, a entraîné une légère diminution du nombre d'activités mentionnées par rapport aux ordinateurs de bureau. En moyenne, les sportifs ayant utilisé un ordinateur de bureau ont indiqué 4,0 sports, contre seulement 3,5 sur les appareils mobiles.

En vue de tester la fonctionnalité et la compréhensibilité des questionnaires associés aux deux méthodes de sondage (par téléphone et par Internet), 60 entretiens test ont été réalisés entre le 14 et le 22 janvier 2025. Les personnes chargées de poser les questions ainsi que les superviseurs ont été formés avant le lancement de l'étude. Les premiers courriers d'invitation ont été envoyés le 26 février 2025, et les premiers entretiens ont pu être menés dès le 28 février. Pour pouvoir exclure tout effet saisonnier, les entretiens ont eu lieu en trois phases espacées d'environ six semaines les unes des autres. L'enquête de terrain a officiellement pris fin le 15 août 2025.

L'enquête a ainsi porté sur un échantillon de l'ensemble de la population résidante suisse âgée de 15 ans ou plus pouvant répondre aux questions en allemand, français ou italien. Tout comme en 2020, des personnes de plus de 74 ans ont été interrogées dans le cadre de l'enquête «Sport Suisse 2026». Indépendamment de cet échantillon de base, des échantillons complémentaires ont été constitués pour d'autres jeunes ainsi que pour des habitants des cantons et des villes participant à l'enquête. En tout, les données de 14 791 personnes ont ainsi pu être évaluées. Près de 94 % des personnes interrogées ont rempli le questionnaire en ligne.

Toutes les personnes cibles sélectionnées suivant le principe aléatoire du cadre d'échantillonnage mis à disposition par l'OFS pour les enquêtes menées auprès de la population ont reçu un avis préalable de l'OFSPO par courrier. Étant donné que l'enquête mettait l'accent sur le questionnaire en ligne, la lettre contenait (outre les informations usuelles concernant l'étude) les identifiants personnels permettant d'accéder au formulaire. Les personnes cibles n'ont été contactées par téléphone que dans le cadre du deuxième rappel. Elles avaient toutefois déjà la possibilité de prendre contact avec YouGov Suisse par courriel ou par le biais de sa permanence téléphonique gratuite afin de s'annoncer au préalable pour un entretien téléphonique. Les personnes cibles pouvaient aussi obtenir des informations sur l'étude sur un site Internet. Comme le montre le tableau 19,2, un taux de réponse brut de 40 % a finalement pu être atteint. En fonction de la méthode et de l'échantillon, les personnes interrogées devaient consacrer en moyenne 24 à 33 minutes à l'enquête.

Parmi les personnes interrogées, 51 % étaient des femmes, 19 % étaient de nationalité étrangère et 14 % étaient des binationaux suisses. La population résidante étrangère est ainsi quelque peu sous-représentée dans le cadre de cette étude. Il faudrait donc plutôt parler de population résidante assimilée linguistiquement. Il convient en outre de souligner que l'enquête n'est pas représentative pour les personnes âgées en raison de la méthode utilisée, du type de questions ainsi que de la manière de prendre contact. Il en a été tenu compte dans l'extrapolation (cf. ci-dessous).

Près des trois quarts des participants et participantes (74 %) ont répondu au questionnaire en allemand, 19 % en français et 7 % en italien. Afin que l'échantillonnage global composé des différents échantillons partiels soit représentatif de la population résidante suisse, les données ont été pondérées, en tenant compte en particulier de la taille variable des échantillons selon les régions et les tranches d'âge. Les résultats publiés dans le présent rapport se fondent sur des données pondérées, sauf s'agissant du nombre de cas, qui n'a pas été pondéré et qui correspond au nombre effectif de personnes interrogées.

«Sport Suisse» est la plus vaste enquête sur les habitudes en matière de sport qui ait été menée en Suisse. Les données ont été recueillies et analysées sur la base de critères scientifiques très stricts. Malgré cela, il faut garder à l'esprit que les enquêtes par échantillonnage présentent toujours certaines marges d'erreur. La principale valeur de contrôle statistique de cette marge d'erreur est l'intervalle de confiance. Cet intervalle est calculé à l'aide de la formule suivante:

$$IC = \pm 2 \sqrt{\frac{p(100-p)}{n}}$$

IC = intervalle de confiance
p = part de personnes interrogées ayant fourni une réponse donnée (en points de pourcentage)
n = taille de l'échantillon non pondérée

À titre d'exemple, si 49,0 % des personnes faisant partie de l'échantillon sélectionné déclarent faire de la randonnée, la valeur «réelle» extrapolée à l'échantillon global selon une probabilité de 95 % se situe entre 48,2 et 49,8 % (intervalle de confiance: +/–0,84 point de pourcentage). En ce qui concerne le tir, sport cité par 1,1 % de la population, la valeur «réelle» selon une probabilité de 95 % est comprise entre 0,9 et 1,3 % (intervalle de confiance: +/–0,18 point de pourcentage).

Les pourcentages calculés ont pu être extrapolés à toute la population en tenant compte de la marge d'erreur statistique. Selon les données de l'OFS, la population résidante suisse âgée de 15 à 85 ans représentait environ 7 493 800 personnes début 2025. Compte tenu de l'intervalle de confiance, on peut donc affirmer que 1 % des personnes interrogées équivaut à près de 75 000 personnes.

Les résultats présentés ont été confirmés à l'aide de diverses analyses et contrôlées en vue d'en établir la pertinence statistique. Pour des raisons liées à des contraintes de place, les analyses en question ne figurent pas dans ce rapport. En outre, lors des analyses des données, il a été fait appel à des procédés multivariés, notamment à des analyses de variance, de régression et en composantes principales.

Lors de l'analyse en composantes principales, un nombre donné de variables (p. ex. les motivations amenant à la pratique du sport) est converti en un nombre réduit de variables hypothétiques appelées facteurs (p. ex. les catégories de motivations). Ces variables doivent répondre à l'exigence de refléter au mieux la structure des variables initiales. L'analyse en composantes principales est une méthode standard utilisée dans les sciences sociales. Ses résultats dépendent fortement des hypothèses, en raison des différentes méthodes de calcul possibles. La stratégie d'évaluation que nous appliquons s'appuie sur la «méthode de base» décrite dans les manuels spécialisés en matière de réalisation d'analyses en composantes principales. Les variables hypothétiques sont extraites à partir de la matrice de corrélation des variables standardisées selon la cote Z.

L'analyse de régression et l'analyse de variance permettent de déterminer dans quelle mesure la variance d'une variable dépendante (p. ex. l'activité sportive) peut être attribuée à une ou plusieurs variables indépendantes ou à leur interaction (p. ex. le sexe, l'âge, le niveau d'éducation, le revenu). Dans l'analyse de régression, la part de variance expliquée est mesurée à partir de l'écart par rapport à la droite de régression, tandis que dans l'analyse de variance, la part de variance expliquée est déterminée à partir de l'écart par rapport à la moyenne du groupe. L'analyse de variance compare des moyennes de groupes. Pour cette raison, elle est généralement moins stricte que l'analyse de régression quant à certaines hypothèses, notamment la linéarité des relations et les variables à échelle d'intervalle. Ces analyses ont aussi été réalisées selon des méthodes standard. L'analyse de régression a été réalisée à l'aide de la méthode des moindres carrés, tandis que l'analyse de variance a été effectuée à l'aide de la méthode d'analyse multicritère.

T 19.1: Vue d'ensemble du nombre de questionnaires remplis et de sondages réalisés dans les différents modules

	Enquête en ligne	Enquête téléphonique	Total	Part en ligne
Module de base	3381	251	3632	93,1
Module supplémentaire adolescents	1009	20	1029	98,1
Cantons	9442	688	10 130	93,2
BE	658	55	713	92,3
BL	673	57	730	92,2
GR	679	54	733	92,6
NE	721	78	799	90,2
NW	534	40	574	93,0
SG	640	39	679	94,3
Ville de Saint-Gall	445	22	467	95,3
Ville de Rapperswil-Jona	398	31	429	92,8
SZ	482	38	520	92,7
TG	675	55	730	92,5
VD	659	55	714	92,3
ZG	725	42	767	94,5
ZH	702	45	747	94,0
Ville de Zurich	713	35	748	95,3
Ville de Winterthour	738	42	780	94,6
Total	**13 832**	**959**	**14 791**	**93,5**
Module supplémentaire enfants	**0**	**1545**	**1545**	**0,0**

T 19.2: Vue d'ensemble des taux de participation à l'enquête et des défaillances (échantillon des enfants inclus)

	Total	Module de base	Cantons/ villes	Jeunes	Enfants
Adresses actives	**40586**	**9157**	**24862**	**2198**	**4369**
– dont absence de numéro de téléphone	17121	3939	10608	819	1755
Défaillances, total	**4098**	**880**	**2542**	**107**	**569**
– dont problème d'adresse	1153	268	734	43	108
– dont refus	1994	393	1203	44	354
– dont défaillances (langue/âge/santé)	951	219	605	20	107
Bon contact/dates disponibles/entretien interrompu	**20152**	**4645**	**12190**	**1062**	**2255**
– dont dates disponibles	63	15	25	6	17
– dont entretien interrompu	1727	435	1103	173	16
Sondages réalisés	**16336**	**3632**	**10130**	**1029**	**1545**
– en allemand	12119	2000	8617	570	932
– en français	3148	939	1513	307	389
– en italien	1069	693		152	224
Taux de retour brut (en %)	**40,3**	**39,7**	**40,7**	**46,8**	**35,4**
Durée moyenne de l'enquête par téléphone (en min.)		**32,2**	**33,3**	**29,6**	**31,8**
Durée moyenne de l'enquête en ligne (en min.)		**28,2**	**26,8**	**24,1**	**0**

20. Bibliographie

[1] Lamprecht, Markus et Stamm, Hanspeter (2000): Sport Suisse 2000 – Activité et consommation sportives de la population suisse. Bâle, Berne, Zurich: AOS, SST, LSSFB.

[2] Lamprecht, Markus, Fischer, Adrian et Stamm, Hanspeter (2008): Sport Suisse 2008 – Activité et consommation sportives de la population suisse. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.

[3] Lamprecht, Markus, Fischer, Adrian et Stamm, Hanspeter (2014): Sport Suisse 2014 – Activité et consommation sportives de la population suisse. Macolin: OFSPO, OFS, Swiss Olympic, BPA et Suva.

[4] Lamprecht, Markus, Bürgi, Rahel et Stamm, Hanspeter (2020): Sport Suisse 2020 – Activité et consommation sportives de la population suisse. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.

[5] Commission européenne, Direction générale de l'éducation, de la jeunesse, du sport et de la culture (2022): Eurobaromètre spécial 525. Sport et activité physique. Office des publications de l'Union européenne.

[6] Lamprecht, Markus, Bürgi Rahel et Stamm, Hanspeter (2022): Sport Suisse light 2022 – Les conséquences de la pandémie de COVID-19 sur le comportement sportif de la population suisse Rapport de recherche. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.

[7] Office fédéral du sport OFSPO, Office fédéral de la santé publique OFSP, Promotion Santé Suisse, Bureau de prévention des accidents BPA, Réseau suisse Santé et activité physique hepa (2022): Recommandations suisses en matière d'activité physique – Bases. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.

[8] Observatoire du Sport. Indicateurs «Encouragement du sport et de l'activité physique», URL: https://www.sportobs.ch/fr/indicateurs/promotion-du-sport/vue-densemble-des-indicateurs-relatifs-a-lencouragement-du-sport/ (page consultée le 9 février 2026).

[9] Observatoire suisse du sport (2026): Körperliche Bewegung und Sport in der Gesundheitsbefragung 2022 des Bundesamts für Statistik. Zurich: Observatoire du Sport.

[10] Lehnert, Katrin, Sudeck, Gorden et Conzelmann, Achim (2011): BMZI – Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport. Diagnostica, 57(3), 146-159.

[11] Haut, Jan (2018): Sport und soziale Ungleichheit. Dans: Güllich, Arne et Krüger, Michael (Ed.), Sport in Kultur und Gesellschaft: Handbuch Sport und Sportwissenschaft. Berlin, Heidelberg: Springer Berlin Heidelberg.

[12] Lamprecht, Markus et Nagel Siegfried (2022): Sportsoziologie. Einführung. Baden-Baden: Nomos Verlagsgesellschaft.

[13] Fischer, Adrian, Lamprecht, Markus et Stamm, Hanspeter (2025): Observatoire du bénévolat en Suisse 2025. Zurich: Éditions Seismo.

[14] Bürgi, Rahel, Lamprecht, Markus, Gebert, Angela et Stamm, Hanspeter (2023): Clubs sportifs en Suisse – Évolutions, défis et perspectives. Ittigen/Berne: Swiss Olympic.

[15] Enquête auprès des fédérations 2024. URL: https://www.swissolympic.ch/fr/federations/instruments-conduite/faits-et-chiffres (page consultée le 9 février 2026).

[16] Hoff, Oliver, Schwehr, Tonio, Hellmüller, Pino, Clausen, Josephine et Nathani, Carsten (2020): Sport et économie en Suisse. De l'importance économique du sport en Suisse. Rüschlikon: Rütter Soceco.

[17] Niemann, Steffen, Achermann Stürmer, Yvonne, Ellenberger, Lynn et Meier, Delphine (2025): Status 2025 – Statistique des accidents non professionnels et du niveau de sécurité en Suisse. Berne: Bureau de prévention des accidents (BPA).

[18] Moeschler, Olivier (2025): Les pratiques culturelles et de loisirs en Suisse. Enquête sur la langue, la religion et la culture (ELRC) 2024 et évolutions depuis 2019 et 2014. Neuchâtel: Office fédéral de la statistique (OFS).

Image: Ville de Baden; Active City Baden 2026

Observatoire Suisse du Sport
c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG
Forchstrasse 212
CH-8032 Zurich
info@sportobs.ch
www.sportobs.ch

Office fédéral du sport OFSPO
2532 Macolin
info@baspo.admin.ch
www.ofspo.ch

Edition: 2026

Tous droits réservés. Toute reproduction ou diffusion – même partielle –
requiert l'autorisation écrite de l'éditeur et l'indication des sources.