

LA PRATIQUE FÉMININE  
DES ACTIVITÉS



# physiques & sportives

à La Réunion<sup>1</sup>



Les premiers résultats de  
l'enquête régionale sur les  
pratiques physiques et sportives  
à La Réunion

Crédit photo : © M. Emmanuel Schmitt pour ses photographies  
Maquettage : Mme Alice Bennoun pour Run Concept

(1) Source : Enquête régionale sur les pratiques  
physiques et sportives à La Réunion 2021,  
Conseil Régional/Université de La Réunion.  
Champ : individus âgés de 15 ans et  
plus résidant à La Réunion.

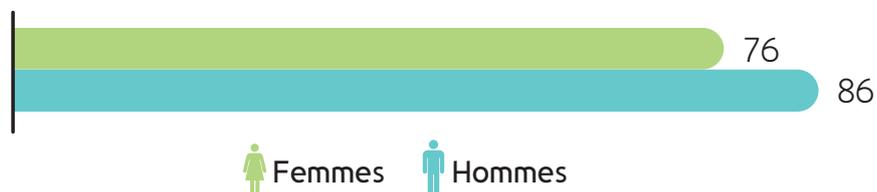


# 51%

des personnes de 15 ans et plus résidant à La Réunion qui déclarent une APS sont des femmes.

Chez les femmes, 76% déclarent avoir pratiqué au moins une activité physique et sportive (APS) au cours des 12 derniers mois précédant l'enquête, soit 10 points de moins que les hommes.

## Taux de déclaration de pratique selon le sexe, en%

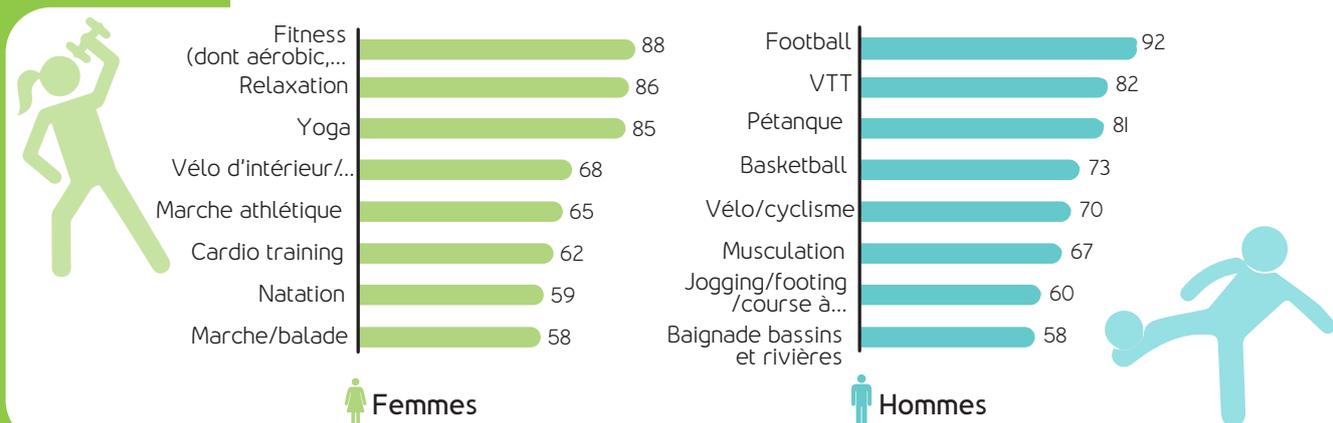


Lecture : 76% des femmes qui habitent à La Réunion déclarent pratiquer une APS.

## DES APS FORTEMENT INFLUENCÉES SELON LE SEXE

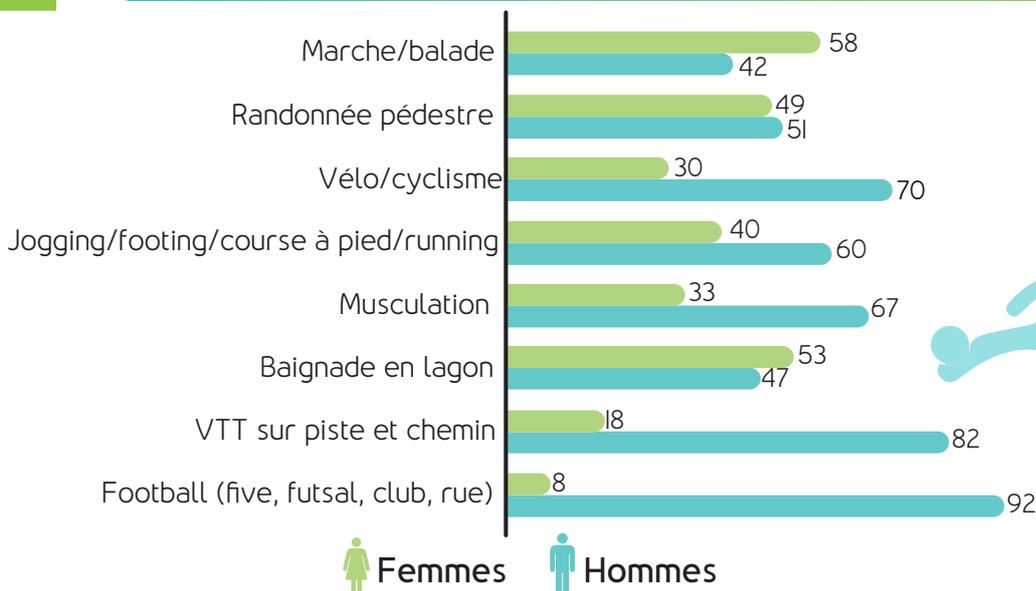
Les APS les plus déclarées par les femmes sont le fitness (dont aérobic, zumba, step, etc.) (88%), la relaxation (86%), le yoga (85%) et le vélo d'intérieur/d'appartement (68%).

Les APS les plus déclarées par les hommes sont le football (92%), le VTT (82%), la pétanque (81%), et le basket-ball (73%).



Parmi les 8 APS les plus déclarées les femmes sont les plus représentées dans les activités de marche/balade (58%) et de baignade en lagon (53%).

## Taux de pratique des 8 APS les plus déclarées selon le sexe, en %

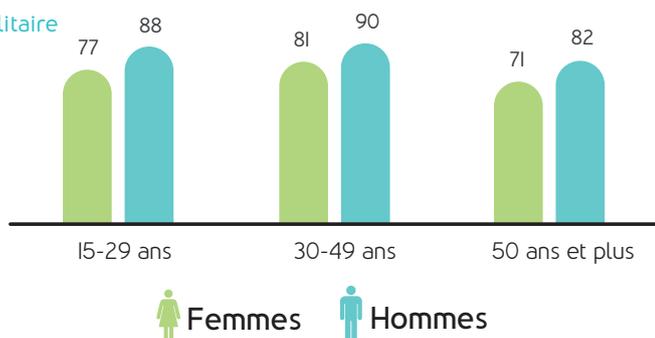


## UN TAUX DE PRATIQUE CHEZ LES FEMMES INFLUENCÉ PAR L'ÂGE

L'âge influence le taux de pratique chez les femmes, ainsi si les femmes de 30-49 ans sont les plus nombreuses à déclarer faire une APS, le taux de pratique déclaré décroît ensuite avec l'âge, 71% des femmes de 50 ans et plus déclarant faire une APS.

### Taux de pratique d'une APS\* selon l'âge et le sexe en %

\*Hors marche utilitaire



# 77%

Des femmes de 15-29 ans déclarent pratiquer une APS.

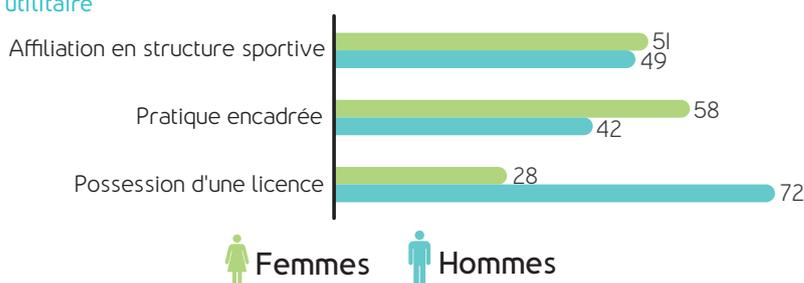
## UNE PRATIQUE EN STRUCTURE SPORTIVE ET ENCADRÉE INFLUENCÉE PAR LE SEXE

23% des pratiquants déclarés font leurs APS en étant affiliés à une structure sportive, parmi eux 51 % sont des femmes, soit 2 points de plus que les hommes. Les femmes sont aussi les plus nombreuses à déclarer faire une APS de manière encadrée, 58% des pratiquants encadrés étant des femmes.

En revanche, les femmes ne représentent que 28 % des pratiquants possédant une licence sportive.

### Part des pratiquants déclarés affiliés à une structure sportive, de pratique encadrée\*, et de titulaires d'une licence selon le sexe en %

\*Hors marche utilitaire



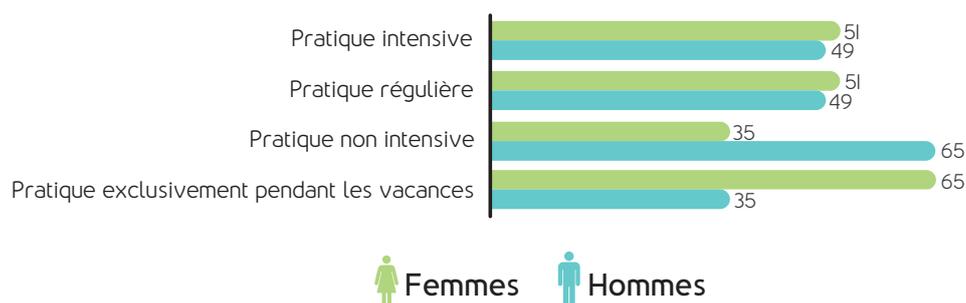
# 51%

des pratiquants déclarés affiliés à une structure sportive sont des femmes.

# 51%

des pratiquants qui déclarent une pratique intensive sont des femmes.

### Part des pratiquants déclarés par fréquence de pratique, selon le sexe, en %



73% des pratiquants disent faire leurs APS de manière intensive (plus d'une fois/semaine), parmi eux 51% sont des femmes, soit 2 points de plus que les hommes.

**Lecture :** Parmi les personnes ayant déclaré pratiquer une APS de manière intensive, 51% sont des femmes.

## UNE PRATIQUE FÉMININE INFLUENCÉE PAR LE NIVEAU DE DIPLÔME ET DE REVENU

Les femmes sans diplôme sont 66% à déclarer pratiquer une APS, alors qu'elles sont 87% à déclarer pratiquer une APS avec un niveau bac et plus (soit 21 points d'écart).

D'autre part, à diplôme équivalent, moins de femmes que d'hommes déclarent pratiquer une APS.

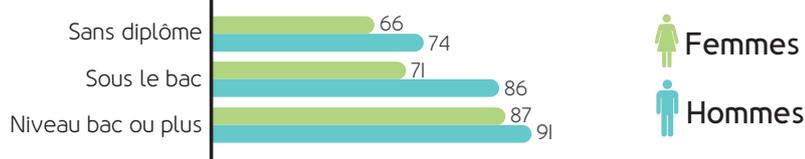
Les femmes dont le revenu du foyer est moins de 1500€ sont beaucoup moins nombreuses à déclarer pratiquer une APS que celles dont le revenu du foyer est de 4160€ et plus, 69% contre 88%, soit un écart de 19 points.

Enfin, à niveau de revenu du foyer équivalent, les femmes sont moins nombreuses que les hommes à déclarer une APS.

Le niveau de diplôme et le niveau de revenu du foyer influencent la pratique d'une APS.

### Le taux de pratique\* déclaré par niveau de diplôme selon le sexe, en%

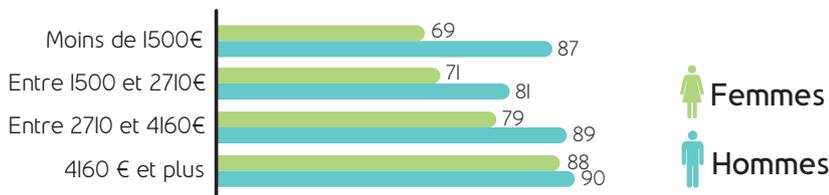
\*Hors marche utilitaire



Lecture : 66% des femmes sans diplôme pratiquent une APS.

### Le taux de pratique\* par niveau de revenu du foyer selon le sexe, en%

\*Hors marche utilitaire

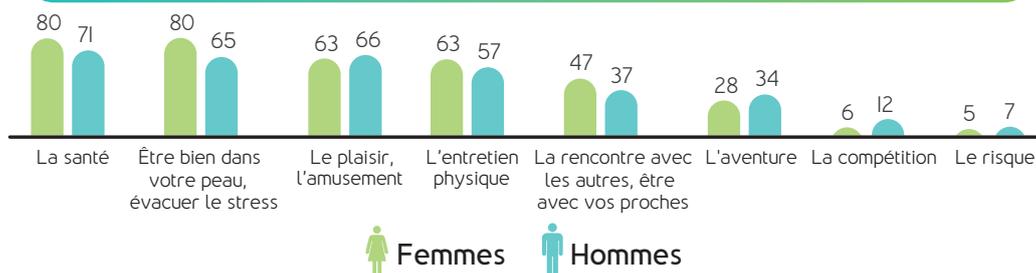


Lecture : 69% des femmes dont le revenu du foyer est moins de 1500 € pratiquent une APS.

## DES MOTIVATIONS À PRATIQUER UNE APS DIFFÉRENCIÉES SELON LE SEXE

Les femmes qui pratiquent une APS le font d'abord pour des motivations de santé et de bien-être, ces préoccupations étant plus importantes que chez les hommes (respectivement 9 et 15 points d'écart).

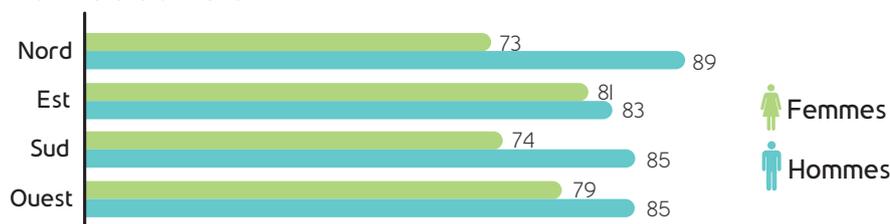
### Les motivations déclarées à la pratique d'une APS selon le sexe, en%



Enfin, la différence de pratique d'une APS selon le sexe est aussi marquée par microrégion.

### Le taux de pratique\* déclaré par microrégion selon le sexe, en%

\*Hors marche utilitaire



Lecture : 73% des femmes qui habitent la microrégion nord déclarent pratiquer une APS.