

L'ÉVOLUTION DE LA PYRAMIDE DES ÂGES : QUELS IMPACTS SUR LA PRATIQUE SPORTIVE ?

Les livrets de l'Union
Sport & Cycle

3

PRATIQUE SPORTIVE ET ÉVOLUTIONS DÉMOGRAPHIQUES



AG2R LA MONDIALE



SOMMAIRE

1

INTRODUCTION ET CHIFFRES CLÉS

2

**CONTEXTE DÉMOGRAPHIQUE ET
ENJEUX DE LA PYRAMIDE DES ÂGES**

3

**LES ATTENTES ET LES BESOINS DES
DIFFÉRENTES GÉNÉRATIONS :
ENJEUX**

4

**COMMENT LES ACTEURS DU SPORT
S'ASSOCIENT POUR RÉPONDRE
AUX BESOINS**

5

PERSPECTIVES ET RÉFLEXIONS

1

INTRODUCTION ET CHIFFRES CLÉS

INTRODUCTION

Comment adapter l'offre de pratique sportive à l'heure où la société française vit un bouleversement démographique majeur ? Avec une population qui vieillit tout en restant active plus longtemps, et une jeunesse en quête de liberté et de sens, les repères traditionnels volent en éclat. Le monde du sport se trouve aujourd'hui confronté à un double défi : mieux comprendre les attentes d'une génération de jeunes autonomes et hyperconnectés, et répondre aux aspirations des "quincados".

À travers cette matinale de l'Union Sport & Cycle consacrée à la pyramide des âges, experts, collectivités, fédérations et acteurs privés ont partagé leurs analyses, leurs constats, mais aussi leurs expériences de terrain. Ce livret propose une synthèse de ces échanges pour outiller la réflexion des acteurs de la filière sport et loisir.



CHIFFRES CLÉS

71%

des Français déclarent pratiquer une activité physique en 2024

4,4 heures

la durée moyenne d'activité physique et sportive par semaine

18%

de la population est licenciée, soit environ 2 personnes sur 10

60%

des Français pratiquent individuellement et/ou en extérieur

évolutions démographiques

20%

de la population française a plus de 65 ans en 2025, un chiffre qui devrait atteindre 30% à l'horizon 2050

33%

de la population a entre 50 et 75 ans, soit autant que les moins de 30 ans

L'espérance de vie est passée de 49 ans pour les femmes et 45 ans pour les hommes en 1900 à 85,7 ans pour les femmes et 80 ans pour les hommes en 2023.

évolutions de la pratique avec l'âge

Le taux de pratique sportive diminue progressivement au fil de la vie :

72%

chez les 15-24 ans

63%

chez les 25-39 ans

55%

au-delà de 40 ans

Les motivations principales pour pratiquer, tous âges confondus sont **la santé, le plaisir, le bien-être et la forme**, la compétition arrivant à la fin.

Les moins de 35 ans privilégient des activités intenses tandis que les 60 et plus privilégient les activités mixtes.

INTERVENANTS



PHILIPPE PRUD'HOMME

Philippe Prud'homme est directeur général de la Fédération française d'éducation physique et de gymnastique Volontaire (FFEPGV) depuis septembre 2024. Fort d'un parcours de haut niveau en ressources humaines et en transformation organisationnelle (notamment chez Amaury groupe, Accell ou la BRED), il met aujourd'hui son expertise au service du sport santé. À la tête de la première fédération non compétitive en France (430 000 licenciés, 4 400 clubs), il œuvre à renforcer son impact social et territorial tout en modernisant ses leviers d'action



SAMY CAMARZANA

Samy Camarzana est le co-fondateur et directeur général associé d'Arkose&Co, acteur phare de l'escalade urbaine et du lifestyle sportif. Depuis 2013, il pilote le développement d'un écosystème innovant mêlant sport, restauration durable, bien-être et culture. Sous sa direction, Arkose a élargi son réseau à 25 lieux de vie en France et à l'étranger. Porté par une forte croissance, Samy défend une vision entrepreneuriale engagée, combinant excellence opérationnelle, expérience client et responsabilité environnementale.



SHEMS EL KHALFAOUI

Shems El Khalfaoui est 2e adjoint au Maire de Saint-Denis, en charge du sport, du développement économique, de l'insertion et de l'héritage des Jeux Olympiques et Paralympiques. Il porte une vision ambitieuse du sport comme levier d'inclusion, d'éducation et d'attractivité territoriale. À Saint-Denis, il a doublé l'offre sportive scolaire, transformé l'espace public en terrains accessibles, et lancé des dispositifs innovants d'insertion par le sport. Défenseur d'un héritage olympique ancré localement, il fait du sport un outil structurant des politiques publiques urbaines et un moteur du développement social et économique.



ISABELLE DELAUNAY

Isabelle Delaunay est sociologue, spécialiste des politiques publiques sociales et des dynamiques socio-démographiques. Conseillère technique au Conseil départemental de Vaucluse, elle pilote des études stratégiques sur les solidarités et l'autonomie. Spécialiste de l'analyse statistique, elle explore les interactions entre données, politiques publiques et réalités sociales, notamment dans les champs du vieillissement et de l'intervention social. Isabelle Delaunay est également chercheuse associée au Centre Norbert Elias (EHESS) et à l'Institut de la longévité (ILVV), et enseigne la sociologie quantitative à Avignon Université.

1

CONTEXTE DÉMOGRAPHIQUE ET ENJEUX DE LA PYRAMIDE DES ÂGES

1. UNE PYRAMIDE DÉMOGRAPHIQUE EN TRANSFORMATION

Depuis plus d'un siècle, la France connaît un allongement constant de l'espérance de vie. En 1900, un homme vivait en moyenne jusqu'à 45 ans et une femme jusqu'à 49 ans. En 2023, ces moyennes ont atteint respectivement 80 ans pour les hommes et 85,7 ans pour les femmes.

Les données démographiques actuelles révèlent une structure de population profondément modifiée :

- Les moins de 30 ans représentent 35,6 % de la population,
- Les 30-49 ans 24 %,
- Les 50-75 ans 31,4 %.

Un fait parlant : **chaque jour en France, 1767 enfants naissent tandis que 2461 personnes fêtent leur 60^{ème} anniversaire.** Cette dynamique révèle le poids important de la pyramide des âges. De plus, la part des 50-75 ans est bientôt égale à la part des moins de 30 ans, ce qui constitue un tournant démographique de taille.

Comme l'a rappelé Isabelle Delaunay, sociologue et démographe : "Une petite fille sur deux née en 2000 sera centenaire. On ne parle plus de vieillesse, mais de longévité." **Ce basculement appelle à repenser les politiques sportives qui sont destinées aux catégories d'âges prédominantes.**



2. LA REDÉFINITION DES ÂGES DE LA VIE : UN ALLONGEMENT HISTORIQUE DES PARCOURS DE LA VIE

L'allongement de l'espérance de vie et l'entrée plus tardive dans la vie adulte (jusqu'à 29 ans selon la sociologie) modifient les repères. La notion même de "senior" est à reconsidérer. "À 60 ans aujourd'hui, on n'est pas vieux, on est souvent encore actif, en bonne santé, et en quête de projets personnels", souligne Isabelle Delaunay.

Et si la vieillesse n'était qu'un mot ?

La vieillesse ne commence pas à 60 ans. Selon Isabelle Delaunay, il faut distinguer vieillesse, fragilité et dépendance. Les 50-75 ans sont encore très actifs et ne relèvent pas d'une logique de soin, mais de bien-être.

- La fragilité n'apparaît qu'à partir de 75 ans.
- La dépendance apparaît vers 83-85 ans et ne touche que 6 % des plus de 60 ans.
- Les seniors ne forment pas un bloc homogène, mais une population en transition qui nécessite un accompagnement adapté.

Repenser la vieillesse [1], c'est élargir l'offre de pratique et sortir des stéréotypes. Avec le vieillissement de la population et l'augmentation importante du nombre de personnes de plus de 60 ans d'ici 2050, la « **silver économie** » représente une **opportunité pour les acteurs du sport notamment à travers une offre sport-santé adaptée.**

3. DE NOUVEAUX PROFILS GÉNÉRATIONNELS : LES QUINCADOS ET LA GEN Z

Ces évolutions s'incarnent dans deux générations aux comportements spécifiques. Les "quincados [2]", un terme popularisé par le sociologue Serge Guérin, désignent les baby-boomers actifs, en bonne santé, revendiquant un style de vie dynamique et tourné vers le plaisir. Ils refusent une vision passive du vieillissement et recherchent des formes de pratique sportive adaptées à leur rythme et à leurs attentes. "Ce sont des adultes remuants", précise Isabelle Delaunay, "qui redéfinissent la relation au sport comme à la famille."

“ Ces deux générations constituent un formidable défi mais aussi une opportunité pour l'ensemble des acteurs du sport français. ”

Virgile Caillet, délégué général de l'Union Sport & Cycle

[1] Pour aller plus loin, l'article intitulé « Vieillir : l'âge est-il un bon repère ? » publié sur le journal The conversation prolonge les questions autour du processus de vieillissement et les stéréotypes associés : Emmanuel Monfort. (2025, 25 avril). Vieillir : l'âge est-il un bon repère ? [The Conversation](#).

[2] Expression inventée par le sociologue Serge Guérin, dans son ouvrage Les Quincados (2019 - Calmann-Lévy Editeur).

2

**LES ATTENTES ET LES
BESOINS DES DIFFÉRENTES
GÉNÉRATIONS : ENJEUX**

1. GÉNÉRATION Z : AUTONOMIE ET PERSONNALISATION

La Génération Z se distingue par le besoin d'une pratique sportive libre et autonome. Cette tranche d'âge privilégie en effet les expériences sur-mesure, sans contraintes, et recherchent des options flexibles. Samy Camarzana, directeur général d'Arkose, souligne cette tendance : "Les 18-24 ans sont ceux qui progressent le plus dans nos salles, mais ils zappent vite : la durée moyenne d'abonnement est passée de 18 à 6 mois." Cela témoigne d'une recherche constante de nouveauté et de personnalisation, avec un engagement plus court mais plus intense. Cette génération privilégie alors des formats qui répondent à leurs attentes : des activités physiques en dehors des circuits traditionnels, où elle peut pratiquer de manière libre et autonome, sans obligation de structure. La dimension sociale et l'aspect communautaire sont également prioritaires pour cette génération : elle va rechercher la rencontre, le lien social et l'amusement à travers la pratique sportive.



2. LES QUINCADOS : SANTÉ, SOCIABILITÉ, PLAISIR

À l'autre extrémité de la pyramide des âges, les 50-75 ans (les "quincados") affichent des attentes distinctes. Pour eux, **le sport n'est pas seulement une question de performance, mais surtout de bien-être, de sociabilité et de plaisir.** Ce groupe cherche avant tout à pratiquer des activités physiques qui préservent leur santé, en évitant les risques et les contraintes des sports plus intenses. Philippe Prud'homme de la Fédération Française d'Éducation Physique et Gymnastique Volontaire (FFEPGV) décrit bien cette tendance : "On accueille de 9 mois à 99 ans, mais 80 % de nos licenciés ont plus de 50 ans. Ce qu'ils cherchent : bouger, se sentir bien, partager."

Les quincados plébiscitent les pratiques douces et régulières : majoritairement la marche, le yoga, la gymnastique douce ou la natation, souvent encadrées par des professionnels de santé. Ce besoin de sociabilité est également crucial pour ce public : la pratique physique devient un prétexte pour rencontrer d'autres personnes et maintenir des liens sociaux. Par exemple, la Ville de Saint-Denis a constaté, par une étude auprès des 40-60 ans, que les attentes se portaient sur des activités qui favorisent le plaisir, le bien-être et les échanges.

3. DES "PUBLICS OUBLIÉS" DU MODÈLE SPORTIF ACTUEL

Malgré la diversité des attentes des jeunes et des quincados, **ces deux populations se retrouvent souvent exclues des politiques sportives classiques** selon le témoignage de Shems El Khalfaoui, adjoint au maire de Saint-Denis : *"Le système sportif est pensé pour les clubisés, les compétiteurs visibles. Mais ni les jeunes ni les quinquagénaires n'y trouvent vraiment leur place."*

Cette exclusion est d'autant plus problématique que ces deux groupes représentent une part significative de la population mais restent souvent dans l'ombre des financements publics et des offres de financements publics et des offres sportives traditionnelles.



Les jeunes, malgré leur forte appétence pour l'activité physique, sont souvent freinés par des modèles de pratiques trop contraignants et peu adaptés à leurs attentes de flexibilité. Les quincados, quant à eux, peinent à trouver des espaces où ils peuvent pratiquer des activités physiques dans un cadre non compétitif, dans des horaires adaptés et avec un encadrement de qualité, loin des logiques de performance pure.

“ Ces deux populations (jeunes et quincados) se retrouvent dans l'oubli des politiques publiques. Les publics qu'on ne voit pas, ce sont les publics qu'on ne finance pas ”

Shems El Khalfaoui

4. DES PRATIQUES SPORTIVES INFLUENCÉES PAR LE GENRE, LES PARCOURS FAMILIAUX ET LES CONTRAINTES SOCIALES

Les pratiques sportives ne dépendent pas uniquement de l'âge, mais aussi du **genre**, des **trajectoires familiales** et du **milieu social d'appartenance**. Les femmes, en particulier, restent confrontées à des freins importants : organisation familiale souvent à leur charge, horaires incompatibles, sentiment d'illégitimité dans l'espace public sportif.

Les parcours de vie influencent également les rythmes de pratique. Entre 30 et 50 ans, les responsabilités professionnelles et familiales limitent la disponibilité. À l'inverse, les quincados retrouvent du temps pour eux et réinvestissent la pratique dans une logique de bien-être, souvent en dehors des circuits compétitifs.

Enfin, les contraintes sociales (revenu, lieu de vie, emploi du temps) façonnent l'accès aux infrastructures sportives. **Pour toucher l'ensemble des publics, il est donc nécessaire d'intégrer ces variables dans les politiques sportives locales** et de proposer des formats plus souples, accessibles et adaptés aux réalités de chacun.

“ Au-delà de 35 ans, quand on est parent, c'est difficile de se dégager du temps. Quand on est quincados, c'est plus simple de le trouver ”

Isabelle Delaunay

3

COMMENT LES ACTEURS DU SPORT S'ASSOCIENT POUR RÉPONDRE AUX BESOINS

1. COOPÉRATION TERRITORIALE ET PARTICIPATION CITOYENNE

À Saint-Denis, l'enquête menée auprès des habitants de 40 à 60 ans a mis en lumière les obstacles à la pratique sportive. **Trois freins majeurs sont ressortis :**

- Le manque d'information sur l'offre disponible,
- L'inadéquation des horaires proposés avec la vie professionnelle,
- La recherche d'une pratique orientée vers le plaisir, la sociabilité et le bien-être.

En réponse, la municipalité a mis en place un dispositif gratuit de conseil à la pratique, chaque week-end, dans un parc public du centre-ville. Encadré par un club local, ce programme propose des conseils personnalisés en course à pied, yoga ou stretching, sans obligation d'inscription ni engagement. Résultat : *"Au début, ils étaient 10, puis 20, puis 40 et aujourd'hui ils sont 180 tous les week-ends à venir chercher de l'information, rencontrer des gens "* précise Shems El Khalfaoui.

"Le dimanche du ping" : Un partenariat efficace mis en place par la Ville de Saint-Denis

Chaque dimanche à Saint-Denis, un gymnase municipal ouvre ses portes à tous les habitants pour jouer librement au tennis de table. Ce dispositif, baptisé "Le dimanche du ping", est co-organisé par la Ville, la Fédération française de tennis de table et un club local [3]. La collectivité met le gymnase et un agent de sécurité à disposition, la fédération mobilise un encadrant, et un éducateur municipal anime la séance. Gratuit, ouvert à tous, ce dispositif a permis *"d'augmenter de 22 % les licenciés FFTT en trois ans à Saint-Denis"* et *"va être reproduit dans plusieurs quartiers de la ville"* selon les mots de Shems El Khalfaoui, deuxième adjoint au sport de la Ville de Saint-Denis. Ce modèle illustre l'efficacité d'une coopération publique-fédérale de proximité.

"Signature de la convention tripartite entre la FFTT, Saint-Denis TT93 et la ville de Saint-Denis"



(de g. à dr.) Jean-Claude Molet, président du SDTT93, Mathieu Hanotin, maire de Saint-Denis, et Gilles Erb, président de la FFTT, accompagnés au second plan par Agathe Avezou et Prithika Pavade, joueuses du SDTT93, et Shems El Khalfaoui, 2ème adjoint.

[3] Fédération Française de Tennis de Table (FFTT). (2025, 5 mars). Saint-Denis, la FFTT et le Saint-Denis TT93 s'associent avec une convention tripartite ambitieuse. [Fédération Française de Tennis de Table](#).



“

On les a interrogés, ils ont répondu, on a mis en place ce qu'ils voulaient...Et ça a marché

”

Shems El Khalfaoui

“

Les gens nous disent : "on ne sait pas où aller", "on ne veut pas faire de compétition", "on veut se faire plaisir et se dépenser"

”

Shems El Khalfaoui



2. VERS UNE OFFRE PLUS INCLUSIVE ET FAVORISANT LE LIEN SOCIAL

Face à l'augmentation des demandes de pratiques plus autonomes et fragmentées, les acteurs du sport adaptent leur modèle. Arkose, réseau de salles d'escalade, propose par exemple une offre souple (ouverture 7j/7, restauration, ambiance conviviale) qui séduit les 18-24 ans, malgré une fidélité limitée.

FOCUS - ARKOSE&CO : LE SPORT RÉINVENTÉ COMME LIEU DE VIE

Arkose&co [4] propose bien plus qu'une salle d'escalade. Leurs établissements, accessibles 7j/7 de 7h à minuit, combinent espaces de grimpe, zone de yoga, bar, restaurant, boutique et coin détente. Ce concept de lieu de vie sportif attire une clientèle large allant des plus jeunes pour la pratique encadrée, aux 15-60 ans et plus pour la pratique libre. En 2025, Arkose&Co est présent en France et en Europe dans plus de 29 établissements. L'entreprise s'engage également dans une démarche écoresponsable forte, en privilégiant des matériaux durables, une restauration locale et bio, et une gestion optimisée de l'énergie. Pour son co-fondateur, Samy Camarzana : « On ne peut pas créer des lieux qui soient que sportif. Le sport c'est beaucoup plus. Chez Arkose on est convaincus que ce modèle de convivialité à un avenir donc on continue d'investir ».

La FFEPGV, première fédération non compétitive, attire surtout les 50 ans et plus avec une offre accessible, ancrée localement, axée sur le sport santé. Ayant compris les enjeux et nouvelles attentes des pratiquants, elle propose deux axes de développement majeurs : des séances en extérieur et une application pour plus d'autonomie. .

FOCUS - COMMENT LA FFEPGV ADAPTE SES OFFRES SPORTIVES POUR RÉPONDRE AUX NOUVELLES ATTENTES ?

Face à la demande croissante d'autonomie, la FFEPGV adapte son modèle centré sur le sport santé. Consciente des limites du modèle en salle et des horaires fixes, elle développe une offre de pratique en extérieur (yoga, fitness, pilates) [5] et une application mobile [6] pour permettre une activité libre, où et quand les adhérents le souhaitent. Selon son directeur général, Philippe Prud'homme « L'axe de développement pour la mandature qui vient, c'est de développer une offre en extérieur pour élargir les créneaux ». La fédération mise aussi sur des séances intergénérationnelles avec une pédagogie adaptée [7]. Mais l'accès aux équipements reste un frein, tout comme la difficulté à capter les publics jeunes ou très autonomes.

[4] Arkose

[5] FFEPVG

[6] EPVG Grand Est

[7] FFEPVG

3. FREINS PERSISTANTS

Malgré l'évolution de l'offre, plusieurs obstacles freinent encore l'accès au sport. Horaires inadaptés aux rythmes professionnels et familiaux, manque d'information sur les dispositifs existants, coûts trop élevés ou éloignement géographique empêchent une large part de la population de pratiquer régulièrement. Les cadres jugés trop rigides, notamment par les jeunes, dissuadent aussi l'engagement.

“ *Les jeunes veulent pratiquer quand ils veulent, où ils veulent, avec qui ils veulent* ”

Shems El Khalfaoui

Lever ces freins suppose d'élargir les formats, d'adapter la communication, et de mieux reconnaître les pratiques en marge des circuits classiques et sortant d'un cadre.



4

PERSPECTIVES ET RÉFLEXIONS

1. RENFORCER ET DÉVELOPPER LES RELATIONS PARTENARIALES ENTRE TOUS LES ACTEURS DU SPORT : FÉDÉRATIONS, ASSOCIATIONS, COLLECTIVITÉS ET ENTREPRISES

Les coopérations public-privé offrent des solutions d'avenir. Certaines collectivités mettent à disposition des fonciers ou des bâtiments, tandis que le secteur privé prend en charge la rénovation ou la gestion des équipements. Cette hybridation permet une plus grande réactivité face à l'évolution rapide des attentes.

“ *Le privé peut nous aider à gagner en souplesse et en rapidité. Il est l'une des solutions pour rester au plus près des usages.* ”

Shems El Khalfaoui



Les partenariats public-privé : une opportunité encore sous-exploitée ?

Pour faire face à la saturation des équipements et aux nouvelles attentes sportives diversifiées, les collectivités explorent des partenariats avec le secteur privé. Plusieurs montages existent : bail emphytéotique administratif (BEA), délégation de service public (DSP), ou conventions de mise à disposition. À Montreuil, un BEA a permis à la société Le Five de rénover un centre sportif sans financement public, tout en garantissant 3 300 heures annuelles aux écoles [8]. Ces partenariats permettent de réduire les coûts, élargir l'offre de pratique et mieux utiliser les créneaux creux. Peu connus, ils restent encore trop rares, mais représentent un levier stratégique pour concilier innovation, inclusion et sobriété budgétaire.

[8] Picot, D. (2024, 8 avril). Le privé, partenaire de jeu des collectivités. [La Gazette des communes](#).

2. Renforcer et développer les relations partenariales entre tous les acteurs du sport : fédérations, associations, collectivités et entreprises

L'exemple de Saint-Denis illustre l'intérêt de démarches participatives. En consultant directement les habitants, la collectivité a su identifier leurs envies et mettre en œuvre des actions concrètes. Ces initiatives redonnent du pouvoir d'agir aux citoyens et renforcent la pertinence des politiques publiques sportives.



3. Développer une offre hybride, adaptée à tous les temps de la vie

Les attentes évoluent : horaires flexibles, pratiques intergénérationnelles, activité de proximité, simplicité d'accès. Le sport doit s'adapter à ces nouvelles temporalités de vie. Les acteurs du sport devront combiner plusieurs modalités de pratique : individuelle, collective, en ligne, en plein air. L'objectif : toucher des publics aux rythmes de vie très diversifiés et à la recherche d'autonomie. Des outils numériques peuvent jouer un rôle important dans cette évolution.

Focus international - La Norvège : "la compétition interdite avant 13 ans"

En Norvège, le sport des enfants repose sur une philosophie claire : favoriser le plaisir, la diversité des pratiques et l'inclusion, sans pression précoce [9]. Jusqu'à 13 ans, les enfants peuvent participer à des compétitions locales ou régionales, mais les classements et championnats nationaux sont interdits avant cet âge. Le temps de jeu est égal pour tous, et la spécialisation sportive n'est pas encouragée avant l'adolescence. Résultat : 93 % des jeunes de 5 à 11 ans sont licenciés et le pays affiche un des meilleurs ratios de médailles olympiques par habitant. Une philosophie qui contraste fortement avec le modèle français plus compétitif dès le plus jeune âge.



[9] La Presse. (2025, février). Ne pas faire de sport compétitif trop tôt. [La Presse](#).

CONCLUSION

Cette matinale a mis en lumière un impératif : adapter l'offre aux réalités démographiques d'aujourd'hui. Le vieillissement de la population et la transformation des attentes des jeunes générations ne sont pas des obstacles, mais des leviers pour faire évoluer l'offre sportive.

Les témoignages recueillis montrent qu'il est possible d'agir, que des initiatives existent déjà, et qu'elles ne demandent qu'à être renforcées. La diversité des âges devient alors une richesse, à condition que les politiques publiques comme les acteurs de terrain sachent s'en saisir. Car au fond, faire du sport un bien commun, c'est offrir à chacun, quel que soit son âge, un espace pour bouger et se rencontrer.

“ *Cette matinale a mis en lumière un impératif : adapter l'offre aux réalités démographiques d'aujourd'hui. Le vieillissement de la population et la transformation des attentes des jeunes générations ne sont pas des obstacles, mais des leviers pour faire évoluer l'offre sportive.* ”

Isabelle Delaunay

BIBLIOGRAPHIE

- Guérin, S. (2019, avril). Les Quincados. Calmann-Lévy.
- Dietsch, G. (2024). Les jeunes et le sport. Penser la société de demain. De Boek Supérieur.
- FFEPGV & Ipsos. (2025, février). 14e Baromètre Sport-Santé FFEPGV x Ipsos : Après les Jeux, des Français en forme olympique. [Fédération Française d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire](#).
- Müller, J., Jauneau-Cottet, P., & Lombardo, P. (2024, décembre). Baromètre national des pratiques sportives 2024. [INJEP – Institut National de la Jeunesse et de l'Éducation Populaire](#).
- Allianz France & IFOP. (2024, avril). Le sport-santé en France – Étude Allianz France-IFOP. [Allianz France](#).
- INSEE. (2021). Une population de plus en plus vieillissante – Projections de population 2021-2070 pour la France (Insee Première n°1881). [Institut national de la statistique et des études économiques](#).
- Cour des comptes. (2025). L'accès des jeunes au sport. [Rapport public annuel 2025, Volume 2](#).
- Lepetit, C., Rannou, P., & Gouguet, J.-J. (2022, mai). Étude nationale sur les attentes et besoins des acteurs du sport. Ministère des Sports.
- La Presse. (2025, février). Ne pas faire de sport compétitif trop tôt. [La Presse](#).

LES LIVRETS DE L'UNION SPORT & CYCLE

Ce livret accompagne une série de podcasts réalisés par
l'UNION Sport & Cycle.

Vous pouvez retrouver les interventions des
personnalités interrogées sur votre plateforme d'écoute
préférée.



AG2R LA MONDIALE

