

Enquête 1sport1coach.com :

Les régions les plus sportives et les plus paresseuses de France

Enquête 1sport1coach.com réalisée auprès de 700 coachs sportifs

Paris, le mardi 3 mars 2015

Tester de nouvelles disciplines sportives, rester en bonne forme ou perdre du poids sous l'œil attentif d'un professionnel séduit de plus en plus de Français. Associé encore souvent au luxe, l'image de ce service est en train d'évoluer mais est-ce LA tendance du moment ? Combien cela coûte, quelle est la discipline la plus pratiquée et quelles sont les régions où il fait bon faire du sport ? 1sport1coach.com, la plateforme qui met en relation des particuliers et des coachs sportifs s'est penchée sur la question.

L'Ile-de-France se détend et les Pays de la Loire se défoulent !

Selon l'enquête de 1sport1coach.com, on compte en France **11 coachs sportifs pour 10 000 habitants**. Mais toutes les régions sont-elles logées à la même enseigne ? Non, car on retrouve le plus de coachs en Ile-de-France et dans le Sud. A contrario, c'est au Nord de la France que l'on en compte le moins (seulement 7 pour 10 000 Français). Quid de l'offre sportive dans chaque région ? C'est encore une fois le Sud de la France qui remporte la palme avec plus de **15 sports différents pratiqués par ses habitants**.

Selon 1sport1coach.com **45% des Français sont accros à l'entretien physique** alors que **les sports de raquettes et le golf ne séduisent que 5% d'entre eux**. On remarque également que les habitants d'**Ile-de-France sont les plus nombreux à pratiquer les disciplines liées à la détente et à la relaxation**. Tandis que les Parisiens stressés ont besoin de se détendre, les habitants des Pays de la Loire aiment se défouler et détiennent le record absolu de pratique des sports de combats.



Pratiquer du sport avec un coach ? Oui ! Mais combien ça coûte ?

COMBIEN COÛTE UN COACH SPORTIF ?



Eh bien... tout dépend ! Car les prix varient en fonction des régions : la remise en forme sous l'œil attentif d'un coach personnel coûte en moyenne **43 euros**. Si on habite en **Ile-de-France**, il faut prévoir au moins **50 euros** pour une séance d'une heure alors que le Nord et le Sud de la France le coût d'accompagnement sportif ne dépasse pas **35 euros/séance**. Le record est détenu par la région Centre dont les habitants ne déboursent pas plus de **31 euros/ heure !**

Pendant que la gente féminine semble sous représentée dans l'accompagnement sportif, une séance avec UNE coach coûte **moins cher**. En effet, les **coachs sportifs-hommes pratiquent les tarifs de 13% plus élevés par rapport aux coachs sportifs-femmes**. On dépensera **44 euros en moyenne pour une séance avec Monsieur** alors

qu'avec Madame on économise 5 euros en moyenne (39 euros par séance).

Le palmarès des régions où on va adorer faire du sport !

Le prix, la disponibilité des coachs sportifs, la richesse de l'offre... 1sport1coach.com a pris en compte tous les facteurs afin de dresser le palmarès des meilleures régions où il fait bon faire du sport. Résultat ? Le Sud de la France remporte dans la majorité de catégories : en effet les régions de **Languedoc-Roussillon et Midi-Pyrénées, suivies des régions de PACA et Rhône-Alpes** offrent à ses habitants le plus grand choix de coachs et de disciplines sportives à des prix défiant toute concurrence !

En termes de coût de l'accompagnement sportif, c'est l'Ile-de-France qui gagne le titre de la région la plus chère avec plus de **50 euros dépensés en moyenne** pour une heure de séance avec un coach. Le constat semble alors évident : pour faire du sport **BOUGEZ !** (et dans le Sud !)

LE PALMARÈS DES RÉGIONS

Quelles sont les meilleures régions pour faire du sport avec un coach ?



| Rang | Région | Choix | Sports | Prix |
|------|---|-------|--------|------|
| #1 | Languedoc-Roussillon + Midi-Pyrénées | ★★★★ | ★★★★ | ★★★★ |
| #2 | Provence-Alpes-Côte d'Azur | ★★★★ | ★★★★ | ★ |
| #3 | Auvergne + Rhône-Alpes | ★★★ | ★★★★ | ★★ |
| #4 | Aquitaine + Limousin + Poitou-Charentes | ★★★ | ★★★ | ★★ |
| #5 | Ile-de-France | ★★★★ | ★★★ | ★ |
| #6 | Pays de la Loire | ★★ | ★ | ★★★★ |
| #7 | Bourgogne + Franche-Comté | ★★ | ★★ | ★★★★ |
| #8 | Normandie | ★ | ★★ | ★★★★ |
| #9 | Alsace + Champagne-Ardenne + Lorraine | ★★ | ★★★ | ★★ |
| #10 | Nord-Pas-de-Calais + Picardie | ★ | ★★ | ★★★★ |
| #11 | Centre | ★ | ★ | ★★★★ |
| #12 | Bretagne | ★★ | ★ | ★ |

A propos de 1Sport1Coach.com

Créée en Juin 2014 par Jean-Christophe Lonjon et Frédéric Monnier, deux entrepreneurs passionnés par le sport, 1Sport1Coach.com est une plateforme qui met en relation les coachs et les sportifs amateurs. Basée à Montpellier, cette start-up innovante est incubée au Business and Innovation Centre.



Katarina Fisiak

katarina@escalconsulting.com

01 44 94 95 76

Maja Jokic

maja@escalconsulting.com

01 44 94 95 68