



## **Près de la moitié des Suisses font du jogging**

***La course à pied est un sport de masse extrêmement populaire en Suisse. Le trail running, en particulier, est actuellement très tendance. C'est ce que montrent les derniers chiffres de l'enquête GfK, commandée par "Swisspo – Département suisse des articles de sport".***

La Suisse n'est pas seulement un peuple de randonneurs et de skieurs, mais aussi un peuple de joggeurs. C'est la conclusion à laquelle on arrive en regardant les chiffres de la dernière étude GfK, réalisée à la demande de "Swisspo - Département suisse des articles de sport". Cette enquête représentative montre que 48% des Suisses font du jogging.

Fait intéressant : la proportion de personnes qui font du jogging quotidiennement a quadruplé au cours des trois dernières années. "Le jogging est très populaire, en particulier dans le domaine du sport de masse, et constitue un marché en pleine expansion en Suisse", explique Urs Rüttimann, expert en "running" au sein du Département suisse des articles de sport de Swisspo. "Il y a beaucoup de gens qui font du jogging une à deux fois par semaine par souci de santé ou de fitness, sans pour autant participer à des compétitions. Eux aussi ont besoin d'un bon matériel pour pratiquer leur hobby".

## **Le chiffre d'affaires le plus élevé à ce jour**

Il n'est donc pas surprenant que le chiffre d'affaires du secteur "running" ait augmenté selon les chiffres de GfK. Pour preuve, le chiffre d'affaires des chaussures de running, qui a atteint l'an dernier 153 millions de francs, soit le niveau le plus élevé jamais enregistré. A titre de comparaison, en 2016, le chiffre d'affaires des chaussures de course en Suisse était encore de 127 millions de francs. Au sein du secteur de la course à pied, on observe en outre une autre tendance : Le secteur du trail running connaît une forte croissance. Rien que l'année dernière, le chiffre d'affaires des ventes de chaussures de trail running a augmenté de 14%. Au cours des cinq dernières années, la hausse a même atteint le chiffre impressionnant de 33 pour cent.

## **Plus proche de la nature qu'aucun autre sport de course**

Quelles sont les raisons pour lesquelles le trail running - c'est-à-dire la course à pied dans le terrain - est si populaire auprès des Suisses ? "Le grand avantage du trail running est qu'on peut le pratiquer partout. Que ce soit sur la côte ou en montagne, il y a toujours des petits sentiers et des chemins que l'on peut utiliser pour le trail running", explique Rüttimann. De plus, le trail running s'inscrit parfaitement dans l'esprit du temps qui veut que l'on soit proche de la nature. Aucun autre sport de course n'est aussi proche de la nature et aussi global pour le corps et l'esprit que le trail running. "Le Trail Running est quasiment la réponse durable au cross ou à l'entraînement de longue distance en club", explique Rüttimann, expert en running de "Swisspo". En effet, pour le trail running, il n'est pas nécessaire de tracer des parcours ou de construire des terrains de sport.

## **Bon pour le corps et l'esprit**

Outre les facteurs de proximité avec la nature et de durabilité, le trail running présente un autre avantage important : c'est un entraînement optimal. "En courant sur un sol rugueux et en franchissant des obstacles, le trail running permet d'entraîner aussi bien l'endurance que la coordination et la réaction. Il faut être capable de stabiliser tout son corps pour pouvoir éviter les racines et les pierres. Cela permet de solliciter davantage de groupes de muscles, et d'autres, que lors d'une course normale", explique Rüttimann. La tête aussi s'entraîne en trail running. Celui qui parcourt des sentiers accidentés avec de nombreux changements de direction et obstacles doit être concentré sur le moment présent. "C'est un super entraînement mental", explique Rüttimann. Le fait que de plus en plus de commerçants d'articles de sport proposent des cours de trail running montre également que ce sport est de plus en plus populaire. Ils réagissent ainsi à la demande croissante en matière d'offres de trail running.

## **Le sondage**

Le sondage représentatif de la population suisse âgée de 16 à 74 ans a été réalisé en mai 2022 par l'institut d'études de marché GfK. Toutes les données démographiques (sexe, région, âge, etc.) ont été prises en compte. Ce sondage a été réalisé sur mandat de "Swisspo - Département suisse des articles de sport".

## **Contact**

Si vous avez des questions ou si vous avez besoin d'informations supplémentaires, n'hésitez pas à nous contacter à l'adresse [info@swisspo.ch](mailto:info@swisspo.ch) ou [www.swisspo.ch](http://www.swisspo.ch).

Traduit avec [www.DeepL.com/Translator](http://www.DeepL.com/Translator) (version gratuite)