

# APNEE ET RANDONNEE SUBAQUATIQUE (PMT)

**Auteurs** : Thierry Michot\*, Guillaume Routier\*\*, Brice Lefèvre\*\*, Olivier Aubel\*\*\*

\* *Université de Bretagne Occidentale*

\*\* *Université Claude Bernard Lyon 1, Laboratoire sur les Vulnérabilités et l'Innovation dans le Sport*

\*\*\* *Université de Lausanne*

**Source** : Baromètre Sports et loisirs de nature 2016. PRNSN ; FPS ; Université Lyon 1 ; Université de Bretagne Occidentale

## VOLUMES DE PRATIQUANTS


**En 2016, la France compte environ de 2,5 millions d'adeptes de l'apnée**

5,5 % des Français âgés de 15 à 70 ans déclarent avoir pratiqué au moins une fois l'apnée ou la plongée libre au cours des douze derniers mois. Ces pratiquants représentent un peu plus de 2,5 millions de pratiquants occasionnels ou réguliers, quel que soit le milieu d'évolution. Parmi ces derniers, moins d'un sur dix indique pratiquer régulièrement cette activité, ce qui représentent environ 237 000 pratiquants réguliers d'apnée en France. Par ailleurs, 41 % des apnéistes déclarent ne pratiquer que durant des périodes de vacances.



## 2,5 MILLIONS DE FRANÇAIS PRATIQUENT L'APNÉE ET PMT

 **68 %**  
sont des  
hommes

 **67 %**  
ont des  
parents  
sportifs

 **41 %**  
ont de  
15 à 29 ans

# MODALITES DE PRATIQUE

## Une initiation en famille

39 % des apnéistes ont découvert l'activité en famille. Ils sont la même proportion à l'avoir découverte avec des amis, et 6 % avec des collègues de travail. Le club n'est pas forcément la voie de la découverte, avec seulement 16 % des pratiquants, que ce soit avec des amis ou en famille. 21 % ont découvert l'apnée par eux-mêmes, malgré les risques de la pratique. Dans ce contexte, l'âge médian de début de pratique de l'apnée se situe entre 14 et 15 ans, ce qui est à la fois surprenant et finalement assez logique au regard d'une découverte de l'activité en majorité dans le cadre familial.

## L'apnée est pratiquée majoritairement en autonomie

Seulement 30 % des apnéistes pratiquent dans un cadre organisationnel de type associatif et 21 % dans une structure commerciale. Aussi, 47 % des répondants ne font jamais appel à un encadrement, 13 % bénéficient des conseils d'autres pratiquants. 28 % des pratiquants font appel à un encadrement régulier ou permanent. 61 % ne participent jamais à une manifestation ou à une compétition (près de 21 % participent tout de même à au moins deux rassemblements par an).

## Une activité pratiquée plutôt en solitaire

Malgré les avertissements réguliers des autorités sur les dangers de la pratique solitaire de l'apnée ou de la plongée libre, 39 % des pratiquants plongent seuls, au moins de temps en temps. Quand ils vont sous l'eau à plusieurs, c'est généralement avec des amis (29 %), en couple (29 %) ou en famille (30 %), mais rarement avec des collègues de travail (3 %). Le cercle familial et les amis restent ainsi les principaux accompagnants.

## Des pratiquants qui estiment avoir un niveau plutôt moyen

Sur une échelle de 1 (niveau débutant) à 5 (niveau expert), 33 % des pratiquants de l'apnée se situent à un niveau moyen (3 sur 5), 21 % de bon niveau (4 sur 5), et seulement 9 % de niveau expert.

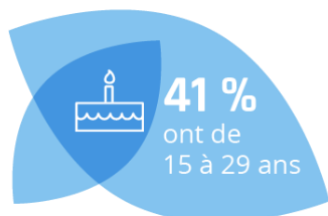


### Paroles de pratiquants

« Je pratique l'apnée comme un loisir. Au début j'avais du mal à tenir 30 secondes alors que maintenant je tiens facilement 2 minutes sans échauffement. Et quand je suis en forme je peux aller jusqu'à pas loin de 3 minutes mais je n'ai pas encore passé cette barre. » Lucas, 30 ans

# PROFIL DES PRATIQUANTS

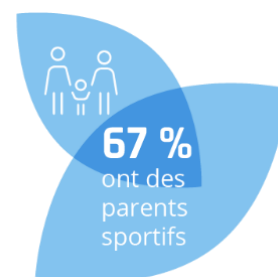
## Des hommes, plutôt jeunes



Bien que ne faisant pas partie des sports particulièrement genrés, l'apnée reste une pratique significativement plus masculine que les autres activités de nature (63 % d'hommes contre 51 % dans les autres sports et loisirs de nature). Et elle reste une activité engagée, qui voit la pratique diminuer avec l'âge (seulement 17 % de plus de 50 ans, et le reste à parts égales entre les 15/29 ans et les 30/49 ans). Cette part des 50-70 ans chez les pratiquants de l'apnée ou de la plongée libre est par ailleurs significativement inférieure à cette même

part chez les pratiquants d'autres activités de nature (33 %). On retrouve donc logiquement 7 % de retraités (contre 19 % chez les non-pratiquants) et à l'autre bout de la pyramide des âges, 13 % de lycéens et d'étudiants. 9 % des apnéistes sont des actifs.

Sur une échelle sociale à trois niveaux (catégories populaires, moyennes et supérieures)<sup>1</sup>, l'apnéiste français est à 40 % issu des catégories populaires, contre 33 % pour les catégories moyennes et 27 % pour les catégories sociales supérieures. Notons cependant que si les catégories inférieures sont proportionnellement plus présentes, les catégories supérieures y sont tout de même surreprésentées par rapport aux non pratiquants de l'activité. 46 % d'entre eux n'ont pas le baccalauréat, mais la part de collégiens et de lycéens modère un peu cette donnée. 39 % sont diplômés de l'enseignement supérieur. Notons enfin que les apnéistes français sont 67 % à déclarer avoir des parents sportifs.



## Les adeptes de l'apnée sont également investis dans d'autres sports ou loisirs de nature

Les pratiquants de la plongée en apnée déclarent pratiquer en moyenne 6,4 autres sports ou loisirs de nature par an, parmi lesquels : la randonnée pédestre (38 %), le vélo (36 %) et le VTT sur pistes et chemins (33 %).

Cette diversité de pratique est parmi les plus élevées, ce qui semble cohérent avec le profil social et démographique des pratiquants. En effet, ils sont plus que la moyenne des pratiquants de sports de nature, jeunes, masculins, actifs, diplômés et de catégorie sociale supérieure, autant de catégories traditionnellement plus amatrices de sports de nature.

**Ceci étant, malgré le phénomène du Grand Bleu et les splendides vidéos parfois virales d'apnéistes de l'extrême, le réservoir de pratiquants potentiels n'est pas très élevé, avec 2,4 % des Français qui voudraient découvrir cette activité. Ce n'est pas surprenant, dans un pays qui, bien que bordé de 5 800 kilomètres de côtes pour la seule métropole (et plus de 18 000 pour l'ensemble des espaces maritimes sous juridiction française), cherche toujours le bon système de formation pour développer le goût des milieux aquatiques**

<sup>1</sup> La construction de cette échelle à trois niveaux a été réalisée en regroupant différentes modalités de réponse à la question des professions et catégories socioprofessionnelles (PCS). Ouvrier·ère chauffeur·e, Employé·e, agent ou personnel de service ont été regroupés dans la catégorie « populaire ». Agriculteur·trice exploitant, artisan, commerçant·e, chef d'entreprise, professions intermédiaires ont été regroupés dans la catégorie « moyenne ». Enfin, cadre, profession intellectuelle supérieure, professions libérale représentent la catégorie supérieure.

auprès de l'ensemble de la population. Les quelques accidents mortels parfois médiatisés n'aident pas non plus à attirer de nouveaux pratiquants.

## NOTE METHODOLOGIQUE

**Source** : Baromètre sports et loisirs de nature 2016

**Échantillon** : Enquête réalisée auprès 4 014 Français âgés de 15 à 70 ans. Échantillon représentatif de la population française (échantillonnage par quota représentatif sur les critères suivants : âges par sexe, niveau d'étude, région, taille d'unité urbaine, taille du foyer).

**Périmètre de l'étude et définition** : les sports et loisirs de nature c'est-à-dire toutes les activités physiques, sportives ou de loisirs sportifs de nature ne nécessitant pas d'infrastructure spécifique (sports collectifs exclus).

**Mode de recueil** : enquête en ligne autoadministrée. Pour les 15/17 ans, l'interrogation s'est faite par l'intermédiaire de la mère ou du père qui l'accompagne pour compléter ses réponses.

### Les premiers sports et loisirs de nature des Français en 2016

Rang	Activités	Taux (%)	Extrapolation (en millions)
1	Randonnée pédestre	34,4	15,9
2	Vélo de route et sur piste cyclable	19,3	8,9
3	VTT sur pistes et chemins	16,4	7,6
4	Ski alpin, ski freestyle, ski free ride	11,9	5,5
5	Sports de plage	11,6	5,4
6	Accrobranche	10,0	4,6
7	Luge	6,6	3,1
8	Équitation	5,8	2,7
9	Marche nordique	5,7	2,6
10	Ski de fond, ski nordique	5,7	2,6
11	Canoë-kayak et sports de pagaie : kayak de mer, pirogue, dragon boat	5,5	2,5
12	<b>Apnée, plongée libre</b>	<b>5,4</b>	<b>2,5</b>
13	Raquette à neige	4,8	2,3

**Source** : Baromètre Sports et loisirs de nature 2016. PRNSN ; FPS ; Université Lyon 1 ; Université de Bretagne Occidentale. **Traitements** : Brice Lefèvre et Guillaume Routier