

05

Le vélo et les activités de cycle

« Moi, j'habite un petit village. Mes copains étaient là, on allait faire du VTT dans les chemins et les forêts, on allait à l'aventure. Des fois même on se perdait. C'était au départ un copain du village qui a commencé à en faire. Maintenant, j'y vais régulièrement, cela me prend souvent mon dimanche matin. Des fois tout seul ou avec un ou deux potes. C'est pas compétitif, c'est du loisir, je suis pas en club. Cela me permet de me défouler et d'être dans la nature. Cela permet de faire de l'exercice, d'être avec des amis et dans la nature. Pour l'équipement, c'est personnel. J'ai du matériel d'occasion à part le casque et les protections parce qu'un bon VTT neuf, ça coûte environ 3 000 euros quand même. »

(Homme de 34 ans, de profession intermédiaire ; propos recueillis par l'auteur du chapitre.)



Méthodologie

L'ENPPS 2020 permet de distinguer 18 modalités de pratique vélocipédique (tableau ci-dessous).

Composition de la famille d'activités de vélo

Vélo

Vélo/cyclisme ; BMX ; bi-cross ; cyclisme en salle ; cyclisme sur piste ; cyclisme sur route ; cyclospor ; cyclotourisme ; randonnée à vélo ; VTT ; vélo de course ; vélo de ville ; VTC (vélo tout chemin) ; VTR (vélo toute route) ; VTT de descente ; vélo de route ; fatbike ; autre type de vélo

* L'ensemble des tableaux détaillés de l'enquête ENPPS par univers ainsi que d'autres résultats complémentaires sont disponibles sur le site de l'INJEP (www.injep.fr).

Globalement engagée sportivement et revendiquant être en bonne santé, la population des cyclistes appartient aussi majoritairement à une fraction relativement favorisée de la population française. La population des adeptes de la petite reine n'est cependant pas homogène, mais scindée en deux groupes. Le premier, composé d'hommes plutôt jeunes, réunit ceux qui font de cette activité le pôle organisateur de leur existence. Le second groupe, plus féminin, comprend celles et ceux pour qui le vélo est une occupation du temps libre qui ne prend pas le pas sur la vie de famille ou professionnelle.

Traditionnellement engin de déplacement privilégié de la population jusque dans les années 1950, la bicyclette voit son marché s'effondrer à ce moment clé, concurrencée par la motocyclette et plus encore par l'automobile dont se dotent massivement les ménages. Le vélo devient dès lors un engin réservé essentiellement aux pratiques de loisir¹. Soixante-dix ans plus tard, tout se passe comme si les Français redécouvraient les mérites de la petite reine. La recherche de mobilités alternatives, non polluantes à l'heure de la nécessaire conversion écologique, la pratique d'une activité physique quotidienne ou encore l'évitement de la proximité dans les transports en commun en temps de pandémie sont autant de facteurs qui ont favorisé la redécouverte du vélo.

Les acteurs publics ont également mis en place des infrastructures protégeant les déplacements à vélo mais aussi des incitations fiscales, comme la baisse de la TVA ou encore l'opération « coup de pouce vélo » qui a permis la réparation d'1,7 million de bicyclettes². Dès lors il n'est guère étonnant que le vélo connaisse un regain d'intérêt considérable et pas uniquement pour son utilité dans les déplacements du quotidien. Ainsi, en dehors des usages utilitaires, la pratique du vélo figure parmi les cinq activités physiques et sportives préférées des Français avec 18,8 millions d'adeptes, soit 34 % des personnes âgées de 15 ans et plus résidant en France en 2020 (*tableau 1*).

Ce que l'on appelait à la fin des années 1960 simplement « le vélo » a vu ses modalités se diversifier avec plus de 18 désignations différentes (voir encadré méthodologique). La plus populaire de ces modalités est le VTT avec 16,1 %, soit 8,9 millions de pratiquants, devant le vélo de ville (15,1 %, soit 8,3 millions) et le vélo de course/cyclisme (3,2 %) ou sur route (2,0 %).

1 Calvet J., 1981, *Le mythe des géants de la route*, Grenoble, Presses universitaires de Grenoble.

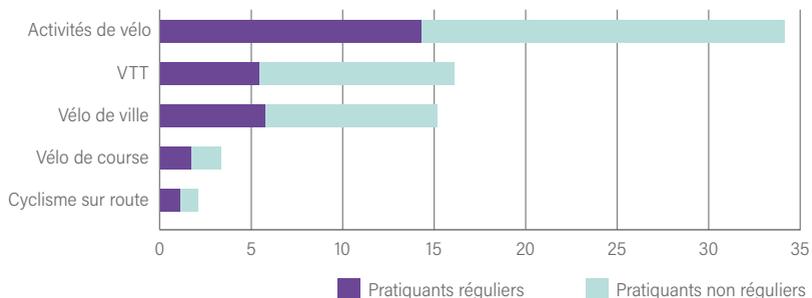
2 www.fub.fr/fub/actualites/succes-operation-coup-pouce-velo-bilan-operation-succes.

Tableau 1. Démographie des activités de vélo les plus représentées dans la population en 2020

	Pratiquants au moins une fois dans l'année		Pratiquants réguliers	
	En %	Effectif (en millions)	En %	Effectif (en millions)
Activités de vélo	34,0	18,8	14,2	7,8
Dont VTT	16,1	8,9	5,3	2,9
Dont vélo de ville	15,1	8,3	5,7	3,1
Dont vélo de course	3,2	1,8	1,6	0,9
Dont cyclisme sur route	2,0	1,1	1,0	1,0

Source : ENPPS 2020, INJEP/MEDES, Direction des sports. Champ : personnes âgées de 15 ans et plus résidant en France.
 Lecture : en 2020, 16,1 % des personnes âgées de 15 ans et plus résidant en France déclarent avoir pratiqué le VTT au moins une fois au cours des douze derniers mois (hors pratiques exclusivement utilitaires), ce qui représente 8,9 millions de personnes ; 5,3 % des personnes déclarent l'avoir pratiqué au moins une fois par semaine, soit 2,9 millions de personnes.

Graphique 1. Taux de pratique des activités de vélo (en %) en 2020



Source : ENPPS 2020, INJEP/MEDES, Direction des sports. Champ : personnes âgées de 15 ans et plus résidant en France.
 Lecture : en 2020, 16,1 % des personnes âgées de 15 ans et plus résidant en France déclarent avoir fait du VTT au moins une fois au cours des douze derniers mois : 5,3 % déclarent pratiquer au moins une fois par semaine tandis que 10,8 % pratiquent de manière occasionnelle.

La structure bipolaire des investissements vélocipédiques

Les données que fournit la présente enquête sur les pratiques sportives des Français âgés de 15 ans et plus en 2020 nous permettent de mettre au jour la structure bipolaire de l'espace des modalités de pratique du vélo, hors pratiques utilitaires³ (tableau 2). D'un côté se trouve la majeure partie des adeptes de la petite reine, pratiquant pour l'essentiel le VTT et le « vélo de ville ». De l'autre, les cyclistes sur route juchés sur leur vélo de course.

Une pratique occasionnelle à VTT ou vélo de ville pour profiter de la nature

Alors que dans leur ensemble, 60 % des activités physiques ou sportives donnent lieu à une pratique occasionnelle, c'est le cas de 67 % des activités de VTT, même si pour 63 % (comme pour 62 % des activités de « vélo de ville »), la pratique ne connaît aucune saisonnalité. En accord avec cette fréquence relativement faible, 48 % des vététistes ou 43 % des cyclistes urbains se disent « débutants » ou « débrouillés » et, dans les deux cas, environ un tiers se situe à un niveau intermédiaire. La pratique des formes tout terrain et urbaine semble être l'occasion de jouir de la nature. Assez logiquement, 91 % des vététistes et 61 % des adeptes du vélo de ville choisissent en effet les forêts, le bord de mer ou de lac, voire la montagne et la campagne, pour leurs sorties.

Notant de 1 à 5 l'importance des différentes motivations possibles de leur pratique, les vététistes de manière cohérente avec la localisation de leur pratique y voient un moyen de fréquenter la nature (3,7/5), de prendre du plaisir (4,1), mais aussi de s'entretenir (3,9), de préserver ou de restaurer leur santé (4,1) ou de se défouler (3,6). Le risque (1,1) et la compétition (1,3) ne semblent pas motiver leurs sorties à vélo. Mais l'aventure (2,2) est moins en retrait que chez les autres pratiquants. Pour les adeptes du vélo de ville, la logique est identique : la compétition ou la prise de risque obtiennent des notes très basses (respectivement 0,8 et 0,7/5) ; les motivations liées à la santé (4,1) et au bien-être psychologique (3,9) semblent être les deux plus déterminantes.

3 Un glossaire est à la disposition du lecteur en p. 213. Il définit les termes propres à la description des pratiques sportives (institutionnalisation, sportivisation, etc.) et ceux plus spécifiques à l'enquête et à sa passation (déclaration spontanée, pratique utilitaire, etc.).

Tableau 2. Modalités de pratique des activités de vélo (en %) en 2020

	VTT	Vélo de ville	Vélo de course	Cyclisme sur route	Univers du vélo	Ensemble des pratiques
Volume de pratique						
Moins qu'hebdomadaire (moins de 52 séances/an)	67	63	51	48	62	60
Bi-hebdomadaire et plus (104 séances et plus/an)	17	24	28	33	22	23
Période						
Tout au long de l'année	63	62	80	78	64	55
Institutionnalisation						
Rassemblement	4	1	9	11	3	4
Compétition	1	0	4	6	1	3
Niveau perçu						
Débutant et débrouillé	48	43	40	29	46	40
Intermédiaire	37	37	37	45	37	27
Confirmé et expert	15	20	23	26	18	14
Sociabilité						
Pratique en solo	55	58	72	64	58	38
Lieu						
En milieu naturel : dans une forêt, un bois, à la mer, sur un lac, à la montagne, à la campagne, etc.	91	61	85	87	76	53
En ville : dans un parc, un jardin public, une rue, etc.	27	63	24	41	40	19

Source : ENPPS 2020, INJEP/MEDES, Direction des sports. Champ : personnes âgées de 15 ans et plus résidant en France.
Lecture : 78 % de la pratique de cyclisme sur route a lieu tout au long de l'année ce qui est plus important que pour l'ensemble des pratiques (55 %).

Cyclisme sur route et vélo de course... supports d'une pratique mode de vie

Si les adeptes du vélo de route et du cyclisme sont moins nombreux (respectivement 1,8 million et 1,1 million), ces deux catégories sont les plus investies dans leur activité. Signe d'une volonté d'être identifiés en tant que sportifs comme cyclistes avant tout, lorsqu'il s'est agi de déclarer leurs activités, 100 % des cyclistes sur route l'ont fait spontanément alors que ce n'est le cas que de 48 % des usagers du vélo de course et de 34,5 % de leurs homologues urbains. En cohérence avec ce marquage identitaire, tout se passe comme si la pratique du cyclisme sur route ou l'usage du vélo de course était un élément organisateur de leur mode de vie, à la différence des vététistes et cyclistes urbains. Tandis que 23 % de l'ensemble des activités physiques et sportives donnent lieu à une pratique assidue (104 séances et plus dans l'année, c'est-à-dire au moins deux fois par semaine), cela concerne un tiers (33 %) des activités de cyclisme sur route. Par contraste, ce n'est le cas que de 17 % des activités de VTT. Si les cyclistes sur route ne sont que 6 % et les usagers du vélo de course que 4 % à pratiquer la compétition, soit significativement plus que dans l'ensemble des pratiquants (3 %), ils sont respectivement 11 % et 9 % à fréquenter les rassemblements qui prennent le nom dans le jargon de « cyclosportives » telles *l'Ardéchoise*, *la Time Megève Mont-Blanc* ou, pour la plus prestigieuse, *l'Étape du Tour*. Assez logiquement, ces cyclistes les plus assidus se disent confirmés ou experts pour 26 % des cyclistes sur route et 23 % des usagers du vélo de course et, à tout le moins, de niveau intermédiaire pour 45 % des « routiers » et 37 % des « coursiers ».

La pratique du vélo comme élément d'un style de vie sportif

Globalement tous les adeptes du vélo sont plus investis sportivement que les Français de 15 ans et plus. Tandis que ces derniers ne sont que 55 % à pratiquer plus d'une fois par semaine (toutes activités physiques et sportives [APS] confondues), les adeptes de la petite reine déclarent plus souvent une fréquence plus élevée, en cohérence avec ce qui vient d'être dit plus haut pour les cyclistes sur route (68 %) et les adeptes du vélo de course (70 %) (*tableau 3*). Indicateur de cet investissement sportif au-delà de la pratique du vélo, les cyclistes sont omnivores en termes de sports, voire voraces, quelle que soit la modalité considérée. Les vététistes sont ainsi 63 % à déclarer avoir pratiqué plus de sept activités au cours des douze derniers mois contre « seulement » 32 % de l'ensemble des pratiquants ayant déclaré au moins une activité physique ou sportive. Les cyclistes sur route (64 %) ne se distinguent pas des vététistes sur ce point, tout comme les adeptes du vélo de course (65 %) ou encore ceux du vélo de ville (57 %).

Tableau 3. Profil sportif des pratiquants des activités de vélo (en %) en 2020

	VTT	Vélo de ville	Vélo de course	Cyclisme sur route	Univers du vélo	Ensemble des pratiquants
Fréquence globale de pratique (toutes APS pratiquées confondues)						
Deux fois/semaine ou plus	56	54	70	68	56	55
Portefeuille des pratiques						
7 à 12 APS pratiquées dans l'année	43	39	39	41	39	24
Plus de 12 APS pratiquées dans l'année	20	18	26	23	16	8
État de santé perçu						
Mauvais ou très mauvais	3	3	2	2	3	6
Bon ou très bon	77	76	81	81	75	69
Institutionnalisation (toutes APS pratiquées confondues)						
Compétition/Rassemblement	29	19	44	36	23	18
Possède une licence	28	23	39	30	25	20
Pratique encadrée	40	43	43	41	39	35
Club/Association	43	46	54	46	44	38
Sportivité des parents						
Mère sportive	26	28	26	23	25	23
Père sportif	47	46	45	48	44	41

Source : ENPPS 2020, INJEP/MEDES, Direction des sports. Champ : personnes âgées de 15 ans et plus résidant en France.

Note : le portefeuille des pratiques ne comprend pas les APS exclusivement utilitaires.

Lecture : 70 % des pratiquants de vélo de course ont pratiqué une activité physique ou sportive (pratiques utilitaires incluses) au moins deux fois par semaine au cours des douze derniers mois, ce qui est plus important que pour l'ensemble des pratiquants (55 %).

Il a par ailleurs été montré que l'adoption d'un style de vie sportif est souvent le produit d'une socialisation familiale⁴. La sportivité des parents prise en compte dans cette enquête montre ainsi, tout au moins pour les adeptes du VTT et du vélo de ville, le lien entre le fait d'avoir une mère ou un père sportif et le fait d'être adepte de ces deux modalités. Ainsi 47 % des vététistes ont un père sportif et 26 % une mère sportive. Ce n'est le cas que de 41 % des sportifs français pour ce qui est du père et 23 % pour leur mère. De la même manière, les adeptes du vélo de ville sont 28 % à avoir une mère sportive et 46 % un père sportif.

En lien avec ce positionnement sportif fort et qu'elle en soit la cause ou l'effet, la pratique du vélo a pour adeptes des Français qui s'estiment en bonne, voire très bonne santé, qu'ils s'adonnent au VTT (77 %), au vélo de ville (76 %) et plus encore au vélo de course (81 %) ou au cyclisme sur route (81 %).

Les adeptes d'une pratique compétitive et fortement institutionnalisée sont sur-représentés parmi les cyclistes : 36 % des cyclistes sur route, 44 % des adeptes du vélo de route ou encore 29 % des vététistes déclarent avoir participé à des compétitions ou rassemblements sportifs, quand cela ne concerne que 18 % de l'ensemble des pratiquants âgés de 15 ans et plus. Autre indicateur de cette institutionnalisation forte de la pratique sportive des vélocipédistes, 30 % des cyclistes sur route, 39 % des amateurs de vélo de course et 28 % des vététistes ont une pratique sportive licenciée alors que ce n'est le cas que de 20 % de l'ensemble des sportifs. Au-delà de la prise d'une licence, ces cyclistes privilégient le cadre associatif : alors que ce n'est le cas que de 38 % de l'ensemble des sportifs, 43 % des vététistes, 46 % des amateurs du vélo de ville, 54 % du vélo de course et 46 % des cyclistes sur route pratiquent en effet en club ou en association.

Si cette institutionnalisation forte de leur profil sportif est en soi surprenante, elle l'est encore plus lorsque l'on considère qu'ils sont adeptes d'une pratique encadrée, comme 40 % des vététistes, 43 % des adeptes du vélo de ville et 43 % pour le vélo de course. Ce constat est étonnant car s'agissant de leur pratique du vélo, 55 % des vététistes, 58 % des pratiquants du vélo de ville ou encore 72 % des adeptes du vélo de course et 64 % des cyclistes sur route déclarent également une pratique solitaire. Mais il est important ici de nuancer ce constat en considérant que la population des cyclistes est clivée entre les amateurs de la pratique sportive instituée et ceux de la pratique plus libre.

4 MEOS, INSEP, 2016, *La pratique des activités physiques et sportives en France. Résultats de l'enquête menée en 2010 par le ministère en charge des sports et l'Institut national du sport, de l'expertise et de la performance*, Paris, INSEP [\[en ligne\]](#).

Tableau 4. Sociodémographie des pratiquants des activités de vélo (en %) en 2020

	VTT	Vélo de ville	Vélo de course	Cyclisme sur route	Univers du vélo	Ensemble de la population
Sexe						
Femme	29	60	15	32	43	52
Homme	71	40	85	69	57	48
Âge						
15 à 29 ans	25	25	22	24	22	21
30 à 49 ans	42	32	34	34	36	31
Diplôme						
Inférieur au bac	48	40	44	45	46	53
Supérieur au bac	32	40	36	35	35	29
Catégorie socioprofessionnelle						
Cadres et professions intellectuelles supérieures	15	19	23	19	17	14
Professions intermédiaires	24	24	25	22	25	21
Ouvriers	18	9	18	16	15	15
Élèves, étudiants	15	16	14	16	13	11
Situation financière perçue						
À l'aise, correcte	68	72	75	68	70	64
Difficile	8	8	5	7	8	12

Source : ENPPS 2020, INJEP/MEDES, Direction des sports.

Champ : personnes âgées de 15 ans et plus résidant en France.

Note : les retraités ont été reclassés en fonction de la dernière profession connue. Les étudiants sont distingués des autres personnes sans activité professionnelle car leur comportement en termes de pratiques sportives est plus spécifique.

Lecture : 71 % des adeptes de VTT sont des hommes, ce qui est largement supérieur à l'ensemble de la population enquêtée où ils ne sont que 48 %.

Le profil sociodémographique des vélocipédistes

Aux étudiants et jeunes actifs le VTT, aux jeunes femmes le vélo de ville

Si ce n'est le vélo de ville, marqué par la présence de 60 % de femmes, ce qui est légèrement supérieur à l'ensemble des pratiquants et non-pratiquants, les autres modalités sont nettement marquées par la surreprésentation des hommes (*tableau 4*). Tel est le cas du cyclisme sur route (69 %), du VTT (71 %) et plus encore des usagers du vélo de course (85 %). En termes d'âge, les seuls qui se distinguent sont les vététistes, marqués par la présence des 15-29 ans (25 %) et plus encore par les 30-49 ans (42 %). De manière logique, les étudiants qui représentent 15 % des vététistes ne sont que 11 % parmi l'ensemble des enquêtés. La masculinité et la jeunesse relatives de la population des vététistes sont sans doute à mettre en lien avec l'appétence des hommes jeunes pour les pratiques objectivement ou subjectivement perçues comme plus risquées, comme cela a pu être montré par ailleurs⁵.

Les catégories sociales les plus favorisées sont les plus présentes

La description du positionnement social des adeptes des quatre modalités les plus populaires de la pratique du vélo permet de dessiner le portrait d'une population plutôt favorisée. Le premier indicateur est le capital scolaire des adeptes de la bicyclette appréhendé à partir du niveau de diplôme. Qu'il s'agisse du VTT (32 %), du vélo de ville (40 %) ou encore du vélo de course (36 %), les adeptes de ces modalités sont dotés d'un diplôme supérieur au bac. Ces plus diplômés sont donc surreprésentés par rapport à l'ensemble de la population (pratiquants et non-pratiquants), où 29 % ont un niveau de diplôme supérieur au bac.

Il existe cependant un clivage entre les adeptes du VTT et ceux du vélo de ville, mais aussi de route, en termes de catégories socioprofessionnelles. Tandis que les ouvriers et les professions intermédiaires sont surreprésentés parmi les vététistes (respectivement 18 % et 24 % contre 15 % et 21 % dans la population globale), ce sont les cadres et professions intellectuelles supérieures qui le sont parmi les adeptes du vélo de ville (19 %) et du vélo de course (23 %), sachant que cette catégorie socioprofessionnelle ne représente que 14 % des 15 ans et plus.

5 Routier G., Isner J., Lefèvre B., 2021, « The accidentology of sport in France through the prism of the legitimacy theory. A first multilevel quantitative approach », *International Review for the Sociology of Sport*, n° 7, vol. 57.

Néanmoins, s'agissant d'évaluer leur situation financière, les personnes s'estimant à l'aise sont surreprésentées parmi les adeptes du vélo. Tandis que cette catégorie représente 64 % de l'ensemble de la population enquêtée, elle compose 68 % des vététistes, 72 % des adeptes du vélo de ville ou encore 75 % des adeptes du vélo de course. Assez logiquement, les habitants des quartiers prioritaires de la ville (QPV) sont sous-représentés parmi les cyclistes toutes modalités confondues. Pour finir et rester dans cette approche « géographique », il faut noter que le VTT est l'apanage des habitants des zones rurales (29 % parmi les vététistes contre 22 % en moyenne) ou des agglomérations de 2 000 à moins de 100 000 habitants (35 % contre 31 %). Il est presque évident de mettre cela en lien avec la facilité d'accès à des espaces naturels de pratique dans ce type d'habitat par rapport aux villes de plus grande taille. D'ailleurs, tout aussi logique est la surreprésentation des usages du vélo de ville... dans les villes de 100 000 habitants et plus.

Conclusion : une population plutôt favorisée et doublement clivée

Globalement engagée sportivement, revendiquant être en bonne santé, la population des cyclistes est aussi majoritairement une fraction relativement favorisée de la population française. Cette dernière trouve dans sa pratique vélocipédique matière à se maintenir en santé, se détendre, fréquenter la nature ou les espaces verts des villes. La population des adeptes de la petite reine n'est cependant pas homogène. Elle est parcourue par deux lignes de séparation. La première de ces lignes est celle assez classique dans toutes les pratiques sportives, et en particulier dans les pratiques d'endurance, entre ceux qui font de leur activité le pôle organisateur de leur existence et ceux pour lesquels il s'agit d'une occupation dans le temps libre laissé par la vie de famille. Le cycliste sur route, le plus souvent un homme, va ainsi calibrer son alimentation, trouver moyen d'aller rouler ou « border » trois fois par semaine, investir patiemment dans sa machine pour se construire un vélo que ne renierait pas Julian Alaphilippe⁶. Signe de cet investissement, le « routier » qui peut être « coursier » s'identifie à 100 % spontanément comme cycliste.

À l'opposé le pôle plus « détendu » voit dans un vélo de route un engin de souffrance où l'on est obsessionnellement couché au point de ne pas pouvoir admirer le paysage et d'avoir mal au dos alors que l'on pourrait être confortablement assis droit avec un guidon bien haut et une selle moelleuse, le nez au vent. Même si le cyclisme féminin d'élite a le vent dans le dos et que les femmes sont de plus en plus présentes dans les pelotons cyclosporitifs, elles appartiennent majoritairement

⁶ Cycliste français, double champion du monde sur route en 2020 et 2021.

au pôle « détendu » de la population cycliste. C'est d'ailleurs selon cette même logique qu'elles constituent un second pôle sur la seconde ligne de séparation qui distingue les adeptes de la modalité perçue comme la plus risquée, le VTT, dont les amateurs sont à la fois des hommes et des jeunes. On retrouve ici un constat partagé par de nombreuses enquêtes sur la masculinité et la jeunesse des adeptes des pratiques les plus à risque en matière de sport.

Auteur

Olivier Aubel, maître de conférences en sociologie du sport, Laboratoire interdisciplinaire en études culturelles (LINCS), université de Strasbourg.