

# Le Baromètre du Running

by **RUN  
MOTION** COACH



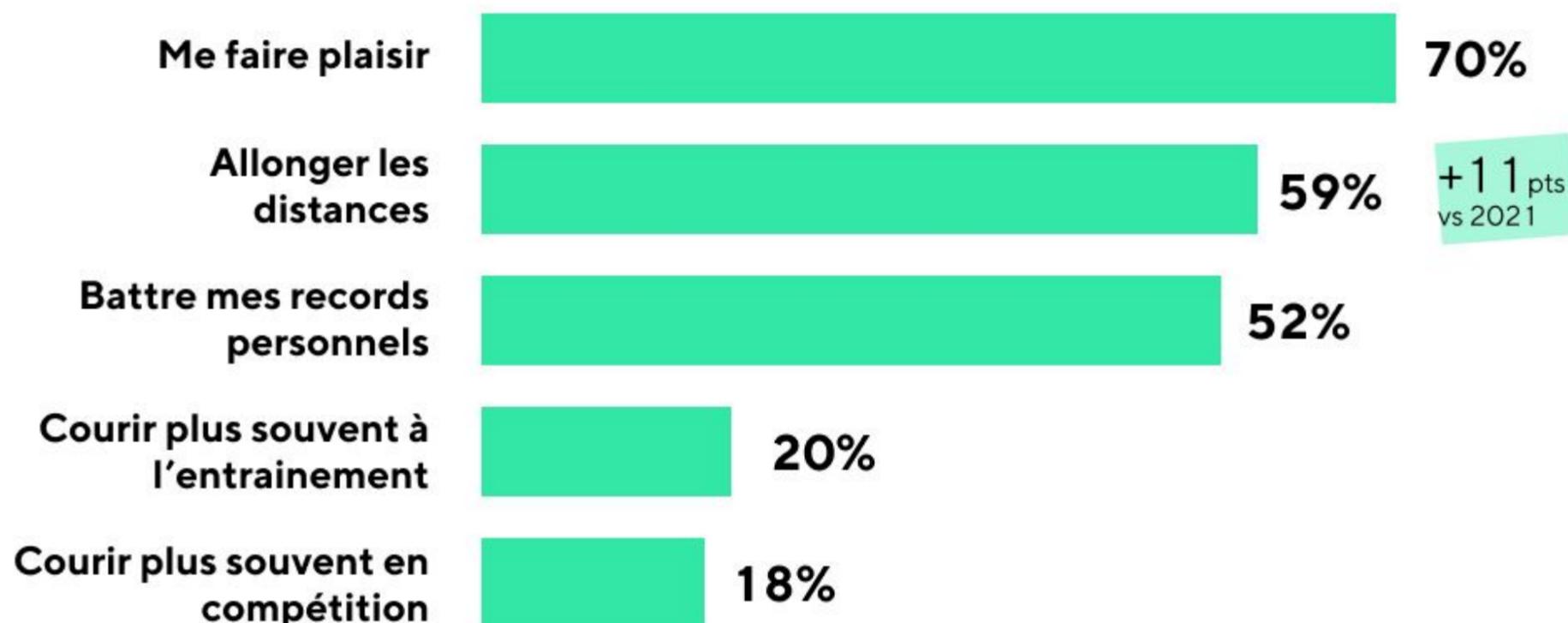
**Etude réalisée en Mai 2022**  
par RunMotion Coach auprès des  
coureurs réguliers en France

# Baromètre du Running 2022

Auprès des coureurs réguliers en France  
(au moins 2 fois par semaine)

**RUN**  
par **MOTION** COACH

## En 2022, les coureurs réguliers veulent allonger les distances



Les coureurs ayant repris goût à la compétition en 2021, ils se reprojettent sur de nouveaux défis, notamment allonger les distances  
Tout en gardant leur moteur #1 : le plaisir !

## En 2022, les coureurs réguliers courent le plus souvent seuls



Cette tendance se renforce encore en 2022.  
La baisse du télétravail impacte aussi plus son organisation personnelle.  
Il est donc plus simple de courir seul.

# Baromètre du Running 2022

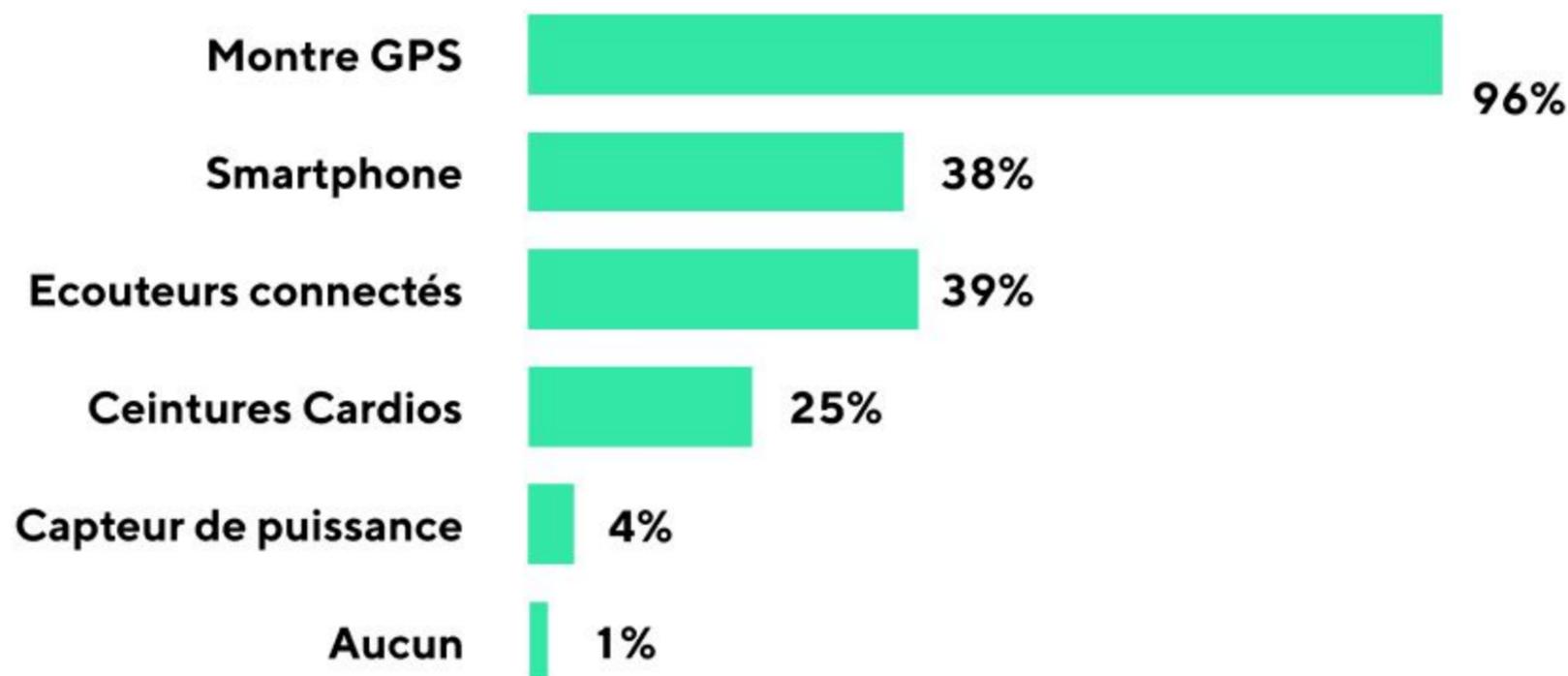
Auprès des coureurs réguliers en France  
(au moins 2 fois par semaine)

**RUN**  
par **MOTION** COACH

## Le coureur régulier est ultra connecté



## Les équipements technologiques utilisés par les coureurs réguliers



**6%** des coureurs utilisent leur **smartphone** pour mesurer leur activité,

**MAIS**

**38%** l'emporte avec eux

pour suivre un parcours live, prendre des photos, être en sécurité, écouter de la musique,...

**25%** des coureurs utilisent une **ceinture cardio**

Le capteur cardio poignet s'avère souvent peu précis mais est un point d'entrée pour s'intéresser aux valeurs physiologiques.

# Baromètre du Running 2022

Auprès des coureurs réguliers en France  
(au moins 2 fois par semaine)

**RUN**  
par **MOTION** COACH

## Le retour en force des courses !

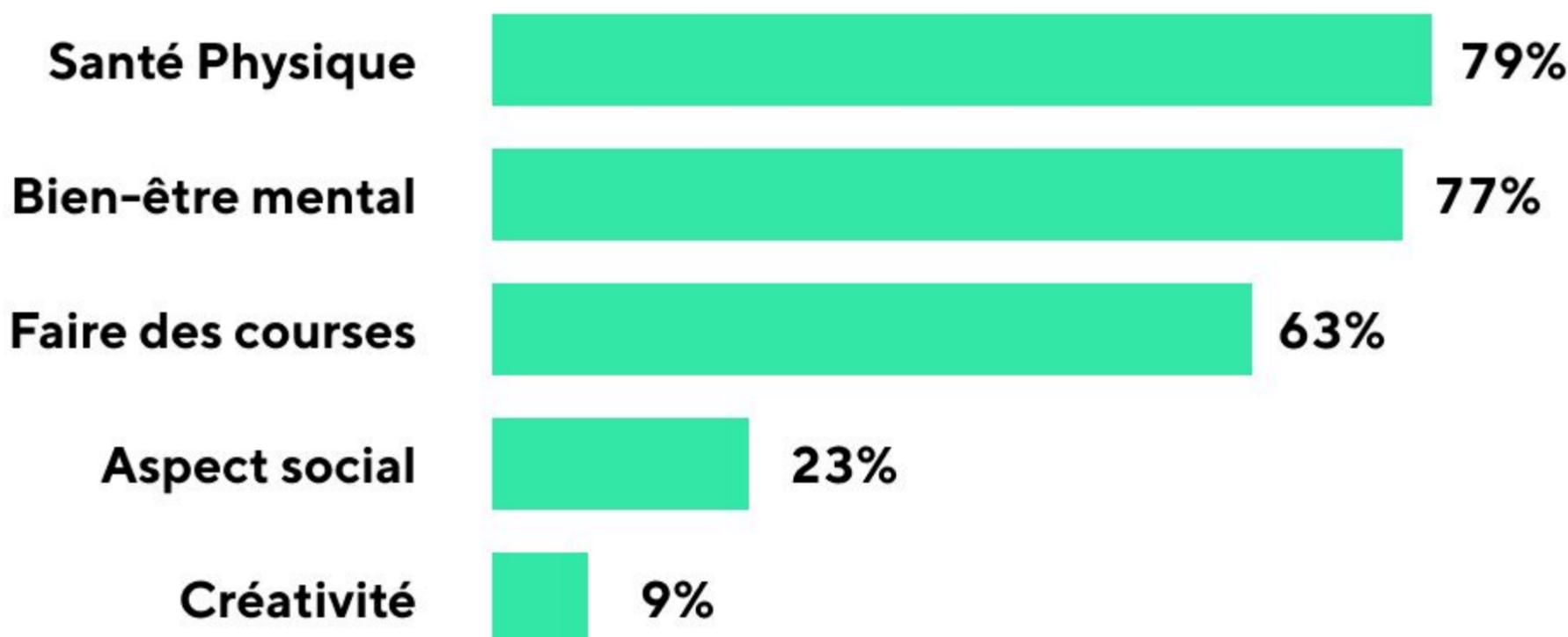
En 2022, les coureurs envisagent de participer à :

**30%** plus de 5 courses par an +17 pts vs 2021

**63%** 1 à 5 courses par an +1 pts vs 2021

**7%** aucune -17 pts vs 2021

La participation aux courses reprend de la vigueur dans la motivation des coureurs



La **compétition** est une motivation importante pour valider ses progrès et vivre une expérience.

# Baromètre du Running 2022

Auprès des coureurs réguliers en France  
(au moins 2 fois par semaine)

**RUN**  
par **MOTION** COACH

**Les coureurs sont à nouveaux prêts à se déplacer dans leur région élargie ou reste de la France pour participer à une course**

**14%**

Plus de 1000km

**36%**

Entre 0 et 50km

-8pts  
vs 2021

**30%**

Entre 200 et  
1000km

+3pts  
vs 2021



**36%**

Entre 50 et  
200km

+5pts  
vs 2021

**Avec le parcours comme critères clés pour s'inscrire à une courses**

**67%**

Le parcours :  
distance et  
profil (d+)

**67%**

Le parcours  
offre de beaux  
paysages

**48%**

La course se  
déroule près de  
chez moi

+10pts vs 2020

**23%**

Pouvoir m'inscrire  
et courir avec un  
proche

**20%**

Le prestige ou la  
renommée de la  
course

-12pts vs 2020

**88%**

**sont prêts à participer à une course qui n'offre pas de goodies, tee-shirt finisher etc...**

# Baromètre du Running 2022

Auprès des coureurs réguliers en France  
(au moins 2 fois par semaine)

**RUN**  
par **MOTION** COACH

## Le budget des coureurs réguliers

**758€/an**

Pour leur pratique  
du Running

Budget médian

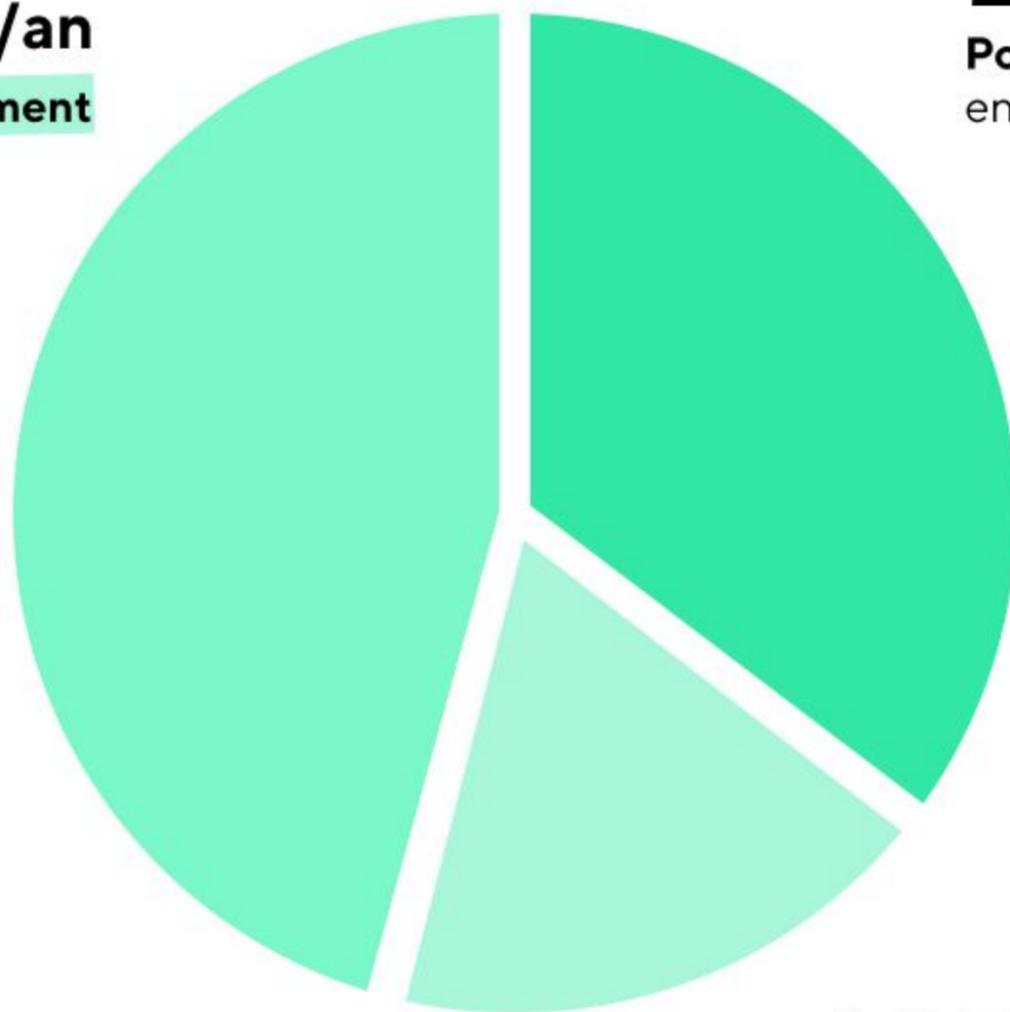
**560€/an**

**363€/an**

Pour l'équipement  
environ 48%

**269€/an**

Pour les courses  
environ 35%



**127€/an**

Pour leur entraînement  
environ 17%

# Baromètre du Running 2022

Auprès des coureurs réguliers en France  
(au moins 2 fois par semaine)

**RUN**  
par **MOTION** COACH

## Les chaussures à plaque carbone

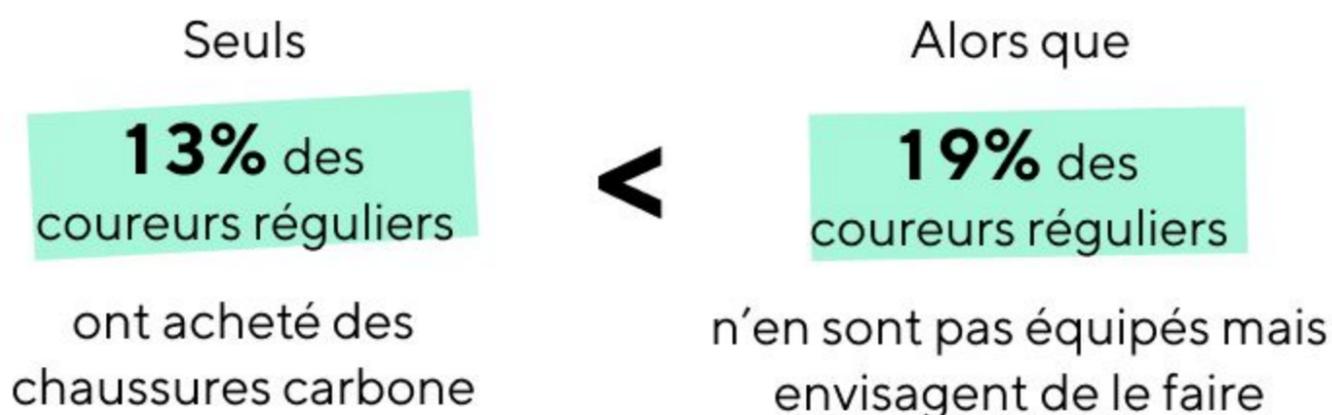
**13%**  
en ont acheté

- 66%** Pour tester la technologie
- 60%** Pour être plus performant
- 4%** Parce que tout le monde en a

**87%**  
n'en n'ont pas  
acheté

- 71%** Pas utile pour ma pratique
- 24%** Prix trop élevé
- 1%** Pas à l'aise dedans
- 22%** Aimerait en acheter un jour

Un produit qui reste élitiste  
Mais une vitrine technologique



**La taille du marché a donc encore du potentiel !**

# Baromètre du Running 2022

Auprès des coureurs réguliers en France  
(au moins 2 fois par semaine)

RUN  
par MOTION COACH

## Le monde du running doit devenir plus éco-responsable

En général les coureurs réguliers prêtent-ils attention au caractère éco-responsable d'un produit avant de l'acheter ?

**71%**

Oui

**29%**

Non

Et pour le running ?

**49%**

Oui

**51%**

Non

Les coureurs ont-ils déjà acheté / vendu du matériel d'occasion ?

**37%**

Oui

**63%**

Non

Si non, seraient-ils prêts à le faire ?

**66%**

Oui

**34%**

Non