

Sondage IPSOS pour
La Fédération Française d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire

Quelles sont les résolutions des Français pour 2024 ?

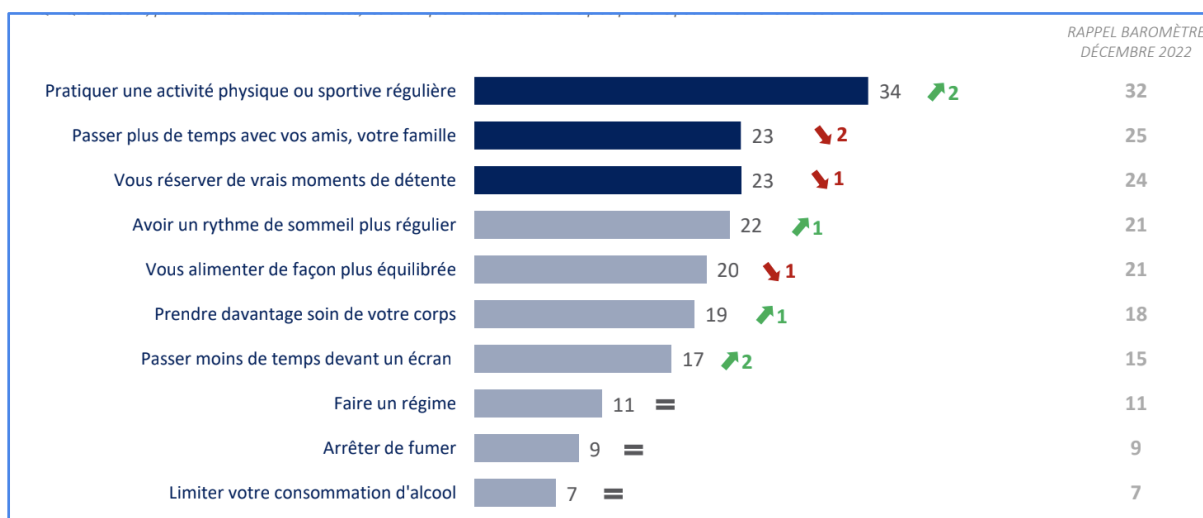
Comme chaque début d'année, 2024 s'accompagnera aussi de la question : "Et toi, quelles sont tes résolutions pour la nouvelle année ?". Que l'on arrive à s'y tenir ou pas, ces "bonnes résolutions" reflètent dans tous les cas les aspirations de chacun et donnent le ton.

La Fédération Française d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire (FFEPGV), en partenariat avec l'institut d'études IPSOS, publie les résultats de son sondage annuel sur le sujet. En voici les résultats.

Principale résolution des Français pour 2024 : la pratique d'une activité physique ou sportive régulière. 34% des Français révèlent que cette résolution est de loin celle qui leur tient le plus à cœur pour 2024, quel que soit le sexe ou l'âge des personnes interrogées.

Puis en 2e et 3e résolutions, le souhait de passer plus de temps avec ses proches (23%) et de se réserver des vrais moments de détente (23%).

Panorama des résolutions des Français pour 2024





Quid des résolutions 2023. Ont-elles été tenues ?

Cette année, ce sont près de 3 Français sur 5 (59%) qui ont réussi à tenir au moins une des résolutions qu'ils s'étaient fixées début 2023. Une proportion en légère baisse par rapport à l'année dernière (61%).

Pour rappel, la FFEPGV est aujourd'hui la 1ère Fédération sportive non Olympique et la 7e Fédération tous sports confondus en nombre de licenciés. Elle est engagée depuis 25 ans pour le sport santé. Cette pratique du sport vise le bien-être physique, psychologique et social de tous les publics.

Méthodologie : enquête réalisée en ligne du 4 au 12 décembre 2023 auprès d'un échantillon représentatif de la population française de 2 000 personnes âgées de 16 ans et plus.

À propos de la [FFEPGV](https://ffepgv.fr/)

La Fédération Française d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire (FFEPGV) est la 7^e fédération sportive et la 1^{ère} fédération non-olympique. Elle compte plus de 410 000 pratiquants, répartis dans 5 000 clubs sur l'ensemble de la France (métropolitaine et DOM-TOM). Depuis sa création en 1888, la FFEPGV est engagée pour le Sport-Santé en proposant des pratiques sportives visant le bien-être physique, psychologique et social à tous les publics, quel que soit leur âge et leur condition physique. Elle propose plus de 40 activités (Yoga, Pilates, Cross Training, Stretching, Courir Sport Santé, Marche nordique...) réparties en 4 univers (Energy, Zen, Oxygen et Danse) qui répondent toutes aux 4 recommandations de la Haute Autorité de la Santé : le cardio, la souplesse, le renforcement musculaire et l'équilibre.

Plus d'informations: <https://ffepgv.fr/>

Contact presse - Agence Oxygen - Audrey Pizard - 06 35 54 45 96 - audrey.p@oxygen-rp.com