

STRAVA

L'ANNÉE
SPORTIVE

20

21

L'année 2020 aura été marquée par la COVID-19. Partout dans le monde, un nouveau défi s'est présenté aux athlètes : rester actifs et en bonne santé en période de pandémie.

Même si cette crise sanitaire n'est pas encore derrière nous, les données des 73 millions d'athlètes sur Strava indiquent que la communauté a su se mobiliser, s'adapter et inventer de nouvelles façons de se soutenir, de progresser et de se mesurer aux autres, même à distance.

17 MRD

DE KILOMÈTRES
PARCOURUS

2 M

DE NOUVEAUX ATHLÈTES
CHAQUE MOIS

73 M

D'ATHLÈTES

21,5 M

DE TÉLÉCHARGEMENTS
PAR SEMAINE

Sommaire

04

La pandémie a été à l'origine d'une montée en flèche de l'exercice physique

05

Les mesures liées à la COVID-19 ont différé selon les pays

10

La multiplication des activités sportives

13

Les femmes mènent la marche

14

De nouvelles habitudes

15

La compétition continue

18

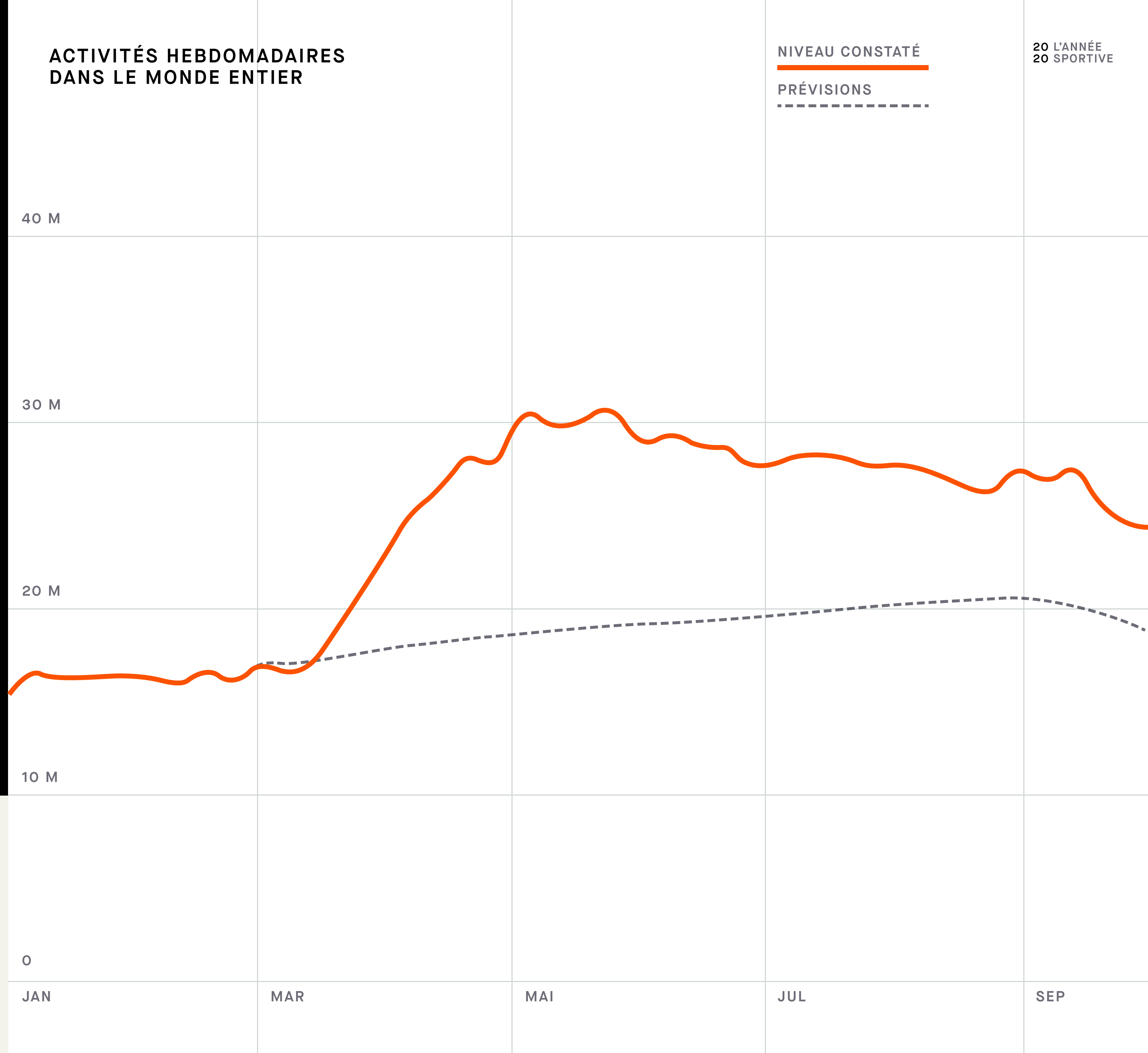
Communauté et consignes sanitaires

21

Annexe

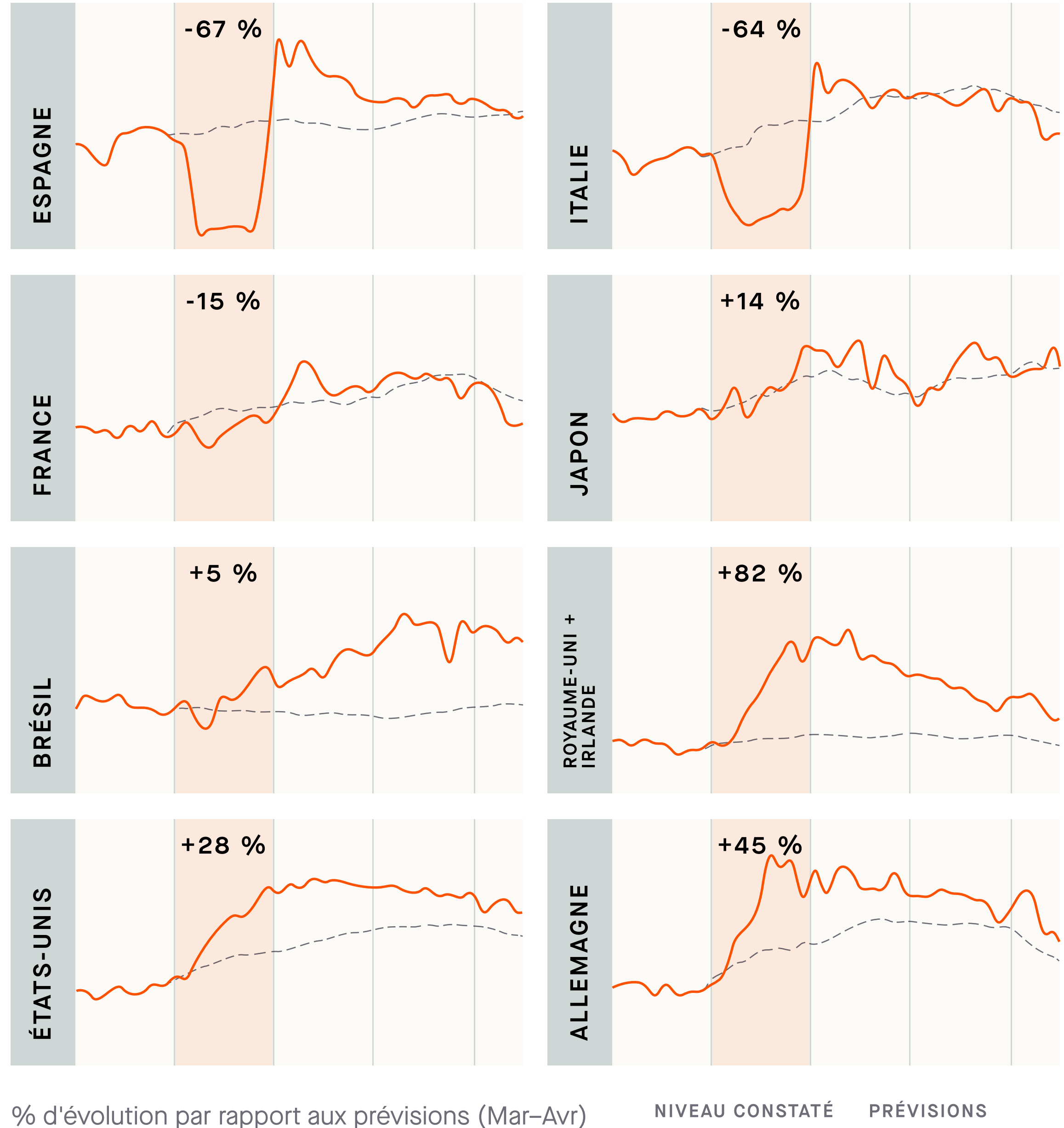
La pandémie a été à l'origine d'une montée en flèche de l'exercice physique

▼
Au niveau mondial, la pandémie de la COVID-19 a entraîné une hausse sans précédent de l'activité sur Strava, qui a largement dépassé nos prévisions.



Les mesures liées à la COVID-19 ont différé selon les pays

Partout dans le monde, des mesures ont été prises pour ralentir la propagation du coronavirus, mais tous les pays n'ont pas procédé de la même manière. Selon les pays, les activités de plein air comme la course à pied et le cyclisme ont grimpé en flèche, progressé de façon moins spectaculaire ou atteint leur niveau le plus bas avant de marquer un retour.

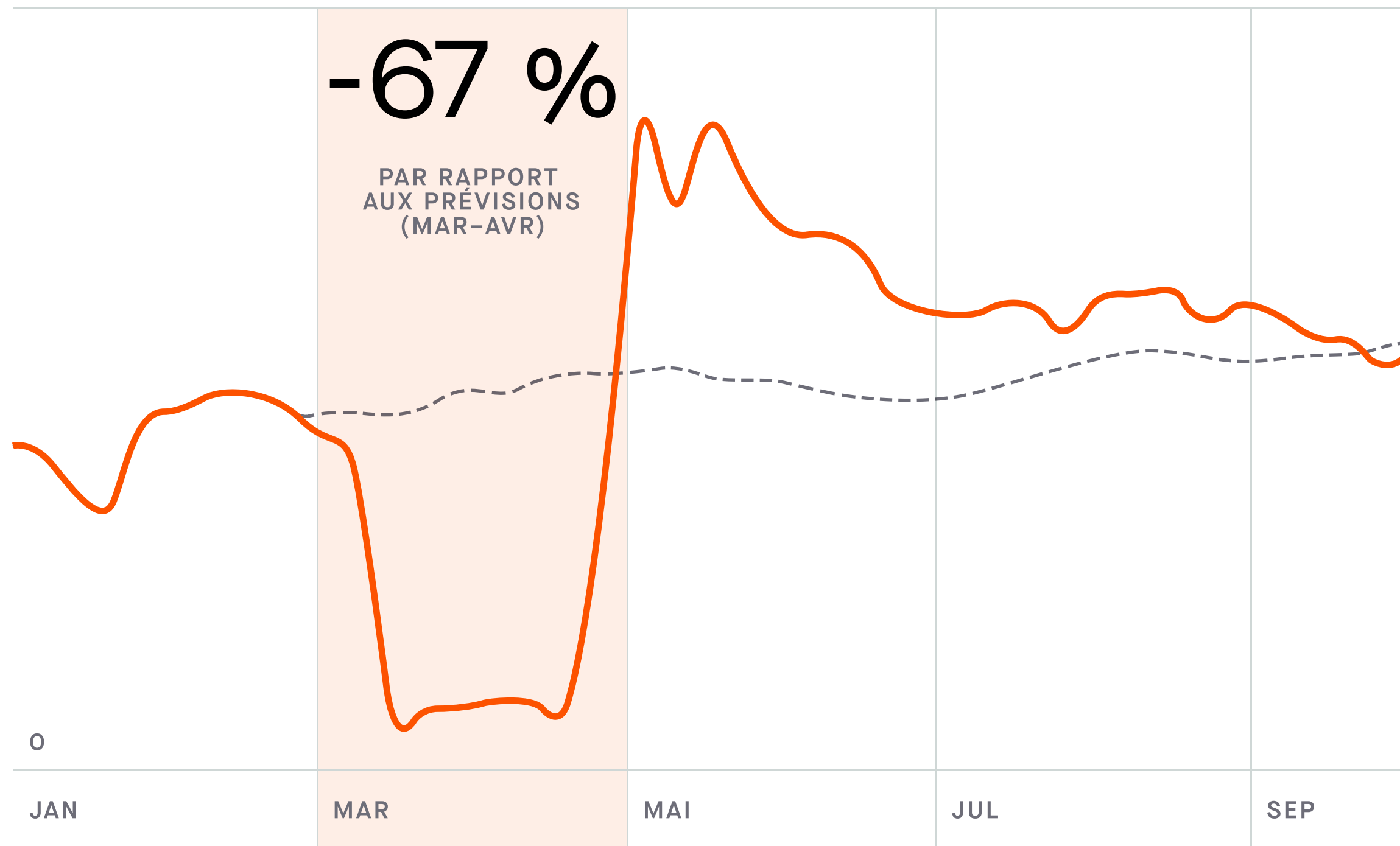


Espagne

En Espagne et en Italie, où des confinements stricts ont été mis en place, on a observé une chute impressionnante des activités de plein air. Une fois les restrictions levées, les activités ont respectivement dépassé de 51 % et 30 % les prévisions pour mai dans ces pays.

ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES EN EXTÉRIEUR

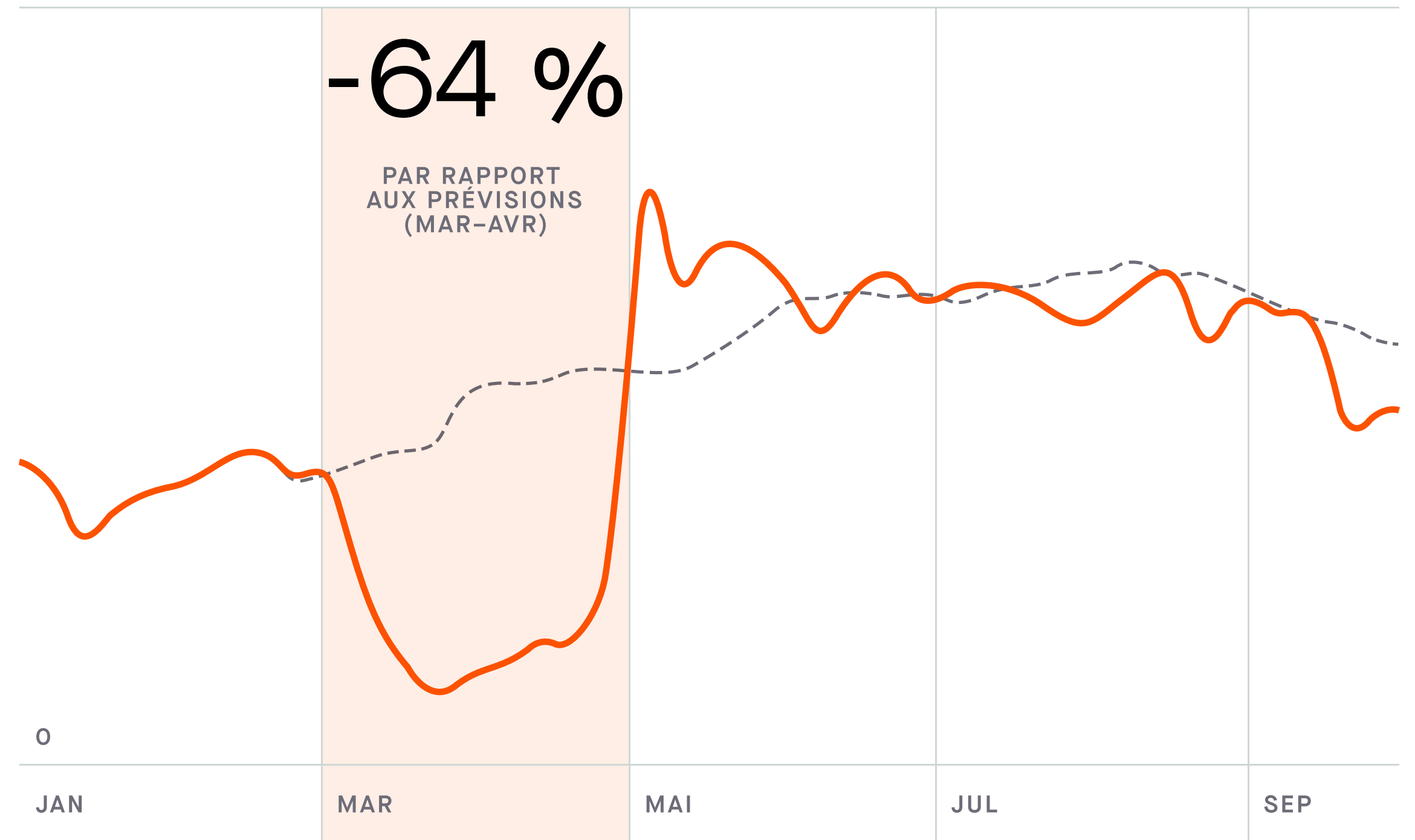
NIVEAU CONSTATÉ PRÉVISIONS



Italie

ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES EN EXTÉRIEUR

NIVEAU CONSTATÉ PRÉVISIONS



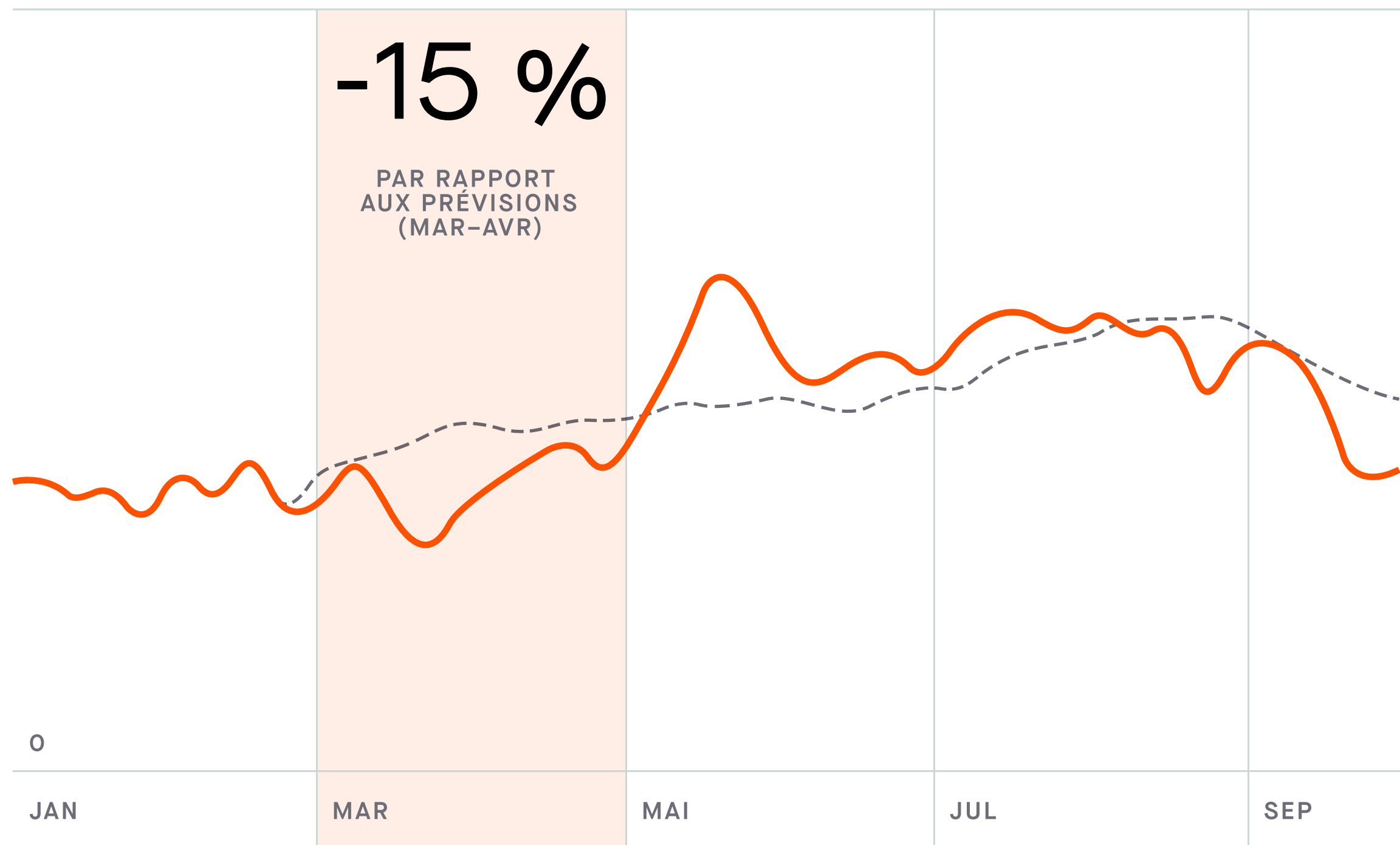
France



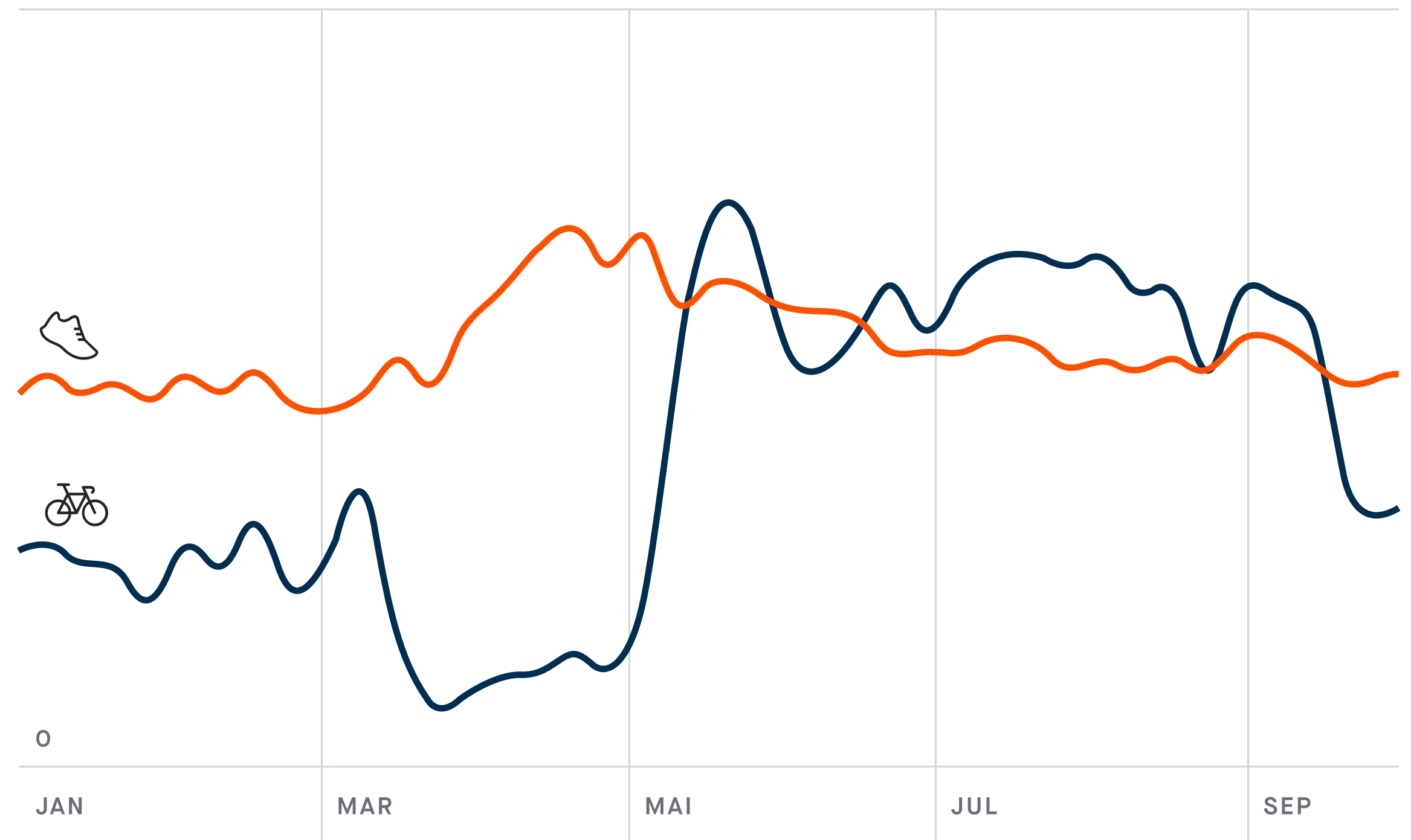
Le cyclisme a dégringolé pendant le confinement du printemps du fait de la limitation de l'activité physique en extérieur à une heure par jour, à moins d'un kilomètre de chez soi. Toutefois, le niveau d'activité en plein air ne s'est pas complètement effondré grâce à un regain d'intérêt pour la course à pied.

ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES EN EXTÉRIEUR

NIVEAU CONSTATÉ PRÉVISIONS



COURSES À PIED ET SORTIES À VÉLO EN PLEIN AIR



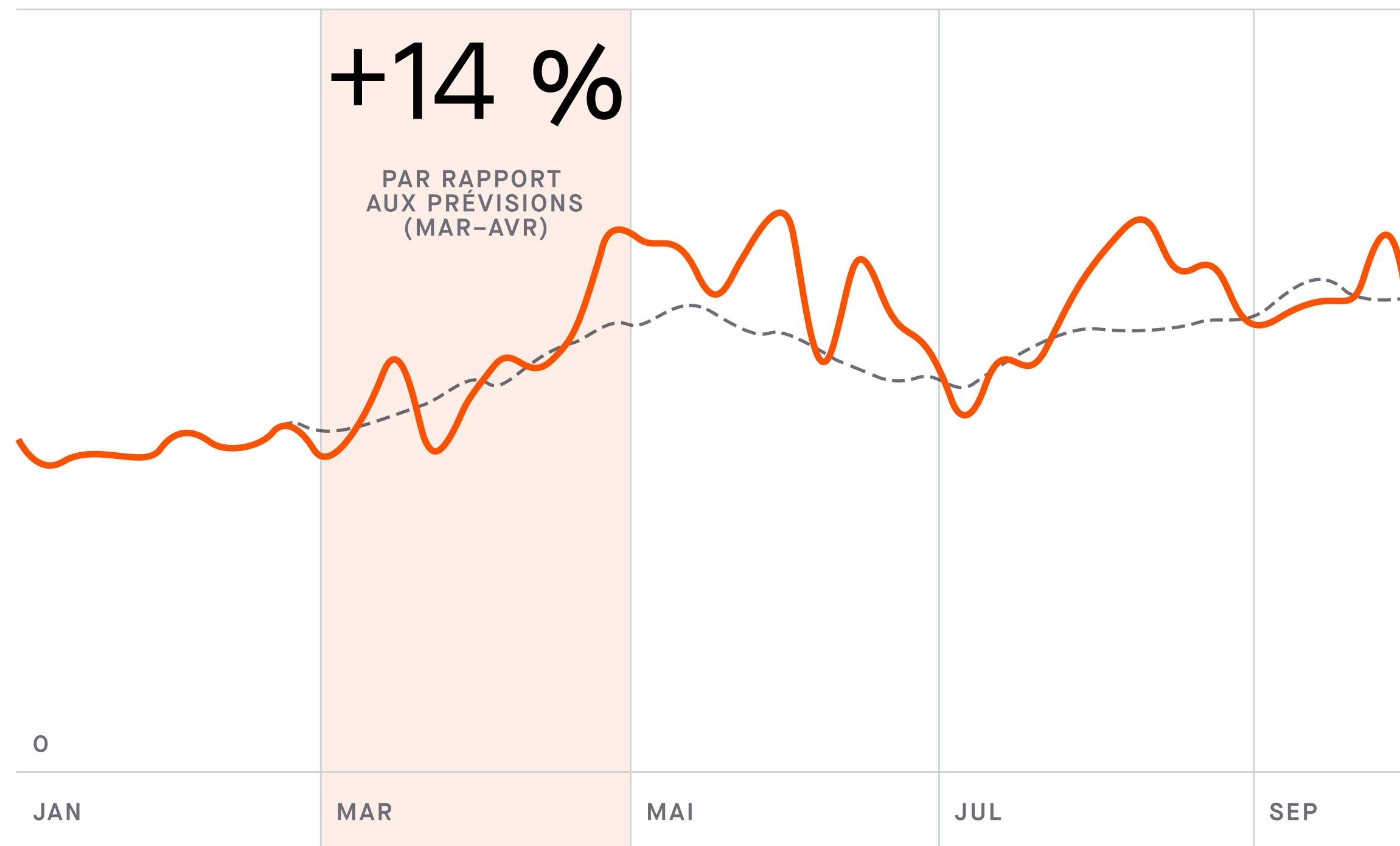
Japon



À la fin du mois de mars, alors que se précisait la gravité de la situation liée à la COVID-19, le Japon et le Brésil ont accusé une légère baisse de l'activité en plein air, mais les athlètes de ces deux pays ont ensuite vite repris un rythme soutenu.

ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES EN EXTÉRIEUR

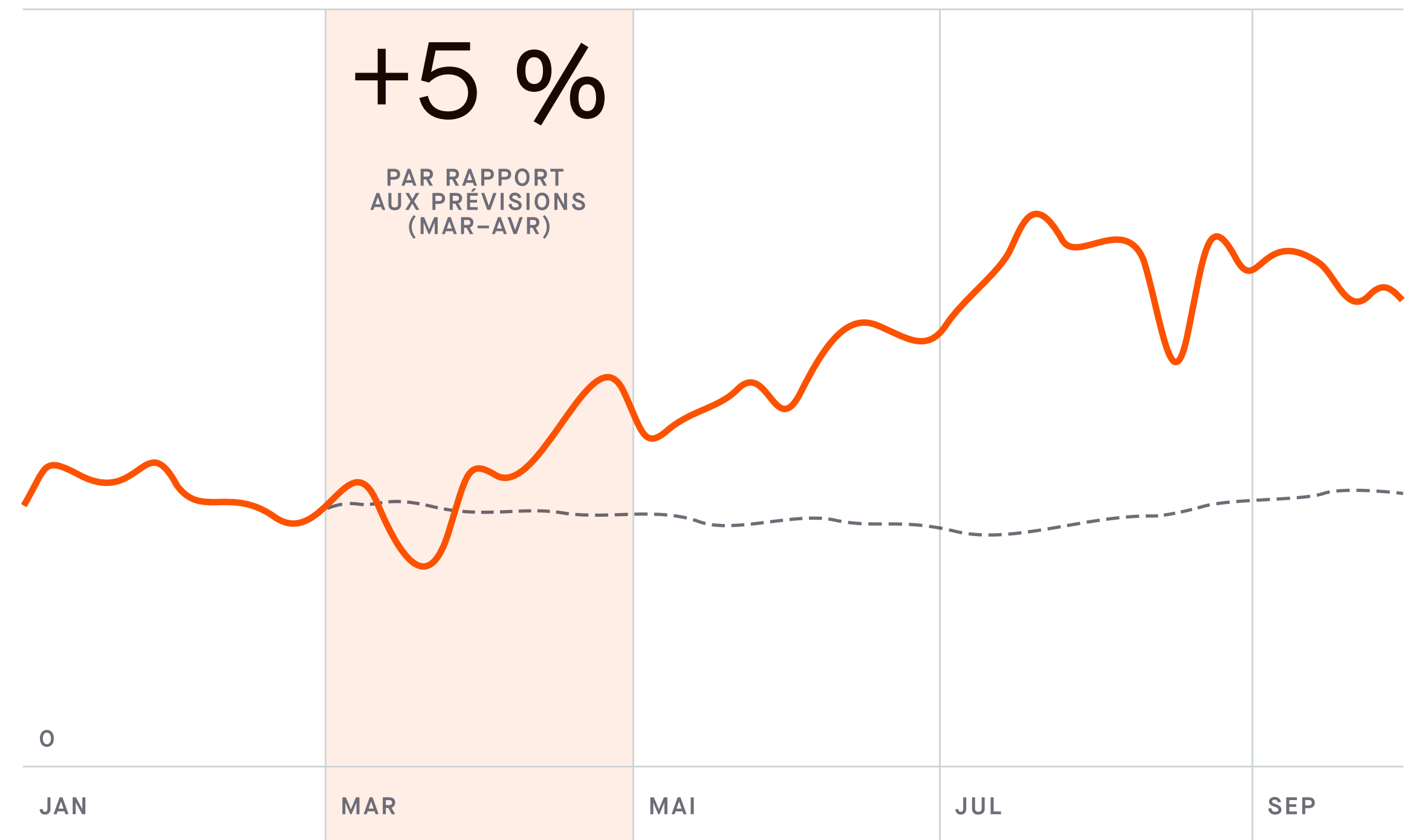
NIVEAU CONSTATÉ PRÉVISIONS



Brésil

ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES EN EXTÉRIEUR

NIVEAU CONSTATÉ PRÉVISIONS

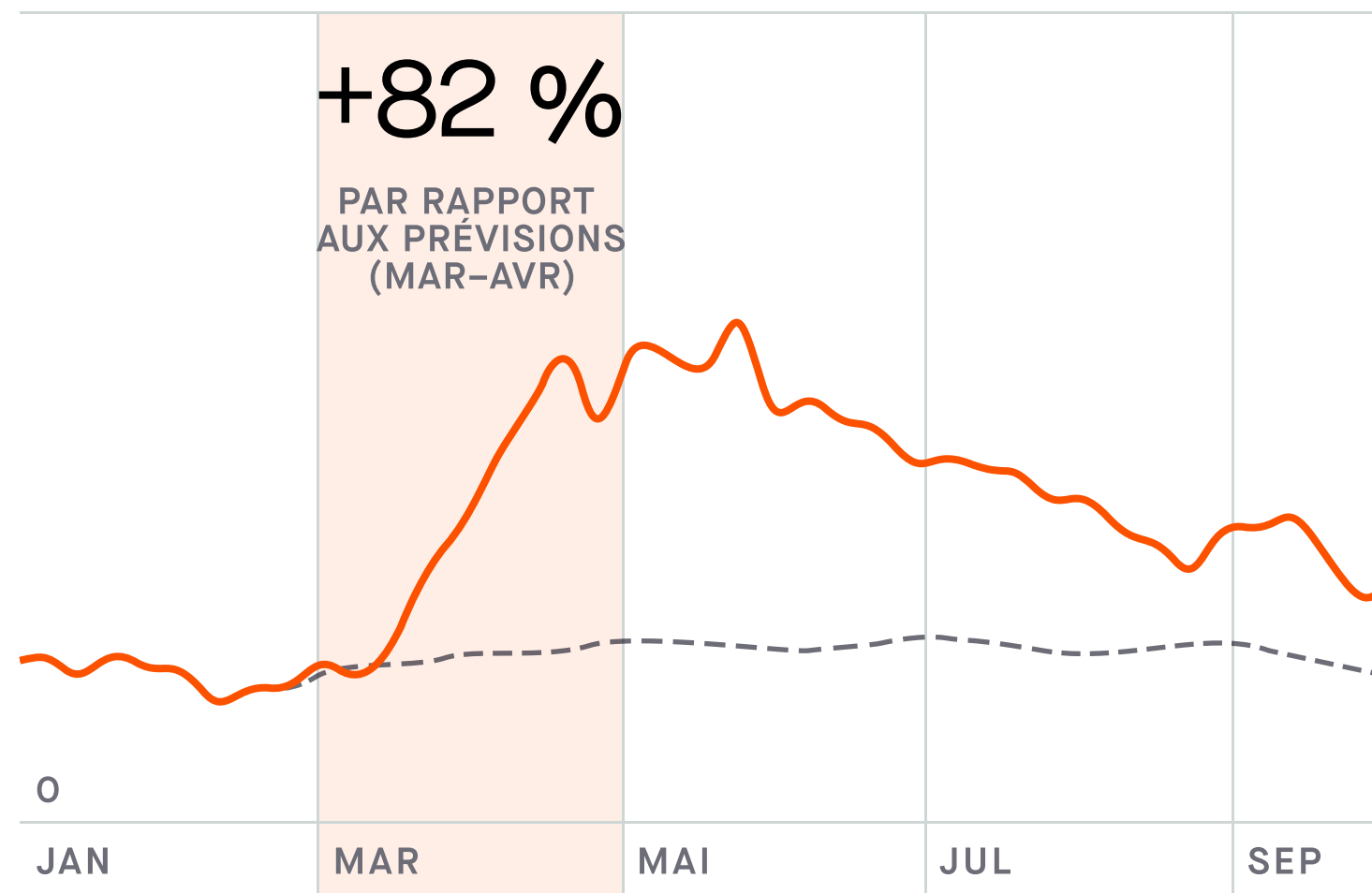


Royaume-Uni + Irlande

▼
L'activité physique en extérieur a moins été soumise à des restrictions aux États-Unis, au Royaume-Uni et en Allemagne, d'où les fortes hausses observées sur les courbes d'activité au début de la pandémie.

ACTIVITÉS
HEBDOMADAIRES
EN EXTÉRIEUR

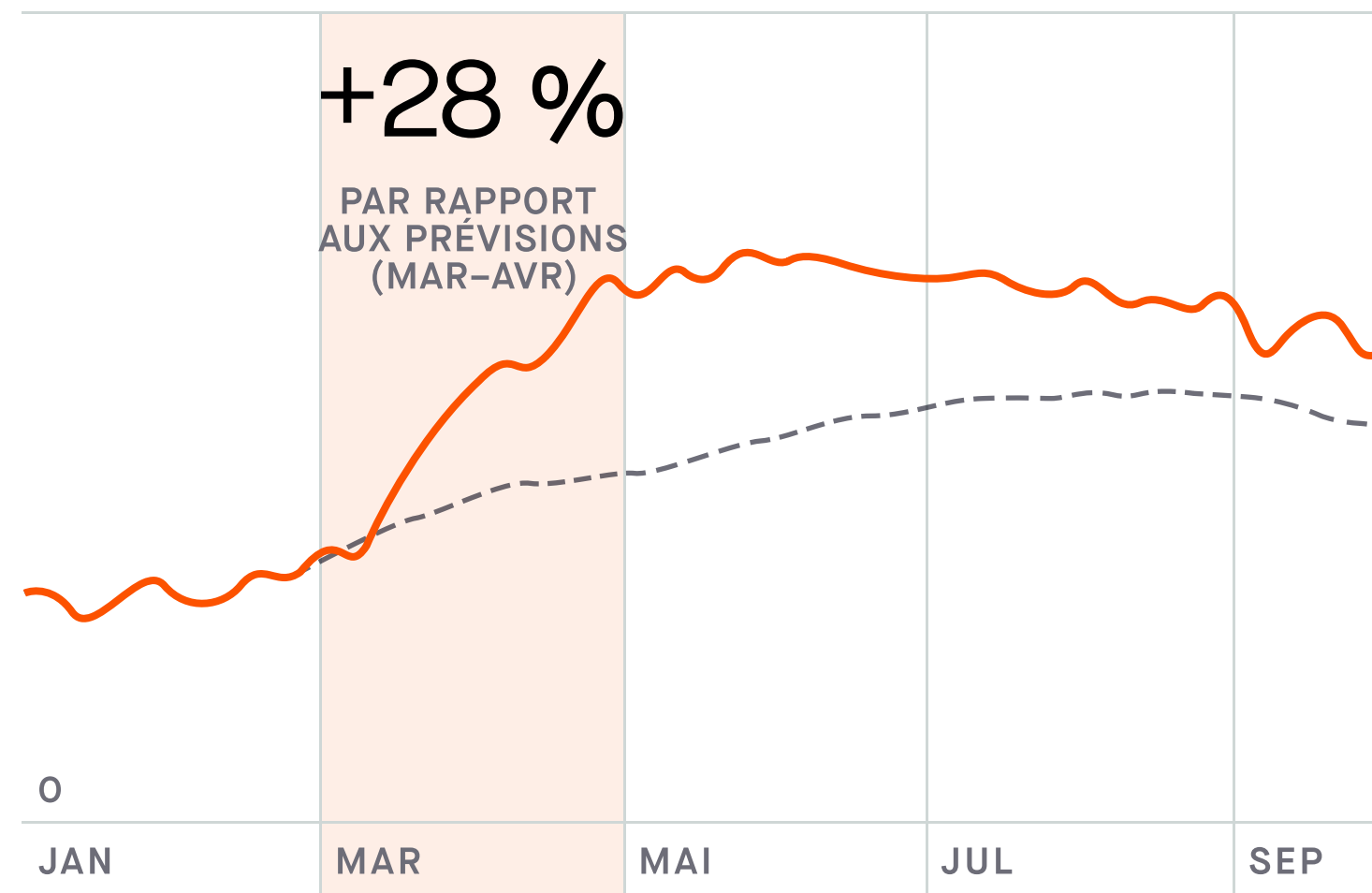
NIVEAU CONSTATÉ PRÉVISIONS



États-Unis

ACTIVITÉS
HEBDOMADAIRES
EN EXTÉRIEUR

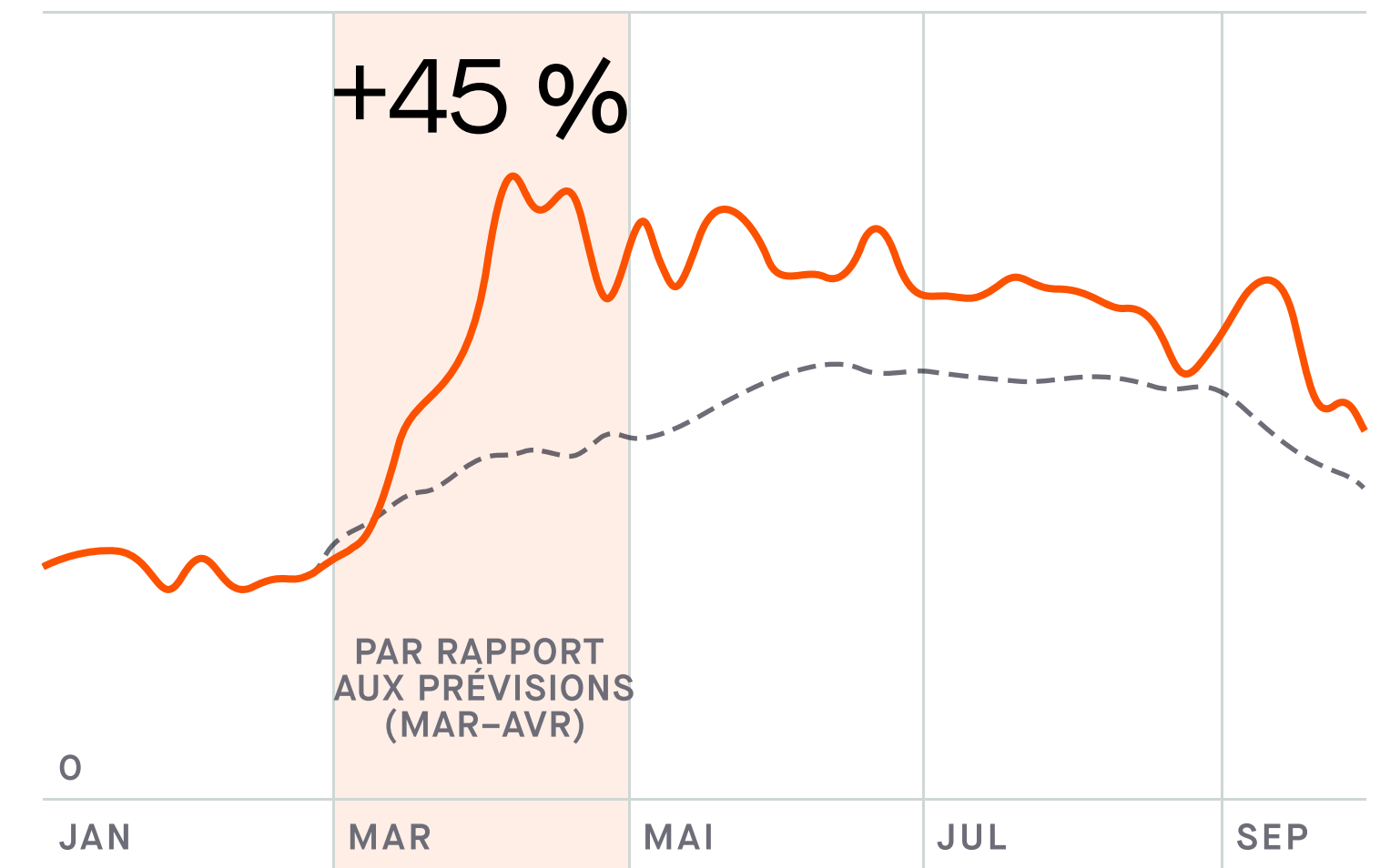
NIVEAU CONSTATÉ PRÉVISIONS



Allemagne

ACTIVITÉS
HEBDOMADAIRES
EN EXTÉRIEUR

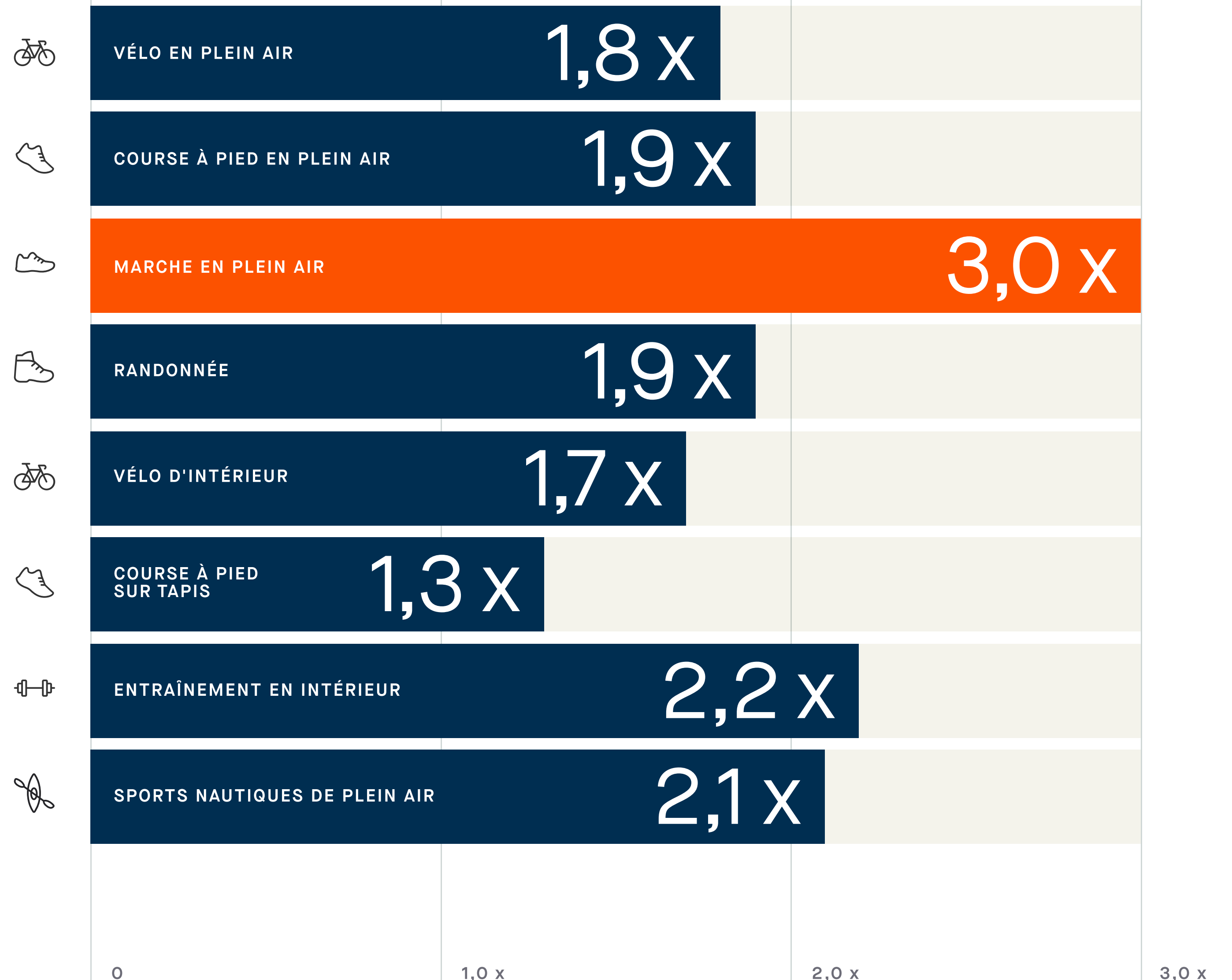
NIVEAU CONSTATÉ PRÉVISIONS



La multiplication des activités sportives

La course à pied et le cyclisme sont de loin les deux sports les plus pratiqués sur Strava, mais d'autres sports ont connu un nouvel essor. La marche, la randonnée, les activités en intérieur comme le yoga et la musculation, ainsi que les sports nautiques tels que le kayak et le stand-up paddle ont tous observé une croissance rapide.

COMPARAISON ENTRE 2020 ET 2019 ACTIVITÉS D'AVRIL À JUIN

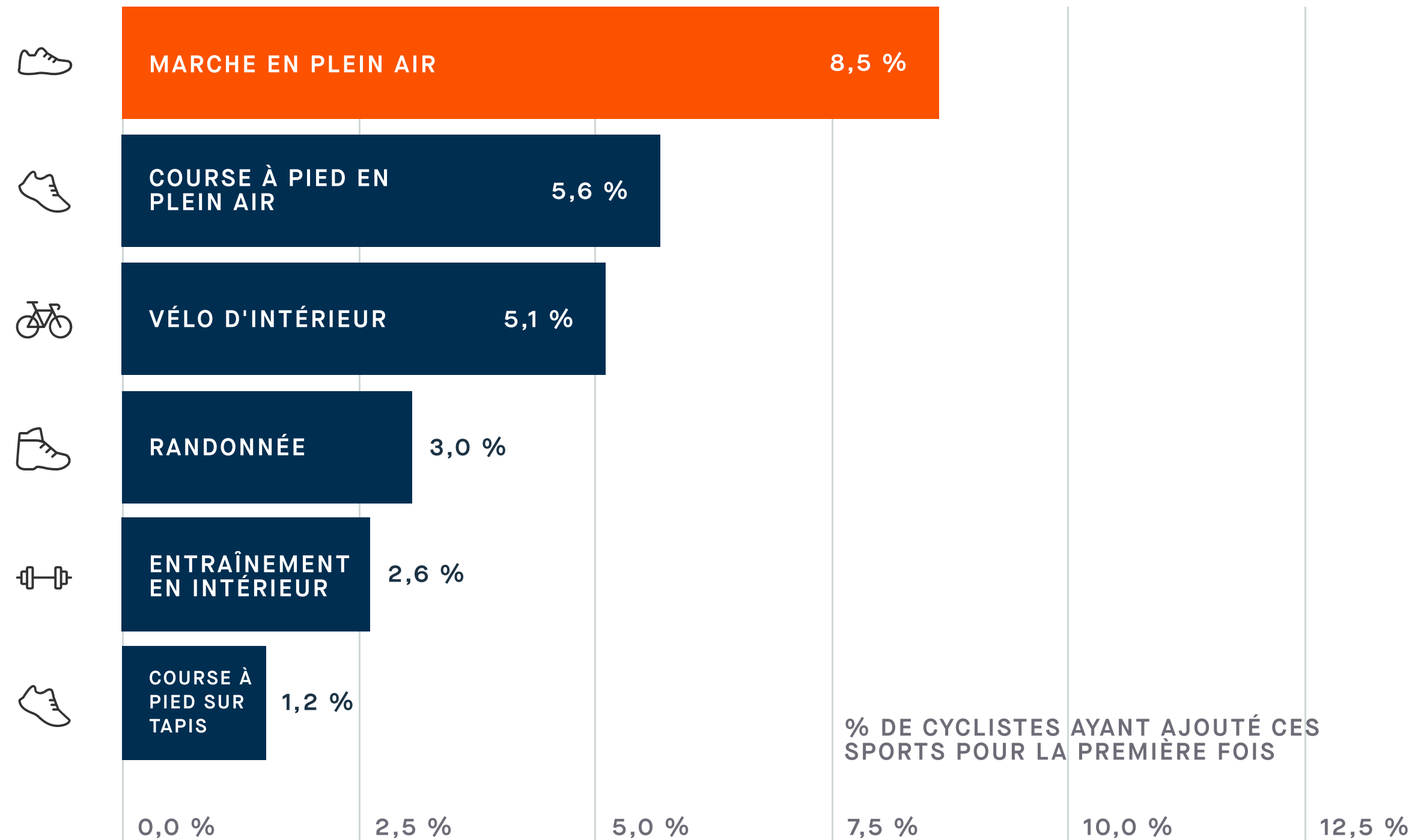


Activités variées

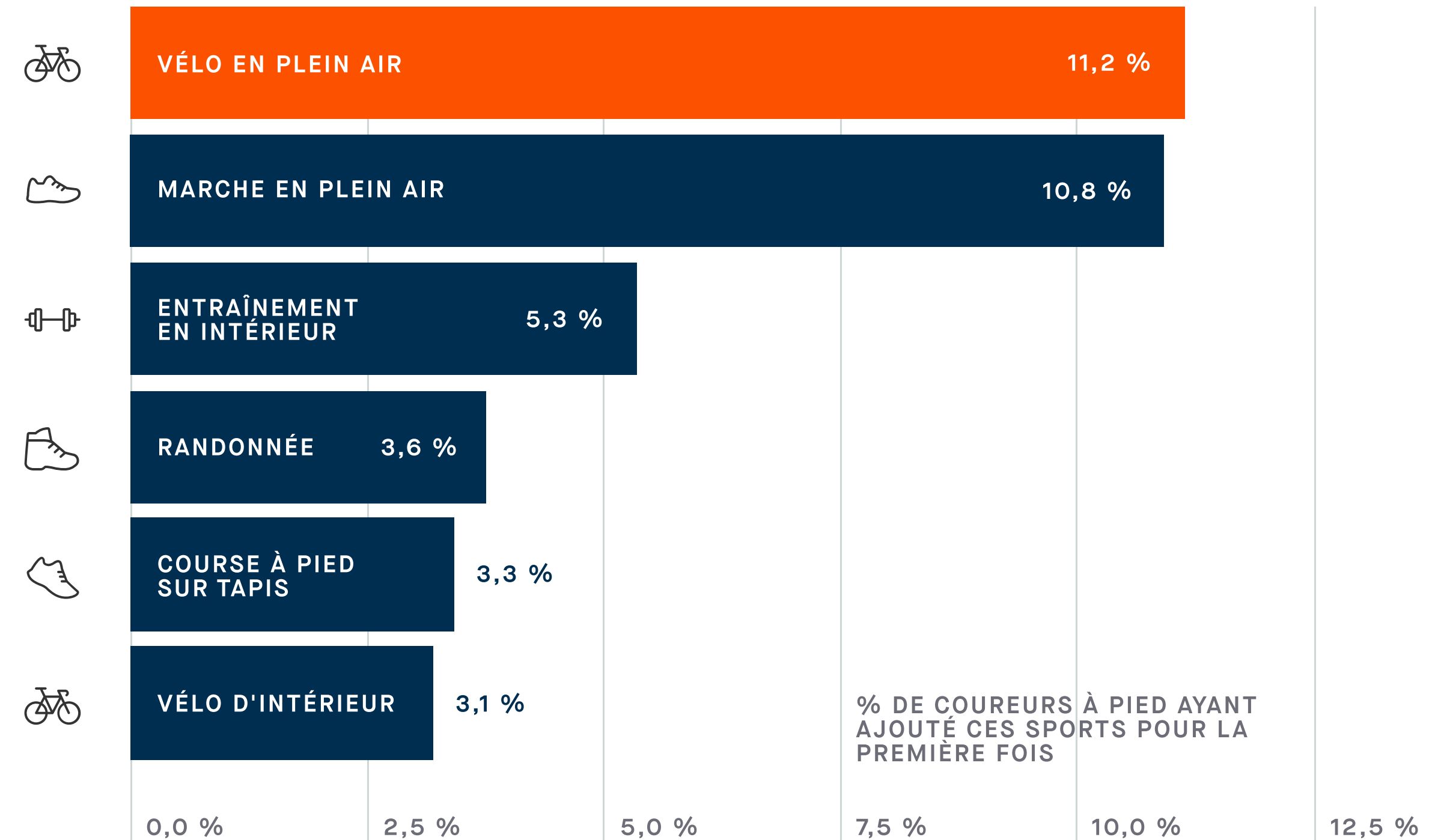


Ce ne sont pas seulement les nouveaux venus sur Strava qui ont enregistré des activités nouvelles ; les coureurs et les cyclistes ont été nombreux à se tourner vers d'autres types de sport. L'activité « Marche » a eu beaucoup de succès, car beaucoup d'entre nous avons ressenti le besoin régulier d'aller faire un tour en cette année si particulière.

CYCLISTES PRINCIPALES NOUVELLES ACTIVITÉS (AVRIL-JUIN)



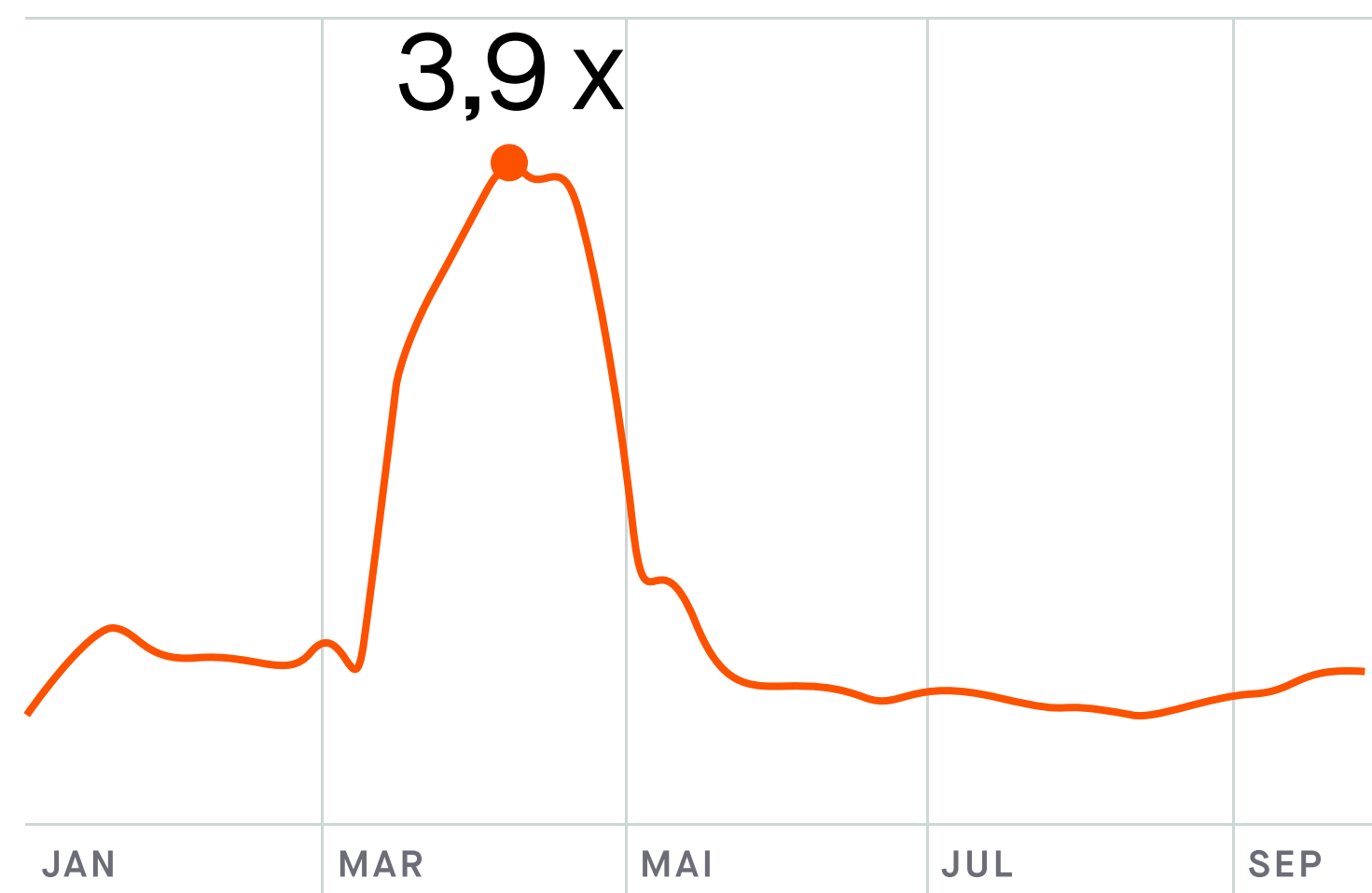
COUREURS À PIED PRINCIPALES NOUVELLES ACTIVITÉS (AVRIL-JUIN)



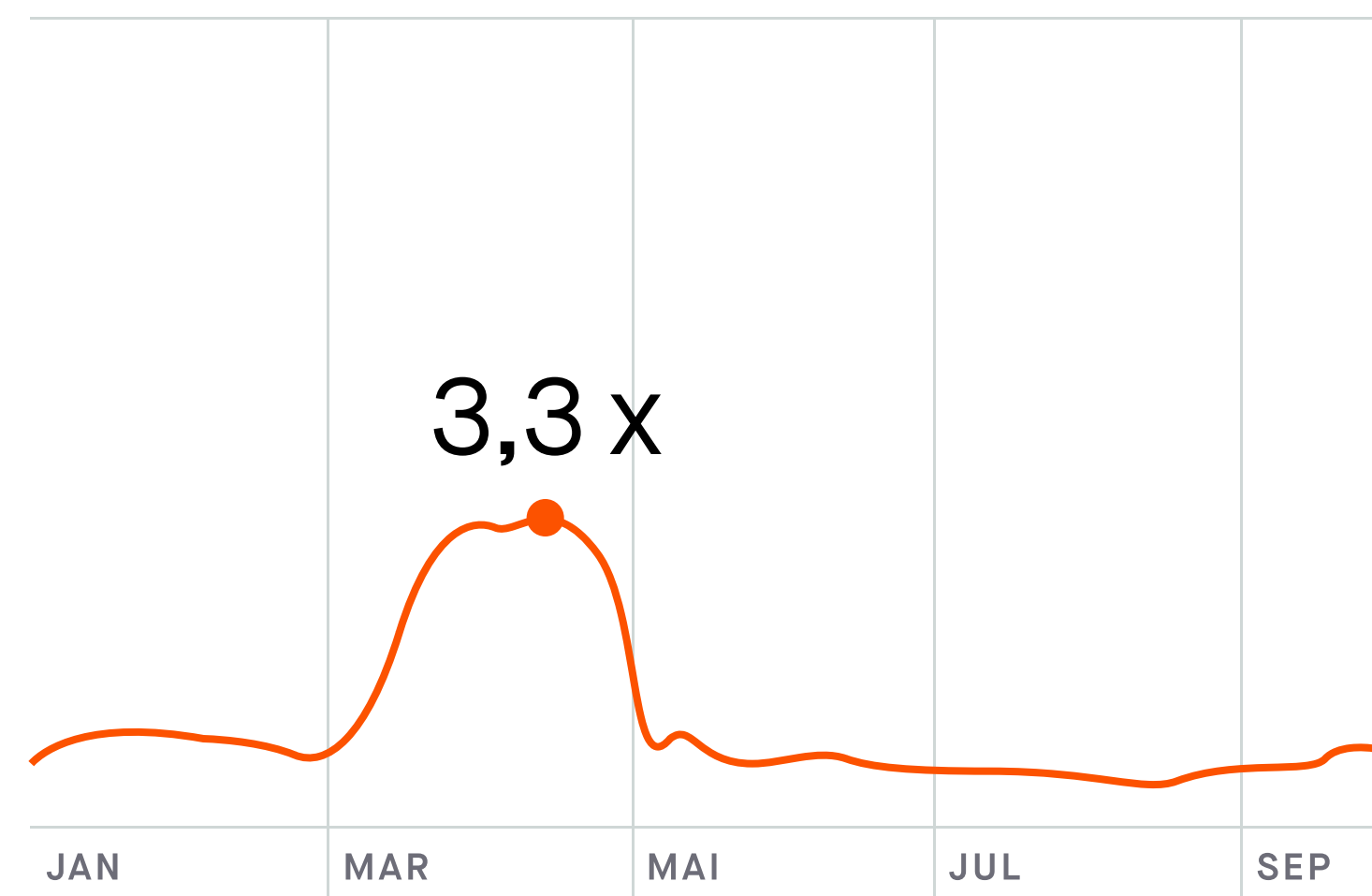
Sortir à tout prix

▼ Sans surprise, les activités d'intérieur ont décollé en Espagne, en Italie et en France durant le confinement. En revanche, dès la levée du confinement en mai, les niveaux sont vite revenus aux valeurs habituelles.

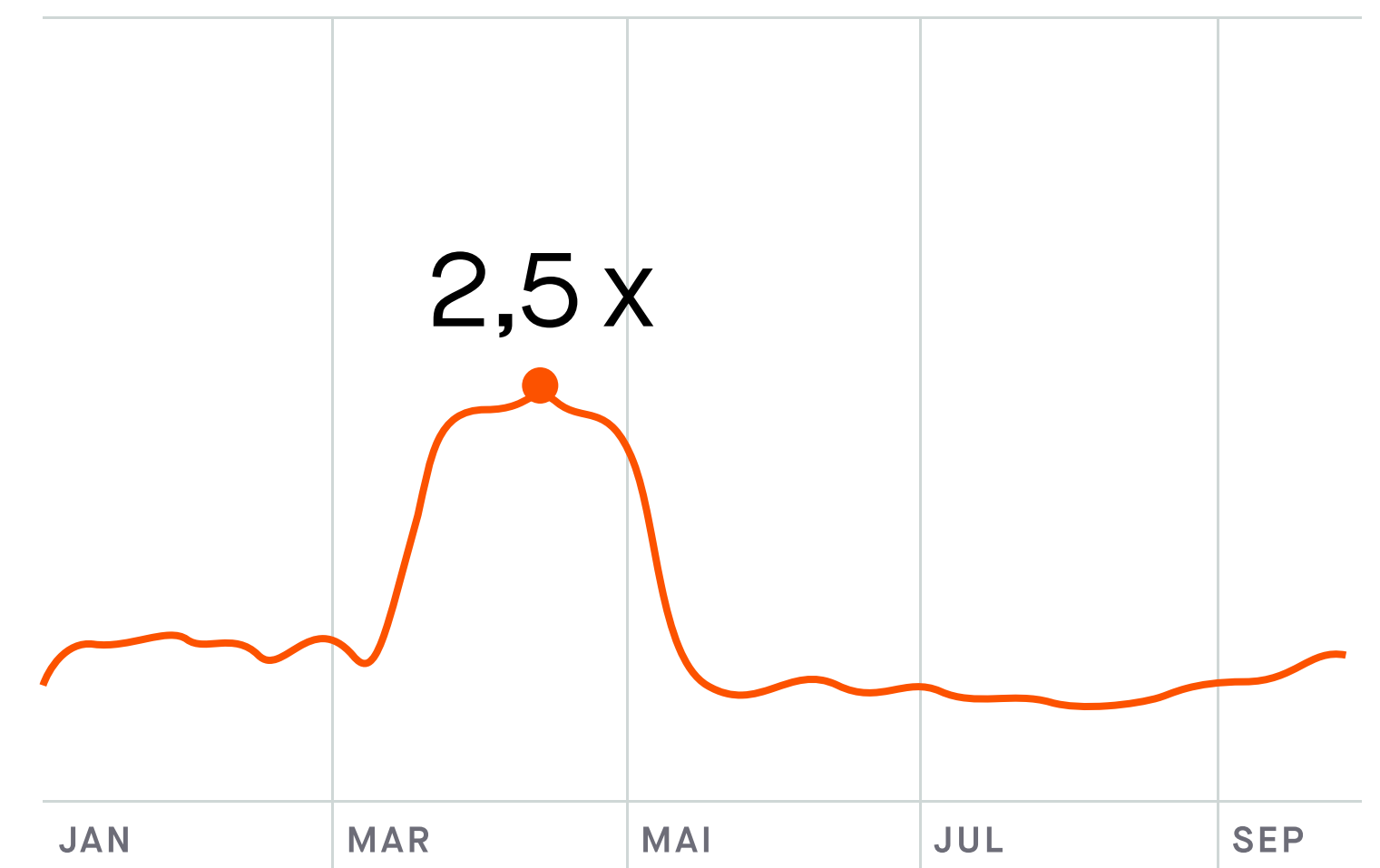
ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES
D'INTÉRIEUR-ESPAGNE



ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES
D'INTÉRIEUR-ITALIE



ACTIVITÉS HEBDOMADAIRES
D'INTÉRIEUR-FRANCE



Les femmes mènent la marche

Les bouleversements que nous avons connus n'ont pas seulement transformé notre façon de faire du sport, mais aussi la fréquence de nos activités. Globalement, les athlètes qui étaient actifs l'année dernière ont augmenté leur fréquence d'entraînement de 13,3 %. Ce sont les femmes et les jeunes athlètes qui ont enregistré la plus forte progression.

DU TEMPS MIS À PROFIT

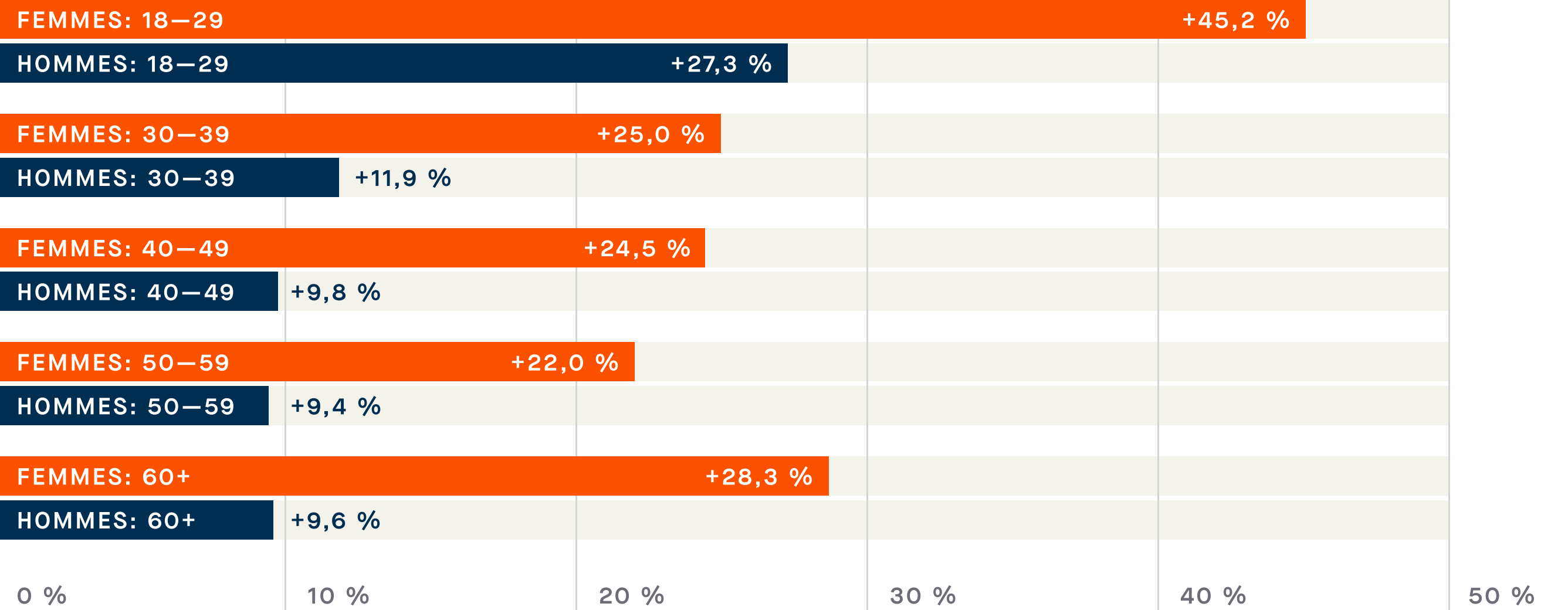
Les athlètes ont téléchargé plus d'activités, et elles n'ont pas été plus courtes pour autant. La durée de chaque activité n'a pas beaucoup changé. Résultat, la durée annuelle de déplacement des athlètes fait un bond de 14,7 %.

+14,7 %

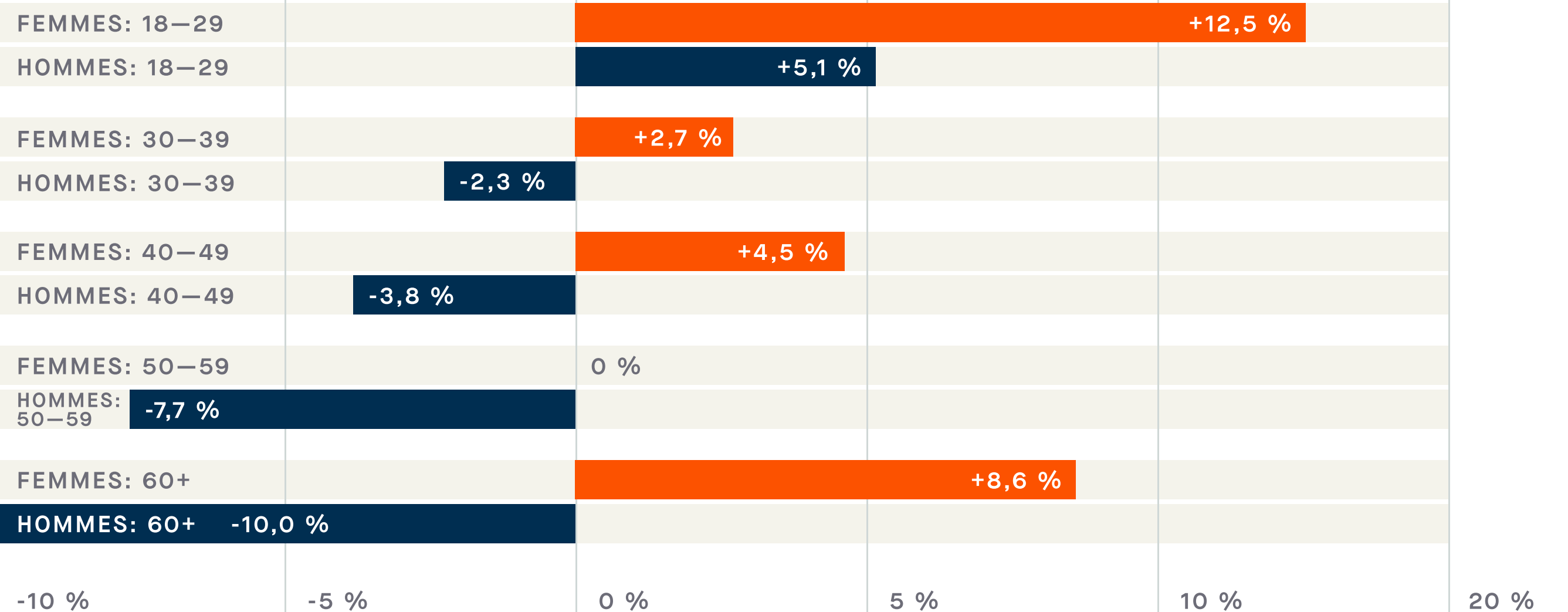
AUGMENTATION DE LA DURÉE MOYENNE DE DÉPLACEMENT



ÉVOLUTION ENTRE 2019 ET 2020 DU NOMBRE MÉDIAN D'ACTIVITÉS PAR ATHLÈTE (AVR-SEP) MONDE ENTIER



ÉVOLUTION ENTRE 2019 ET 2020 DU NOMBRE MÉDIAN D'ACTIVITÉS PAR ATHLÈTE (AVR-SEP) FRANCE



De nouvelles habitudes

On a assisté à des changements variables selon les pays dans les horaires de pratique des activités, mais après la première vague de la COVID-19, tout a commencé à revenir à peu près à la normale.

En France, le principal changement a été observé les jours de semaine : la plupart des sorties à vélo ont été pratiquées en soirée alors qu'elles l'étaient auparavant en matinée, et le pic de course à pied aux heures du déjeuner a pratiquement disparu.

ACTIVITÉS PAR HORAIRE DE DÉPART FRANCE



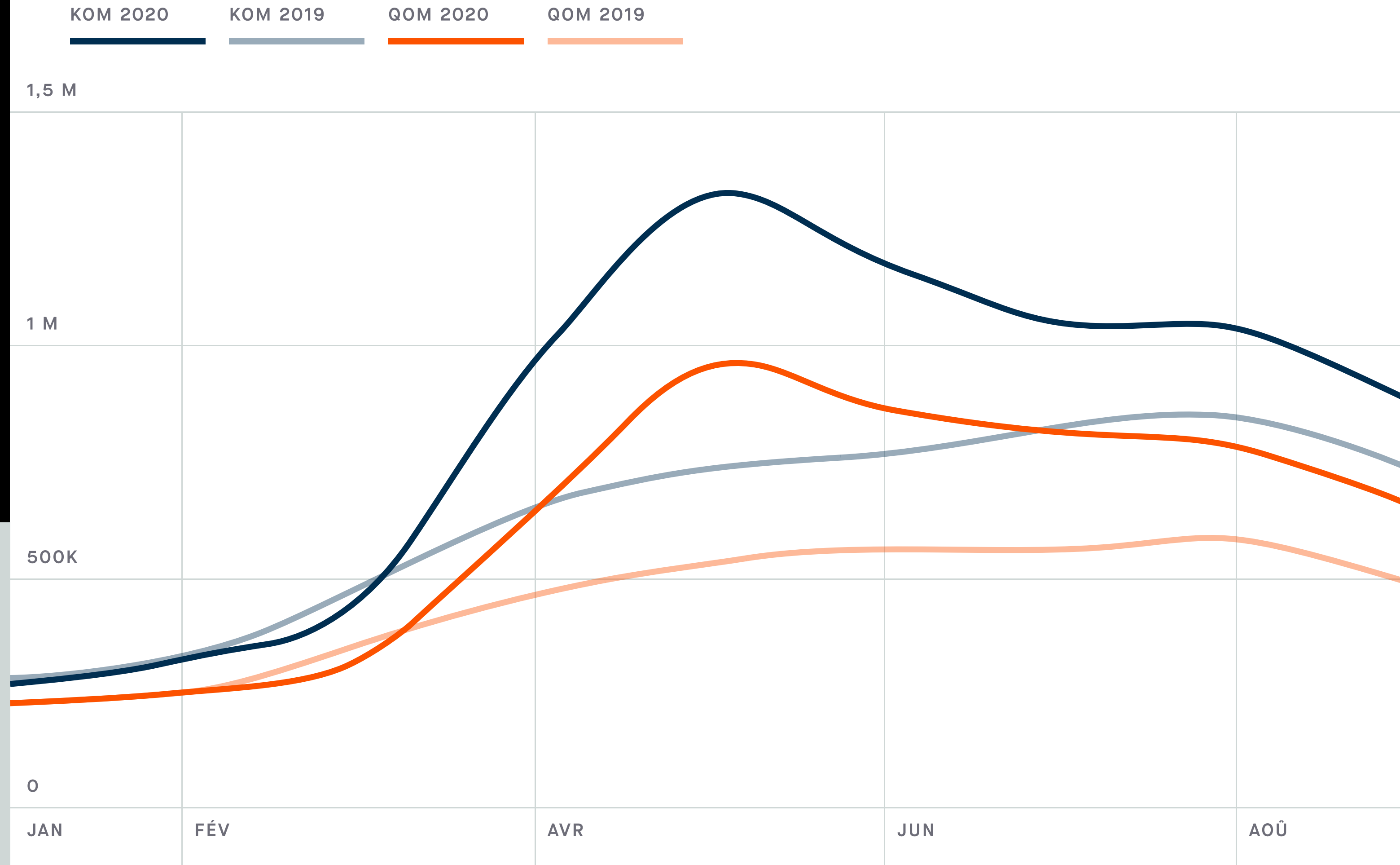
La compétition continue

Les événements sportifs habituels, tels que les sorties à vélo et courses à pied en groupe, marathons et Gran Fondos, sont tombés à l'eau cette année. Les athlètes n'ont pas pour autant renoncé à se dépasser et à se mesurer aux autres.

UNE RIVALITÉ AMICALE

Il y a 27 % de chance que les deux premiers athlètes d'un classement QOM ou KOM soient abonnés l'un à l'autre sur Strava.

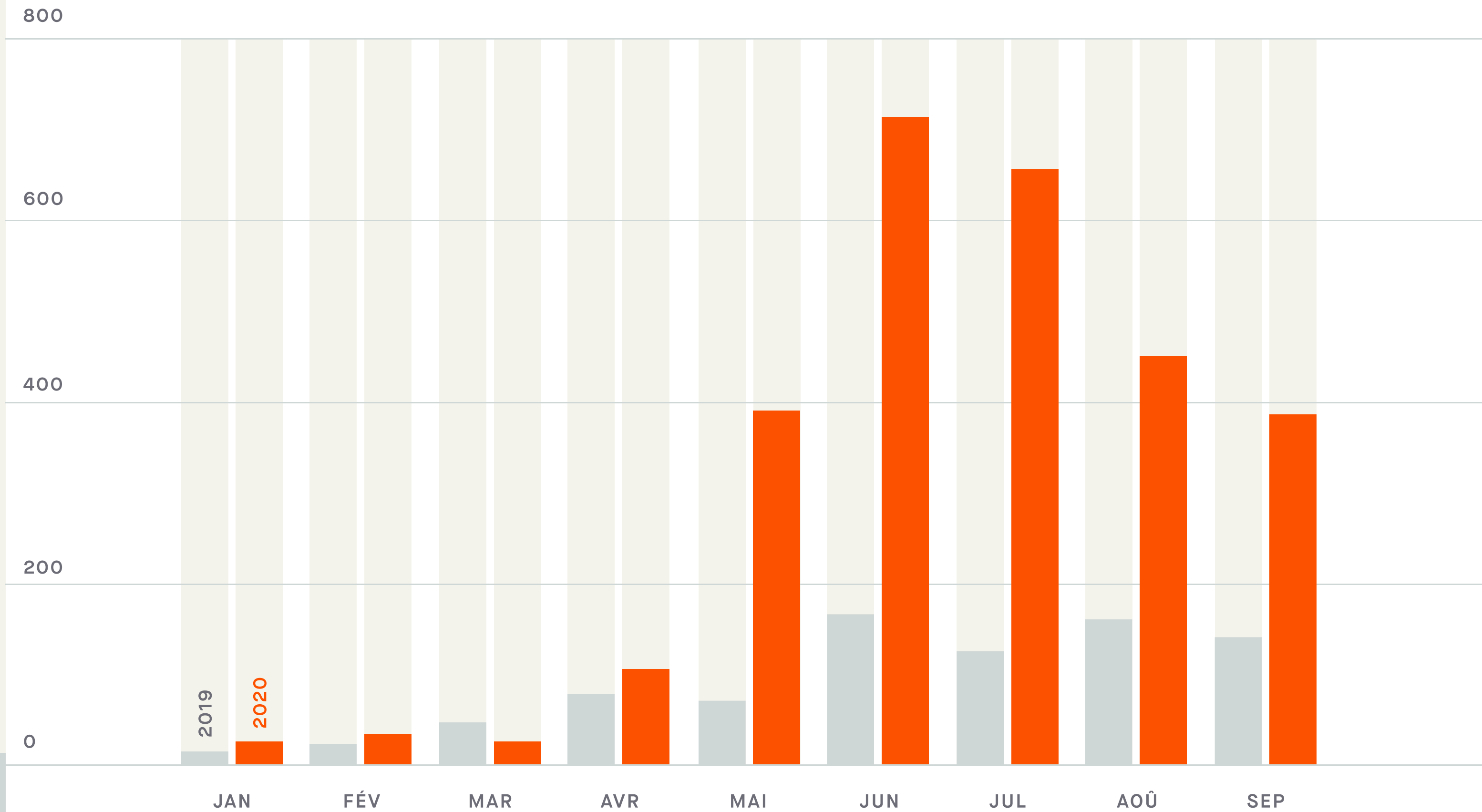
NOUVEAUX QOM ET KOM



DES COURONNES CONVOITÉES

Les premières places des classements sur les segments ont été plus que jamais briguées : nous avons constaté une hausse de 36 % des QOM et de 32 % des KOM ayant changé de mains (ou de têtes) cette année.

Gravir ses propres montagnes



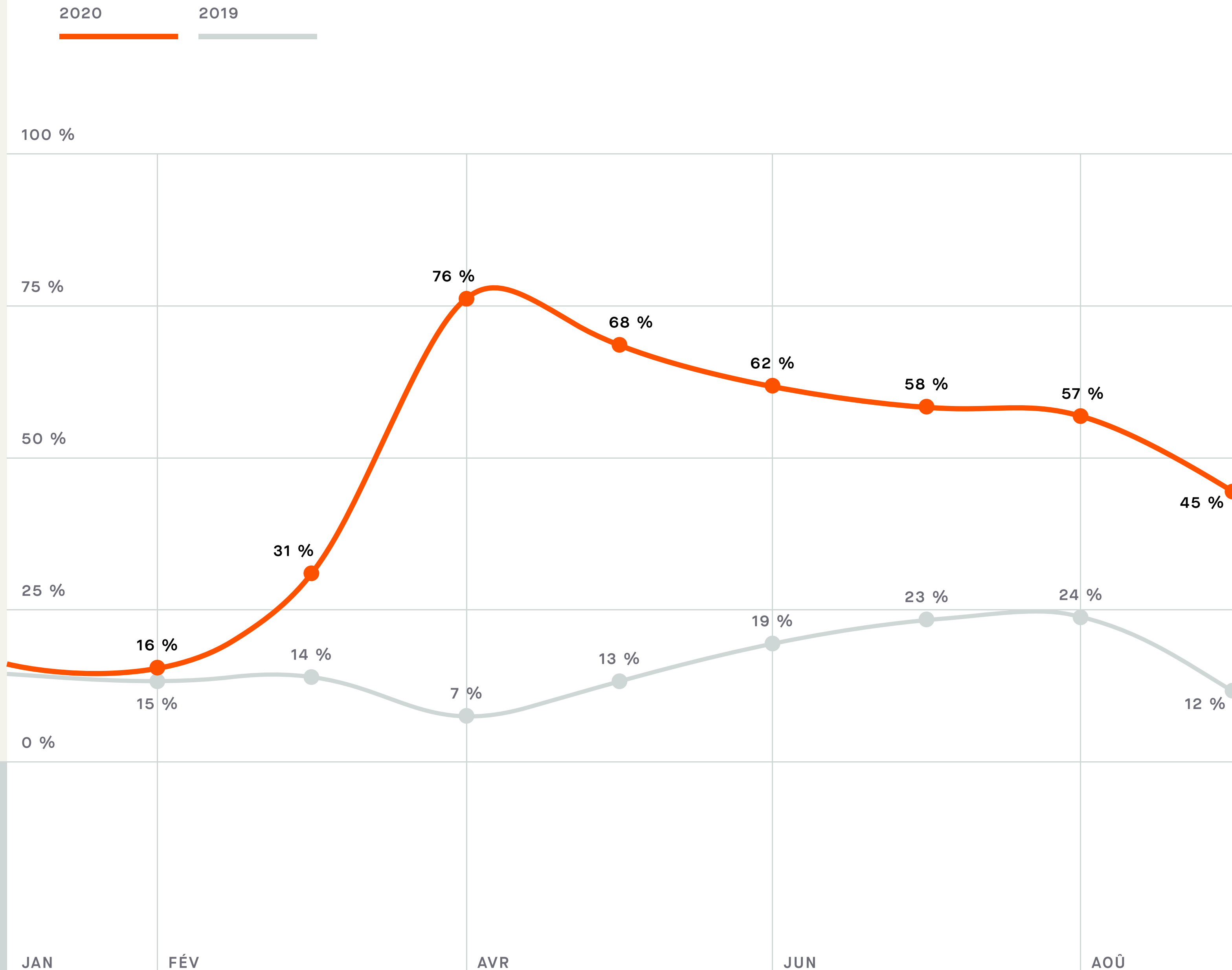
▼
 Cette année, les cyclistes, tant les amateurs que les pros, ont été très nombreux à s'essayer à l'Everesting (une activité consistant à répéter une même montée jusqu'à atteindre un dénivelé positif de 8 848 mètres). Pour quelques athlètes, le but affiché était de décrocher un record du monde, mais pour la plupart il s'agissait simplement de savoir s'ils étaient capables de réussir ce pari fou.

DURÉE MOYENNE DE L'ACTIVITÉ EVERESTING



En solo

MARATHONS EN SOLO PAR MOIS



Les athlètes ont enregistré moins de courses à pied de 42,2 km sur Strava en 2020 qu'en 2019, ce qui semble logique puisque la plupart des World Marathons Majors ont été annulés ou réservés aux coureurs professionnels. Sur les centaines de milliers de marathons qui ont quand même été enregistrés, 44 % ont été courus entièrement en solo, contre 14 % l'année dernière.

UN ESPRIT DE COMPÉTITION QUI PERDURE

Parmi les coureurs qui utilisent Strava depuis 2019 au moins, 55 % ont décroché un nouveau PR sur les distances 5 km, 10 km, semi-marathon ou marathon cette année.

55 %

COUREURS DÉCROCHANT DE NOUVEAUX PR

Communauté et consignes sanitaires

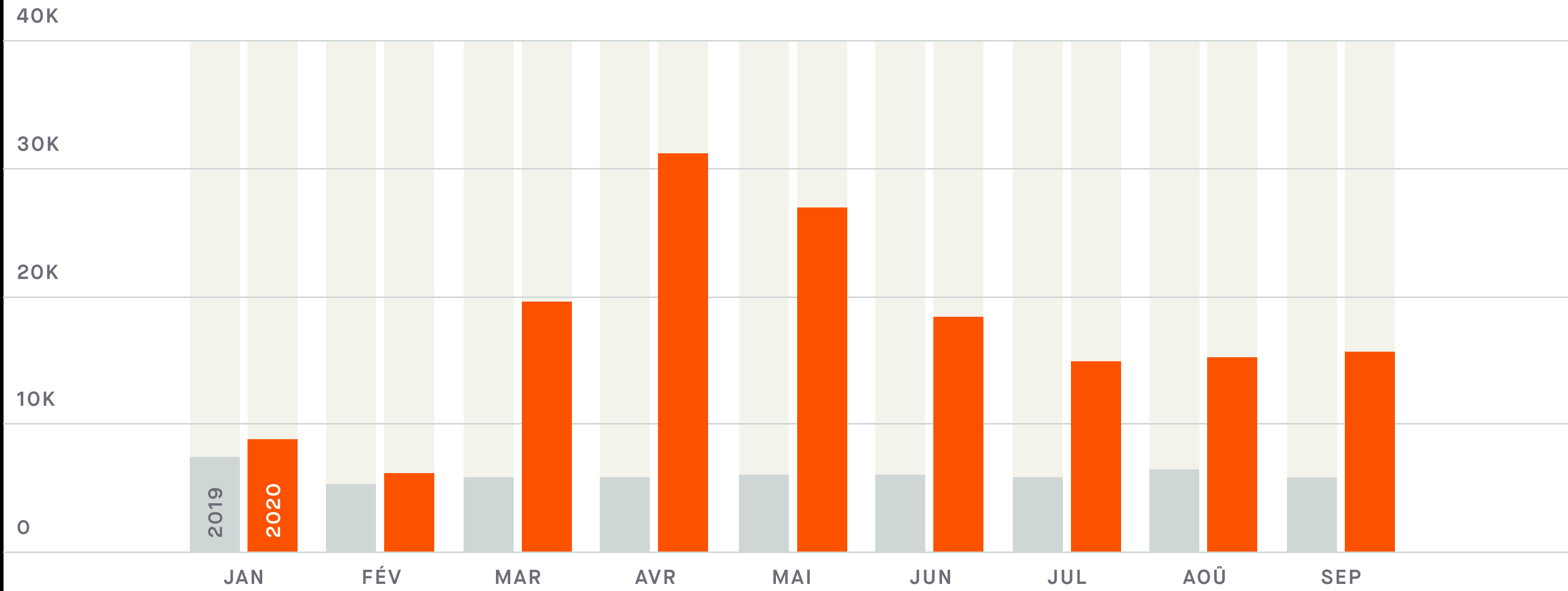
Certaines activités de la communauté ont été suspendues compte tenu de la distanciation physique requise, mais, même à distance, les athlètes ont trouvé des moyens de s'unir.

SUR STRAVA, LES CLUBS RESTENT OUVERTS

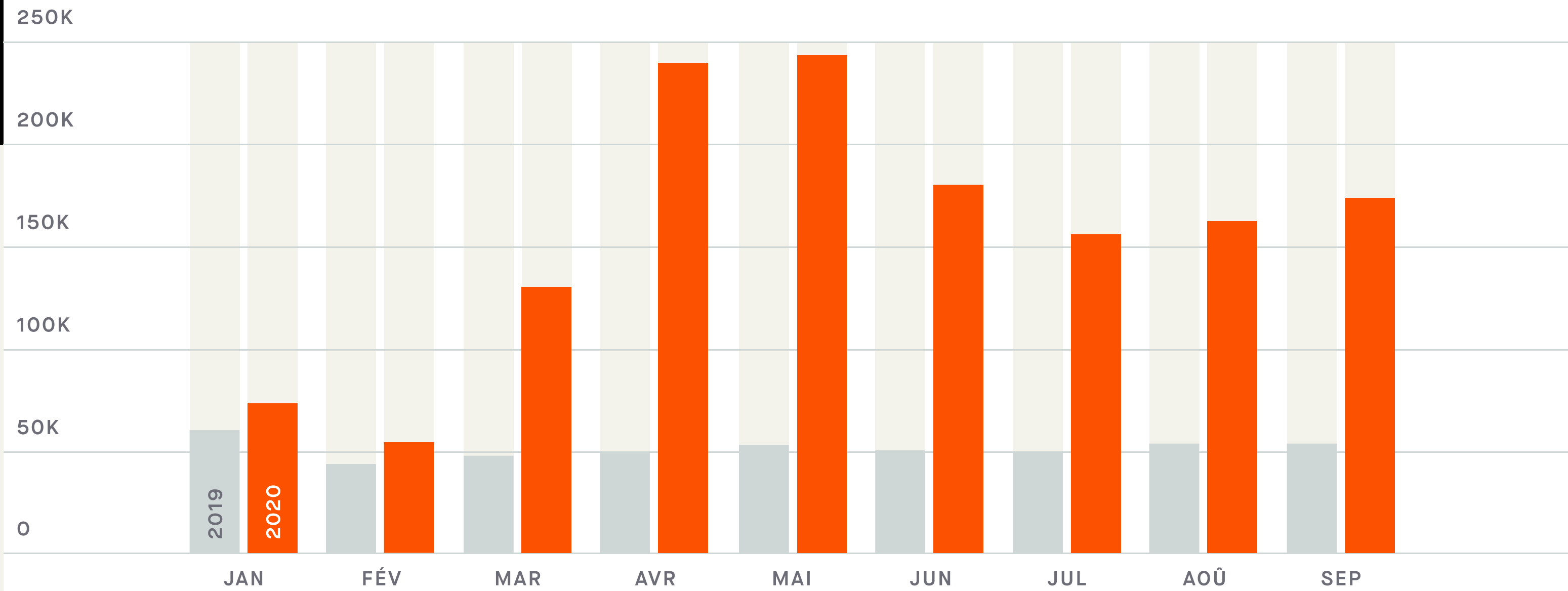
D'ordinaire, le nombre de nouveaux clubs et de personnes qui les rejoignent reste relativement stable, mais cette année, nous avons observé un pic de nouveaux clubs et de personnes désirant les rejoindre.

Ces clubs, dont des clubs d'entreprise, des équipes d'étudiants ou encore des challenges locaux, ont permis aux athlètes partageant les mêmes centres d'intérêt de communiquer, de rester motivés et de se mesurer les uns aux autres.

NOUVEAUX CLUBS CRÉÉS



NOUVEAUX MEMBRES DE CLUBS



Participations en nombre

Les challenges Strava motivent les athlètes du monde entier à réaliser un objectif spécifique. Cette année, le nombre de participants aux challenges a plus que doublé par rapport à l'année dernière, entre mars et août.

LE MILLION DE PARTICIPANTS A ÉTÉ ATTEINT

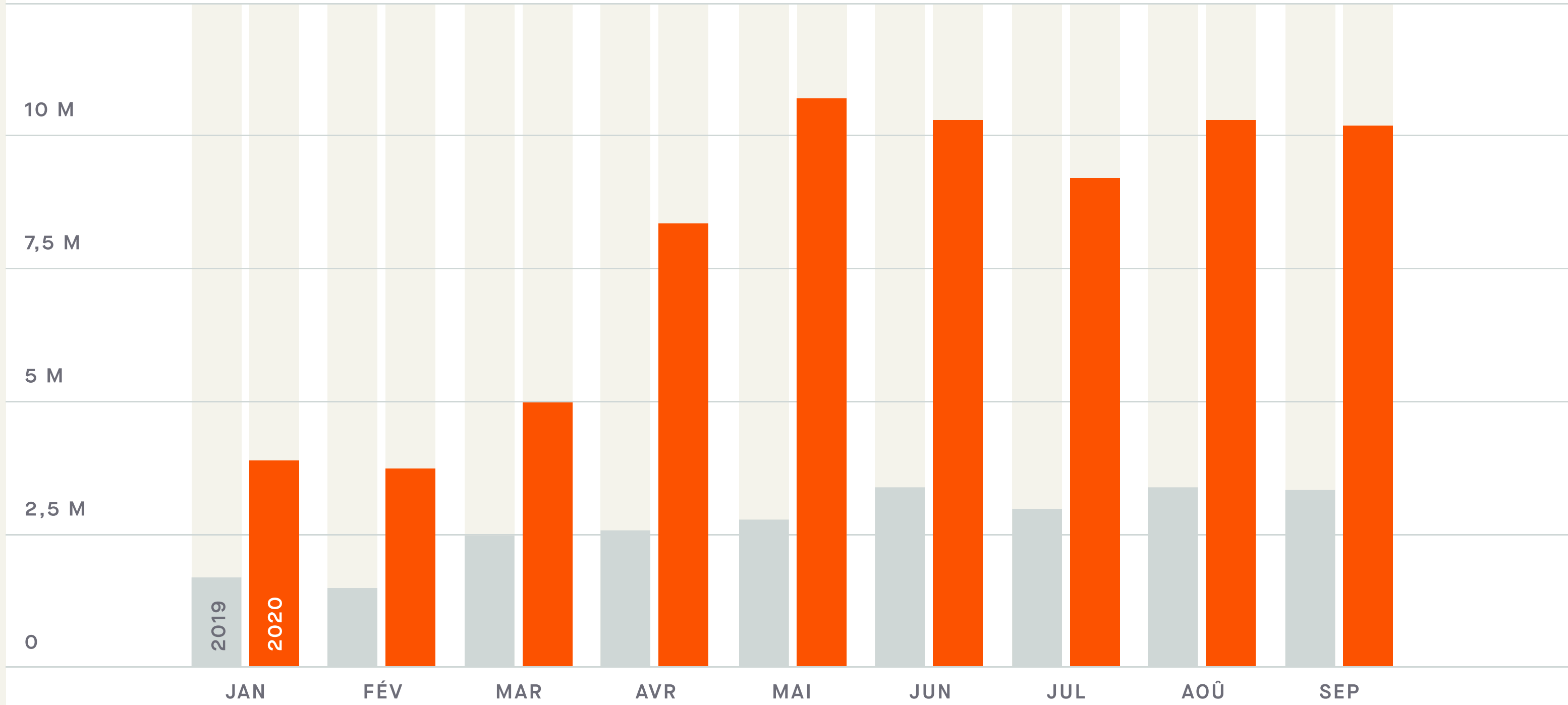
Plus d'un million d'athlètes ont participé à notre challenge mensuel 5K en mai, du jamais vu ! Notre challenge SOLOdarity de distanciation physique a lui aussi presque rassemblé un million de participants. Il s'est terminé le 10 mai, avec 965 000 athlètes.

71,8 M

PARTICIPANTS AUX CHALLENGES (JAN-SEP)

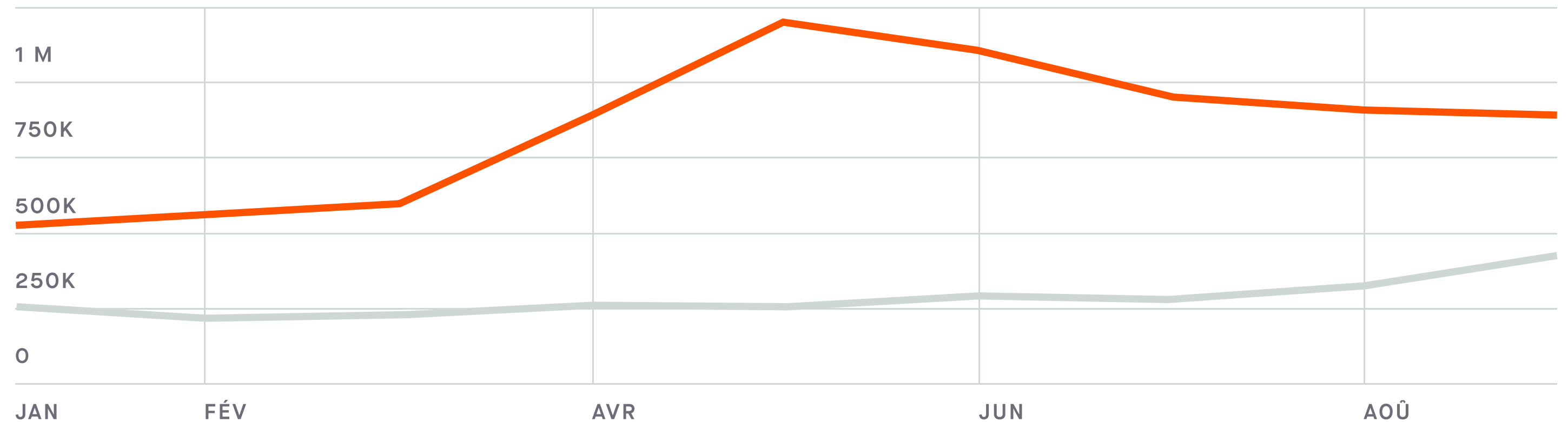
PARTICIPANTS AUX CHALLENGES

12,5 M



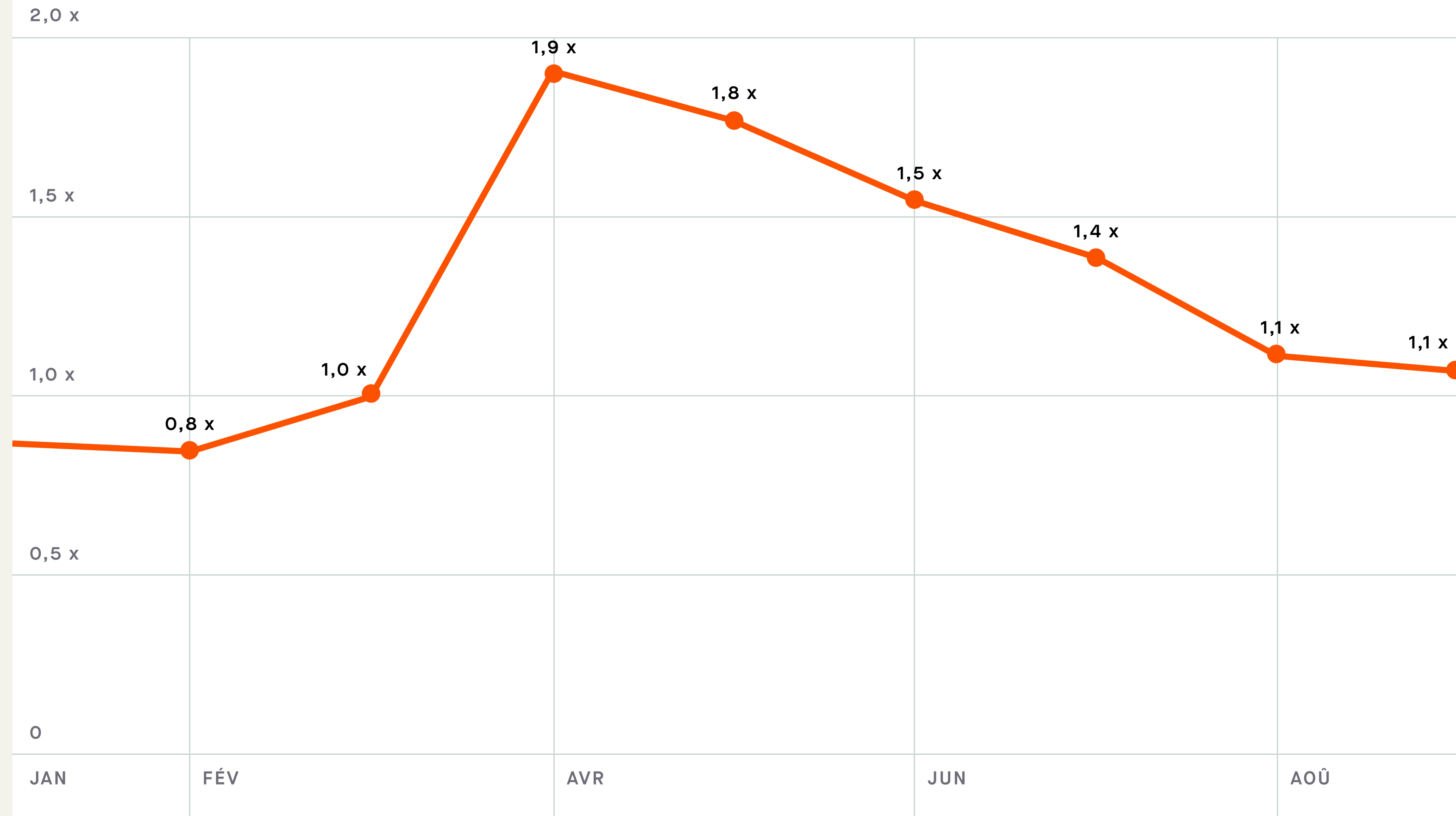
PARTICIPANTS AU CHALLENGE MENSUEL 5K

1,25 M



Restons connectés

TAUX MOYEN DE NOUVELLES PERSONNES SUIVIES



▼ Parmi les chiffres qui ont grimpé en flèche suite à la crise sanitaire, celui-ci concerne la dimension humaine.

1,9 x

HAUSSE DES LIENS SOCIAUX

▼ En moyenne, un athlète était abonné à deux fois plus d'autres athlètes en avril de cette année qu'en avril 2019. Tout au long de l'année 2020, chacun s'est efforcé de maintenir des liens avec les personnes qui leur sont chères. Nous espérons que Strava a pu contribuer, même dans une moindre mesure, à réunir les athlètes.

Nombre total de courses à pied



Nombre total de sorties à vélo



Déplacements actifs

Statistiques Strava

MONDE ENTIER



MONDE ENTIER



MONDE ENTIER



Nombre total d'athlètes 73,0 millions

Nombre d'activités cette année 1,1 milliard

Nouveaux clubs créés 172 000

Kudos envoyés 7,1 milliards

Photos téléchargées 386,4 millions

Distance totale 3,0 milliards km

Dénivelé total 28,8 milliards m

Distance moyenne par course à pied 6,3 km

Hommes 6,6 km

Femmes 5,5 km

Durée moyenne des courses à pied 00:38:48

Hommes 00:39:32

Femmes 00:37:33

Distance totale 13,0 milliards km

Dénivelé total 121,9 milliards m

Distance moyenne par sortie à vélo 25,4 km

Hommes 26,7 km

Femmes 19,8 km

Durée moyenne des sorties à vélo 01:15:49

Hommes 01:17:23

Femmes 01:08:11

Déplacements à vélo

Hommes +34,7 % d'une année sur l'autre

Femmes +77,7 % d'une année sur l'autre

FRANCE



FRANCE



FRANCE



Distance totale 233,9 millions km

Dénivelé total 2,9 milliards m

Distance moyenne par course à pied 8,5 km

Hommes 9,0 km

Femmes 7,2 km

Durée moyenne des courses à pied 00:49:22

Hommes 00:50:05

Femmes 00:46:31

Distance totale 773,1 milliards km

Dénivelé total 8,4 milliards m

Distance moyenne par sortie à vélo 30,9 km

Hommes 32,1 km

Femmes 21,0 km

Durée moyenne des sorties à vélo 01:29:04

Hommes 01:30:54

Femmes 01:10:51

Déplacements à vélo

Hommes +14,17 % d'une année sur l'autre

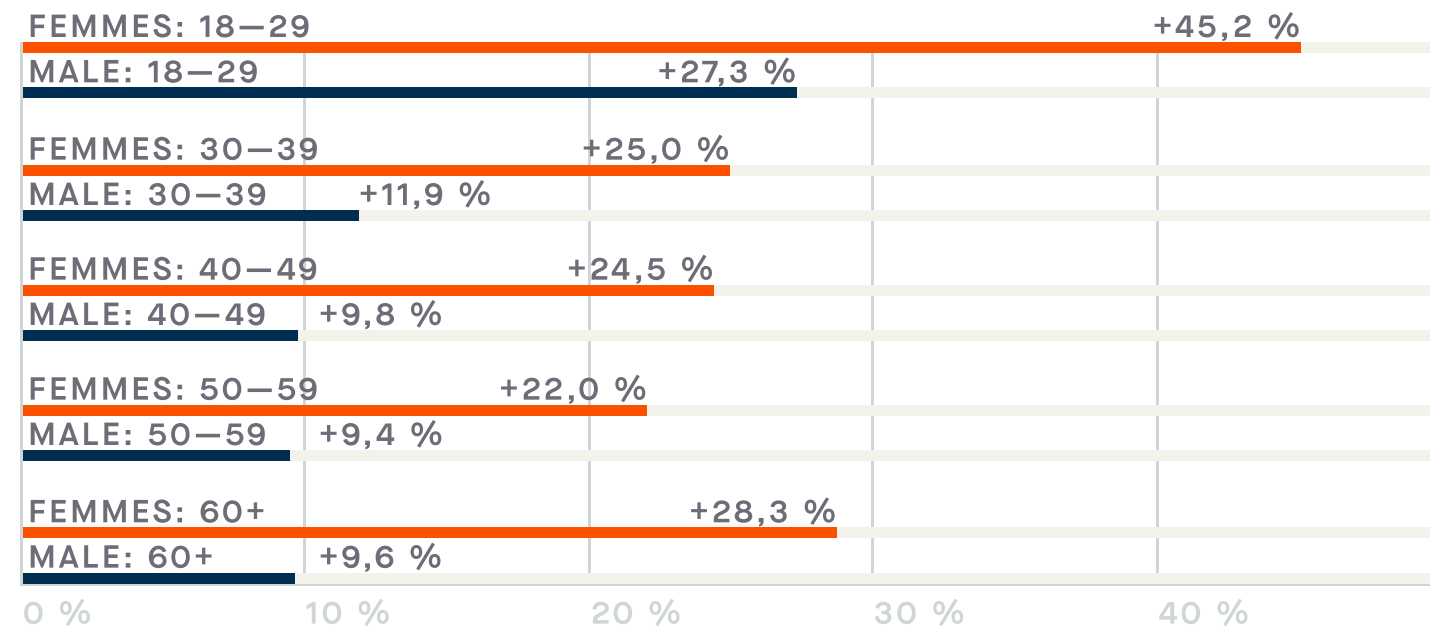
Femmes +357 % d'une année sur l'autre

Les chiffres sont calculés à partir des activités publiques partagées entre le 01/10/2019 et le 30/09/2020.

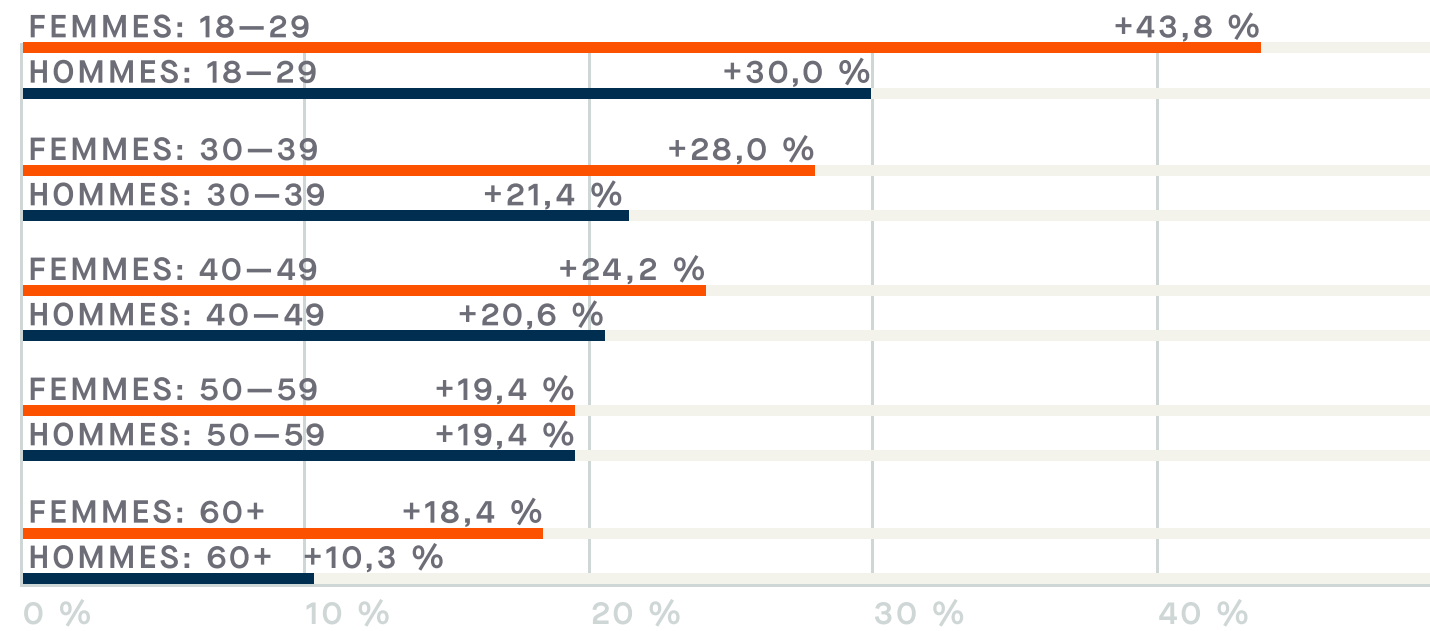
Échappée féminine – Comparaison entre les pays



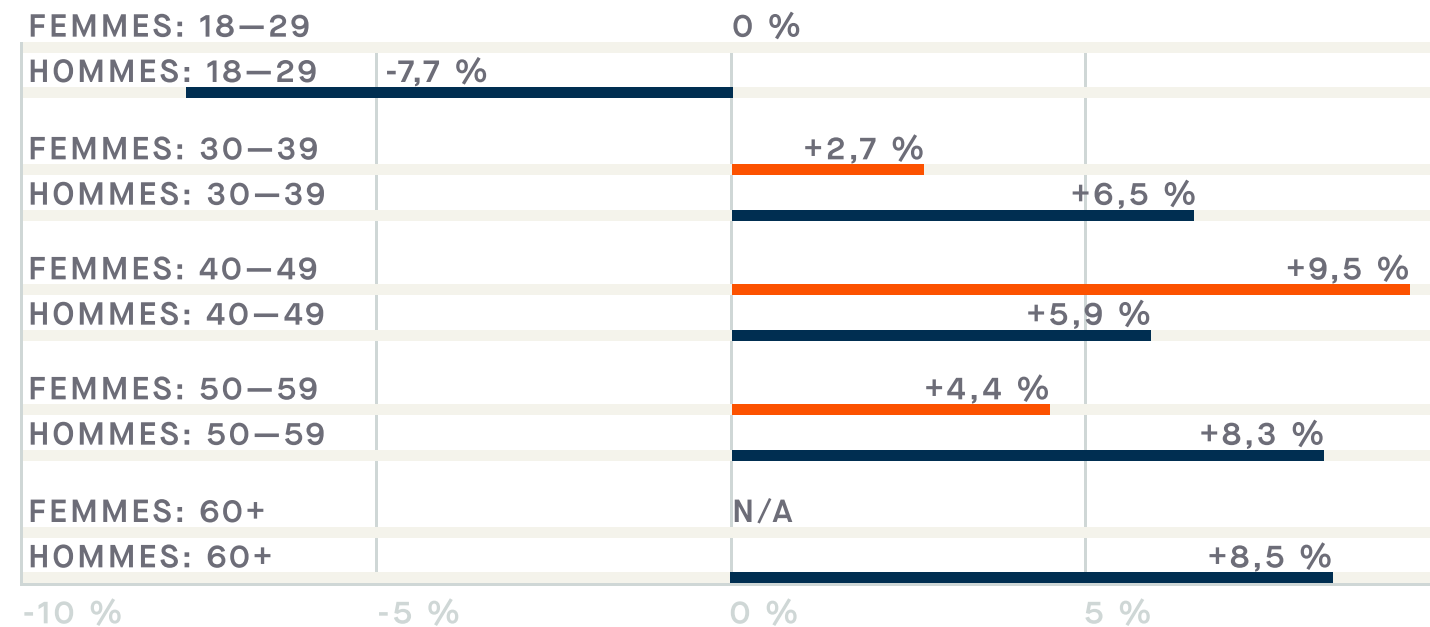
ÉVOLUTION ENTRE 2019 ET 2020 DU NOMBRE MÉDIAN D'ACTIVITÉS PAR ATHLÈTE (AVR-SEP) MONDE ENTIER



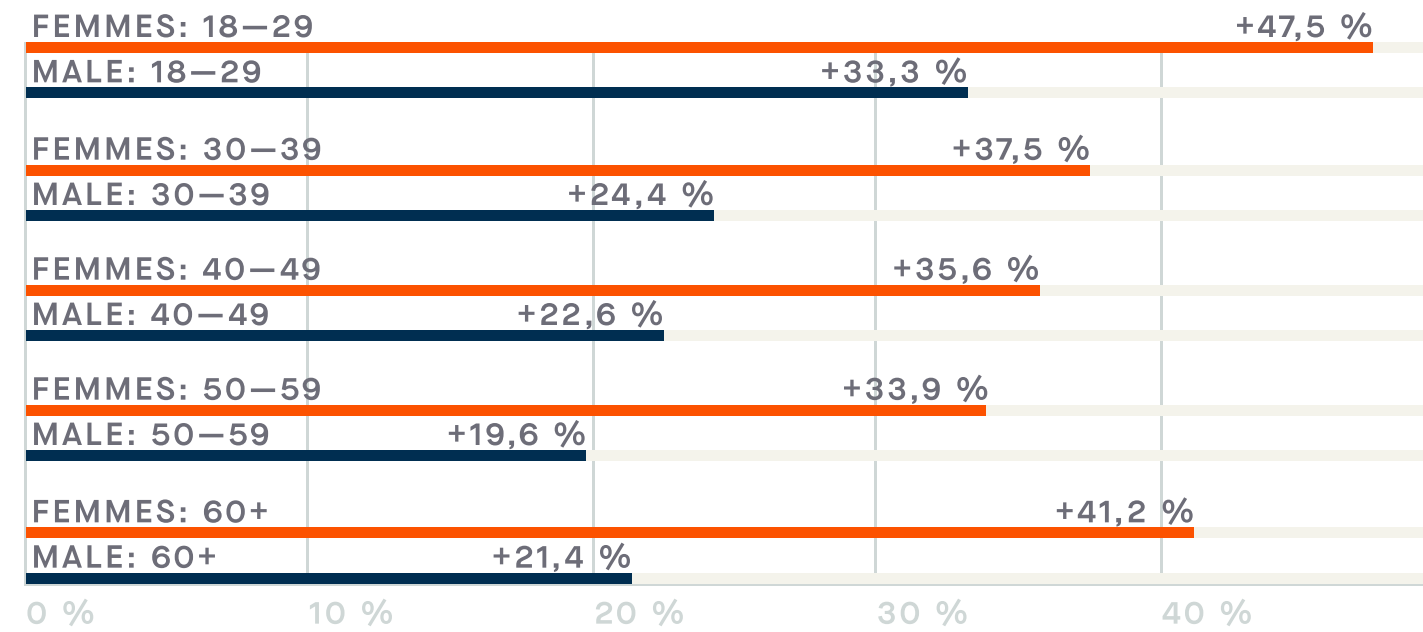
ÉVOLUTION ENTRE 2019 ET 2020 DU NOMBRE MÉDIAN D'ACTIVITÉS PAR ATHLÈTE (AVR-SEP) BRÉSIL



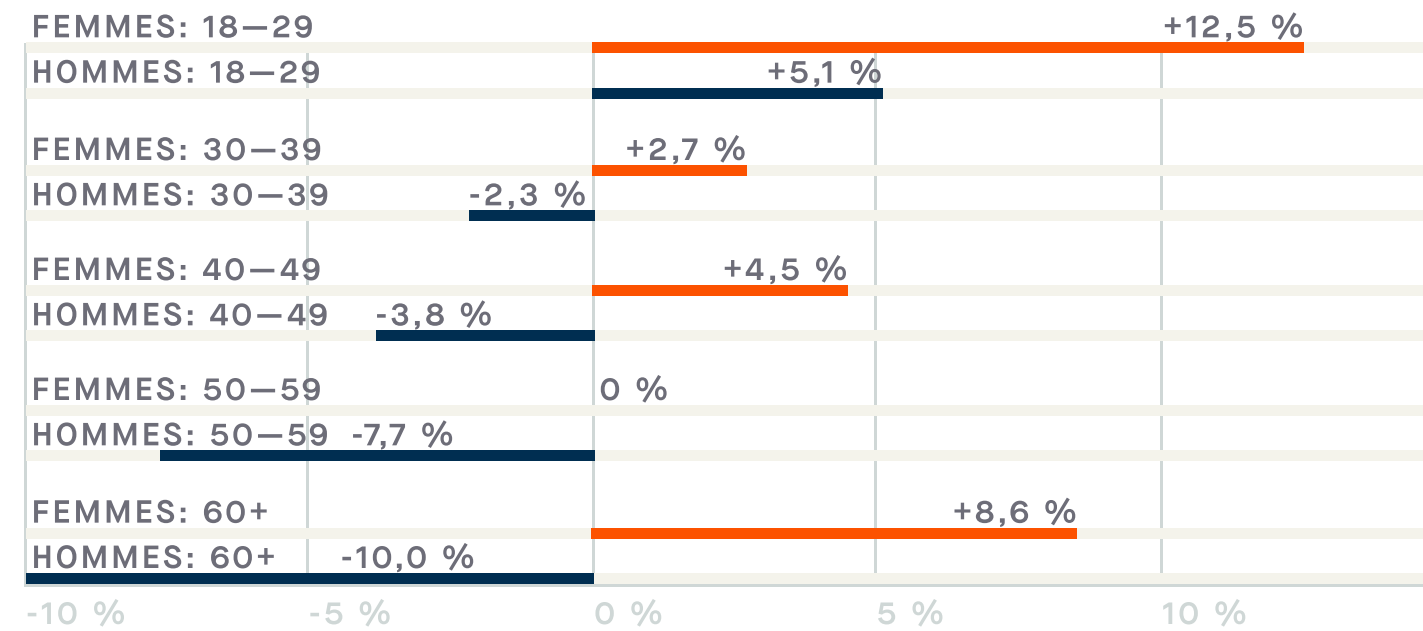
ÉVOLUTION ENTRE 2019 ET 2020 DU NOMBRE MÉDIAN D'ACTIVITÉS PAR ATHLÈTE (AVR-SEP) JAPON



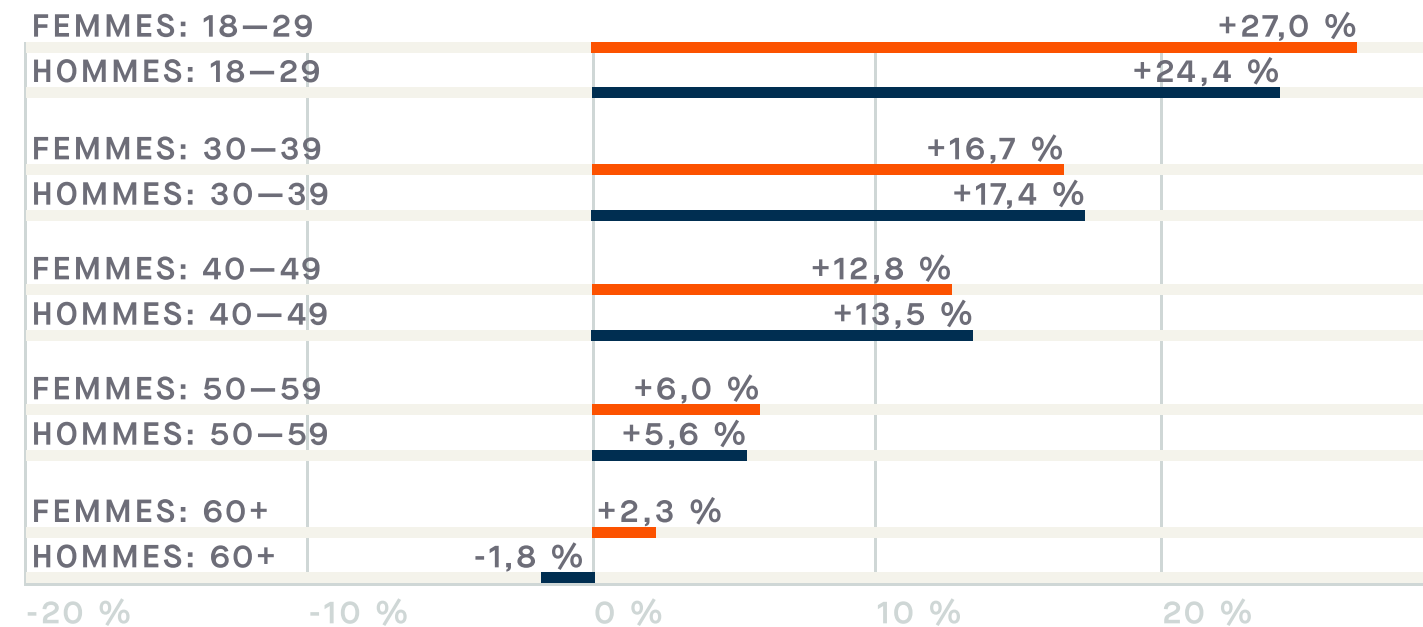
ÉVOLUTION ENTRE 2019 ET 2020 DU NOMBRE MÉDIAN D'ACTIVITÉS PAR ATHLÈTE (AVR-SEP) ÉTATS-UNIS



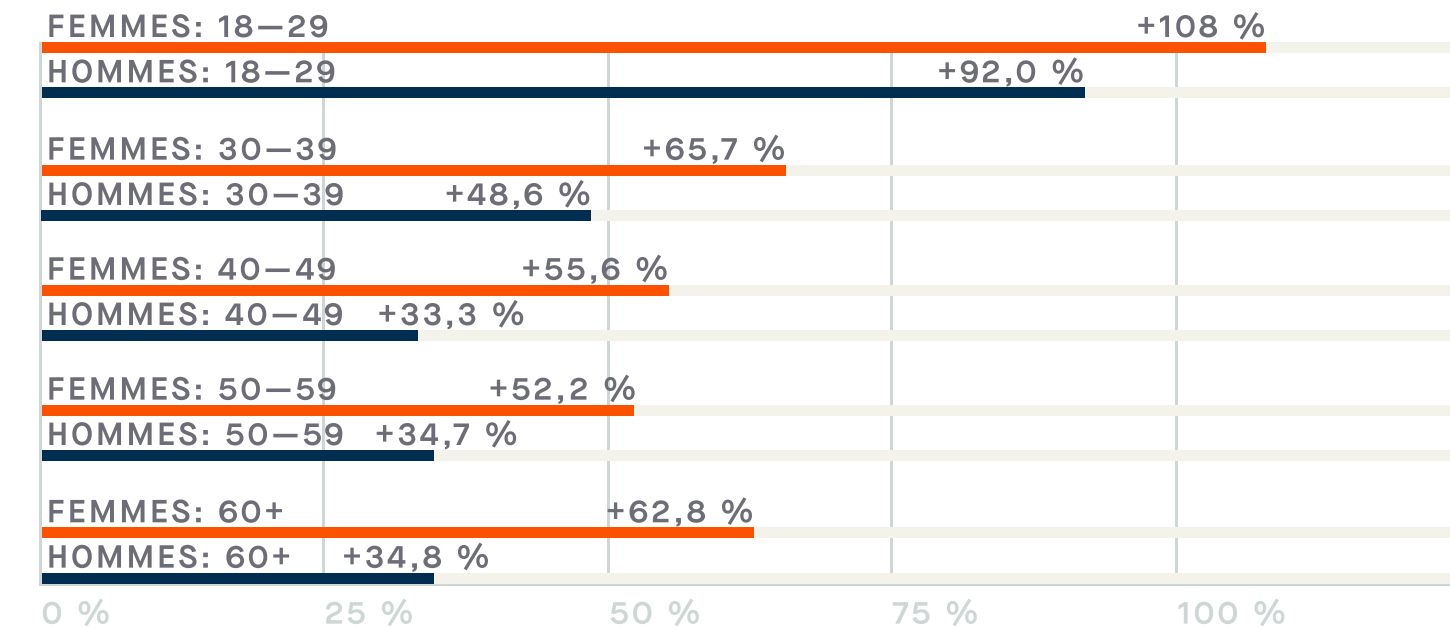
ÉVOLUTION ENTRE 2019 ET 2020 DU NOMBRE MÉDIAN D'ACTIVITÉS PAR ATHLÈTE (AVR-SEP) FRANCE



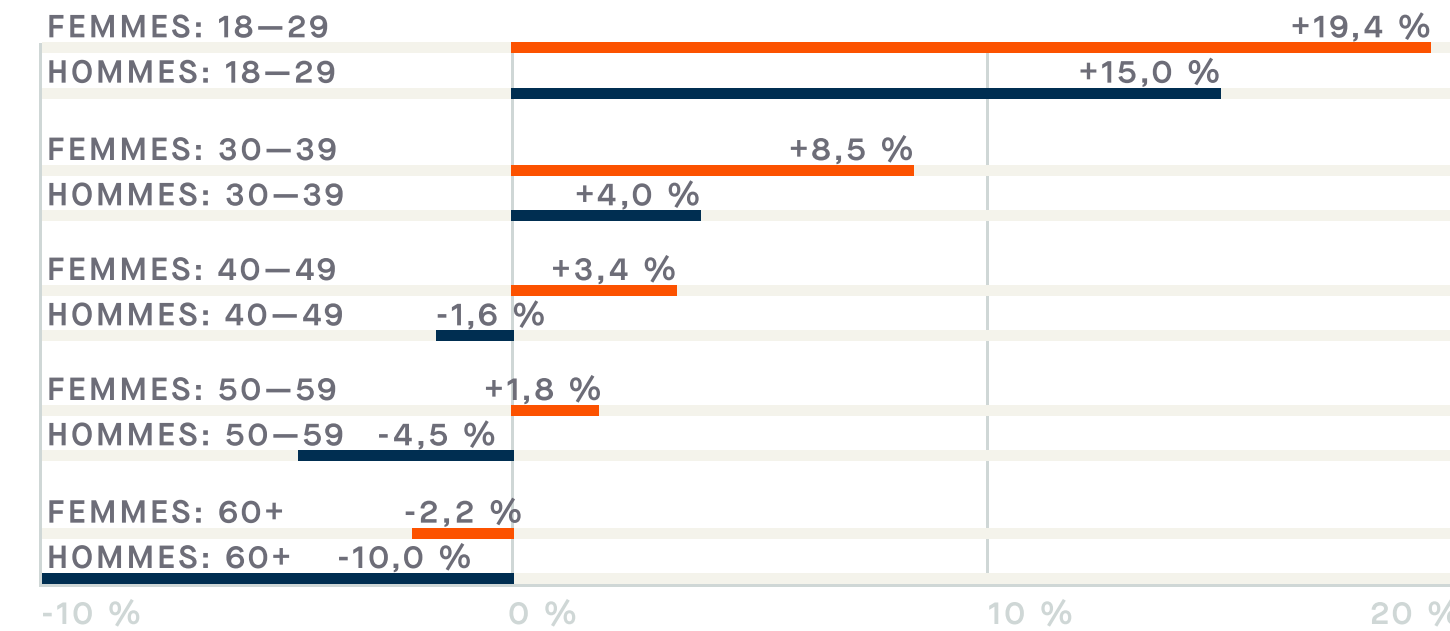
ÉVOLUTION ENTRE 2019 ET 2020 DU NOMBRE MÉDIAN D'ACTIVITÉS PAR ATHLÈTE (AVR-SEP) ESPAGNE



ÉVOLUTION ENTRE 2019 ET 2020 DU NOMBRE MÉDIAN D'ACTIVITÉS PAR ATHLÈTE (AVR-SEP) ROYAUME-UNI + IRLANDE



ÉVOLUTION ENTRE 2019 ET 2020 DU NOMBRE MÉDIAN D'ACTIVITÉS PAR ATHLÈTE (AVR-SEP) ALLEMAGNE



STRAVA

L'ANNÉE
SPORTIVE

20

20

Pour toute question ou demande
presse, merci de nous contacter :

press@strava.com