



Exigez
un suivi
correct

**PAS ASSEZ
ENCADRÉ**

40 % auraient
aimé avoir plus
d'information sur
les appareils et les
exercices à faire.

Tous au fitness ?

La satisfaction, ça motive aussi

Les bonnes résolutions nous conduisent à la salle de fitness. Puis le manque de temps, de motivation ou d'encadrement nous en éloigne. Malgré nos efforts, les abonnements restent extrêmement difficiles à résilier : 3 participants à notre enquête sur 10 l'ont expérimenté.

Christophe Rossini – Daisy Van Lissum

Deux fois par an – en début d'année et juste avant l'été –, les clubs de fitness sont pris d'assaut par les Belges, bien décidés à tenir leurs bonnes résolutions. Cependant, le plaisir procuré par les activités sportives est rarement la motivation première : parmi les quelque

1400 personnes qui ont répondu à notre questionnaire entre fin 2014 et début 2015, seule 1 sur 5 déclare se rendre dans une salle de fitness par goût. Nous cherchons plus souvent à améliorer notre condition physique (78 %), à nous sentir mieux (64 %), à contrôler notre poids ou à maigrir (63 %). Pourtant, c'est le plaisir

qui nous pousse en grande partie à continuer... ou son absence à rapidement baisser les bras.

Abandons lors de la 1ère année

Les répondants à notre enquête sont 6 sur 10 à être encore membres d'une salle de fitness, tandis que les autres ont