

# LES PROFESSIONNELS DU PILATES

## Carte d'identité et panorama du secteur

Une étude réalisée par l'UNION SPORT et CYCLE  
pour le compte de la FPMP



# Méthodologie et objectifs

L'étude a été réalisée en juillet 2022 par l'Union Sport et Cycle pour le compte de la Fédération des Professionnels de la méthode Pilates.

Pour cette étude, nous avons interrogé un échantillon de 350 professeurs de Pilates répartis dans toute la France. Le profil des répondants vous sera présenté sur les slides 5 à 9. Le terrain a été réalisé en août 2022.

L'objectif de l'étude est de dresser une carte d'identité des professionnels de la méthode Pilates, d'appréhender leur niveau de formations, leurs activités au quotidien ainsi que leur état d'esprit en cette période de reprise post-COVID.

# Sommaire

Après un rappel méthodologique, vous retrouverez les principaux résultats de l'étude au sein des 5 parties ci-contre.

## Table des matières

- 01 Carte d'identité
- 02 La formation des professionnels
- 03 L'activité des professionnels
- 04 L'état d'esprit des professionnels
- 05 La FPMP et vous

# 01

---

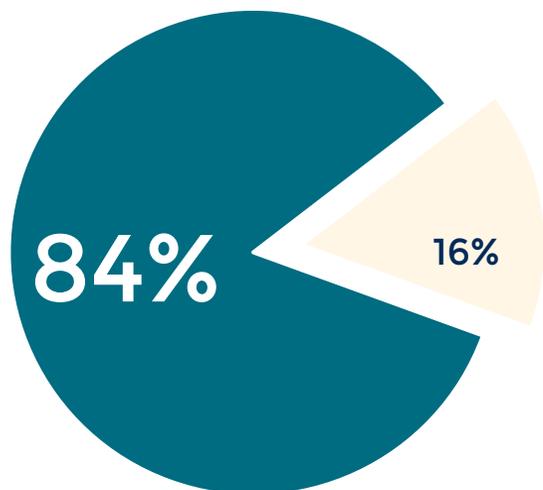
## Carte d'identité



# LA RÉPARTITION DES PROFESSIONNELS PAR GENRE ET PAR ÂGE

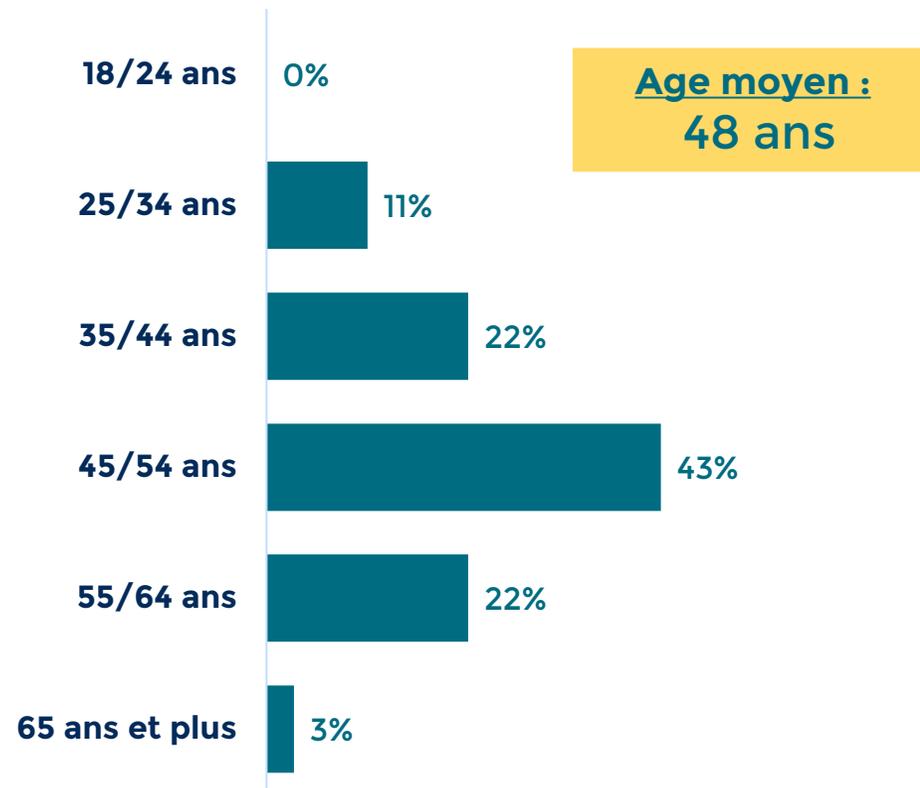
Une majorité de femmes, majoritairement âgés de 45 ans et plus

Vous êtes :



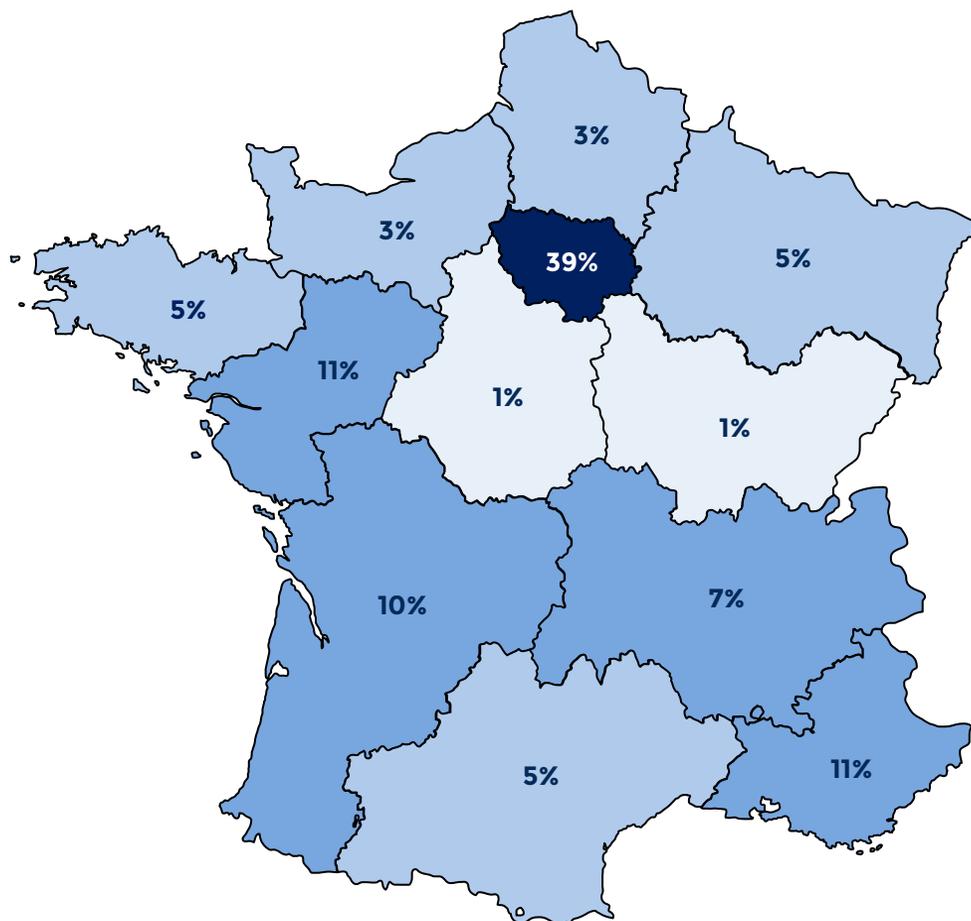
■ Femme ■ Homme

Quel âge avez-vous ?



# LA RÉPARTITION DES PROFESSIONNELS PAR LIEU D'HABITATION

Une sur-représentation de l'Île de France dans notre échantillon

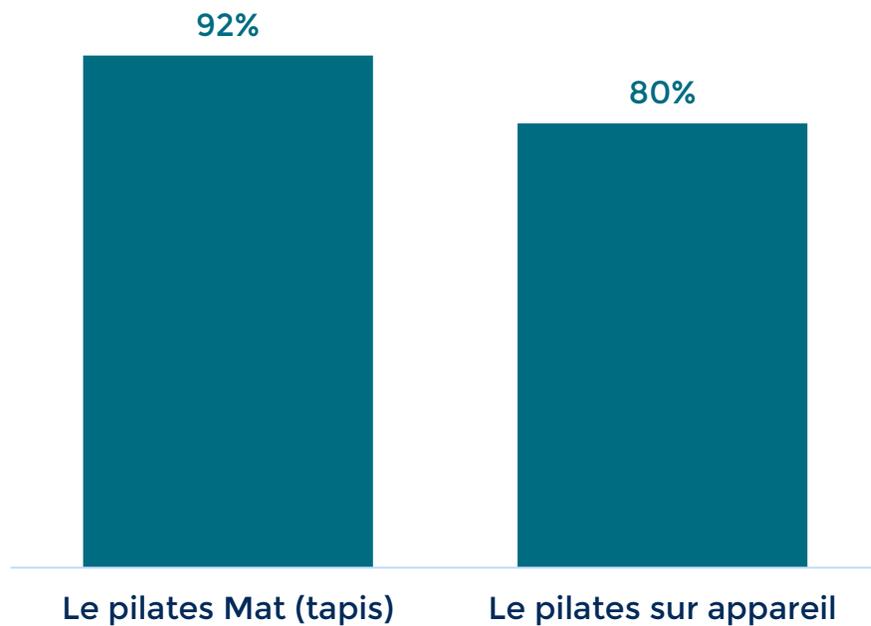


	Régions	%
1	Ile-de-France	39%
2	Provence-Alpes-Côte d'Azur	11%
3	Pays de la Loire	11%
4	Nouvelle-Aquitaine	10%
5	Auvergne-Rhône-Alpes	7%
6	Bretagne	5%
7	Occitanie	5%
8	Grand Est	5%
9	Hauts-de-France	3%
10	Normandie	3%
11	Bourgogne-Franche-Comté	1%
12	Centre-Val de Loire	1%
13	La Réunion	0%

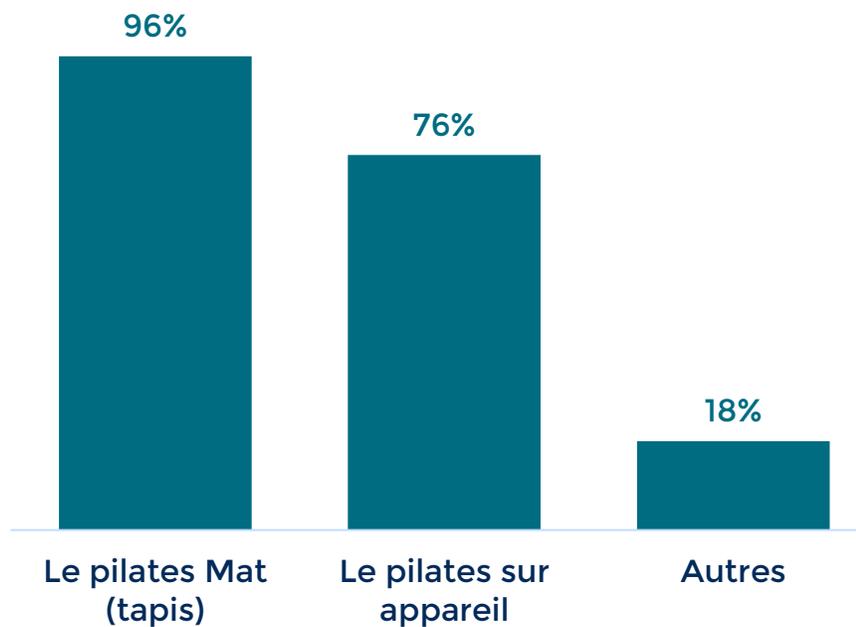
# LES ACTIVITÉS ENSEIGNÉES ET PRATIQUÉES

Le pilates MAT est la pratique la plus enseignée et la plus pratiquée

**Vous pratiquez ?** Plusieurs réponses possibles



**Enseignez-vous ?** Plusieurs réponses possibles



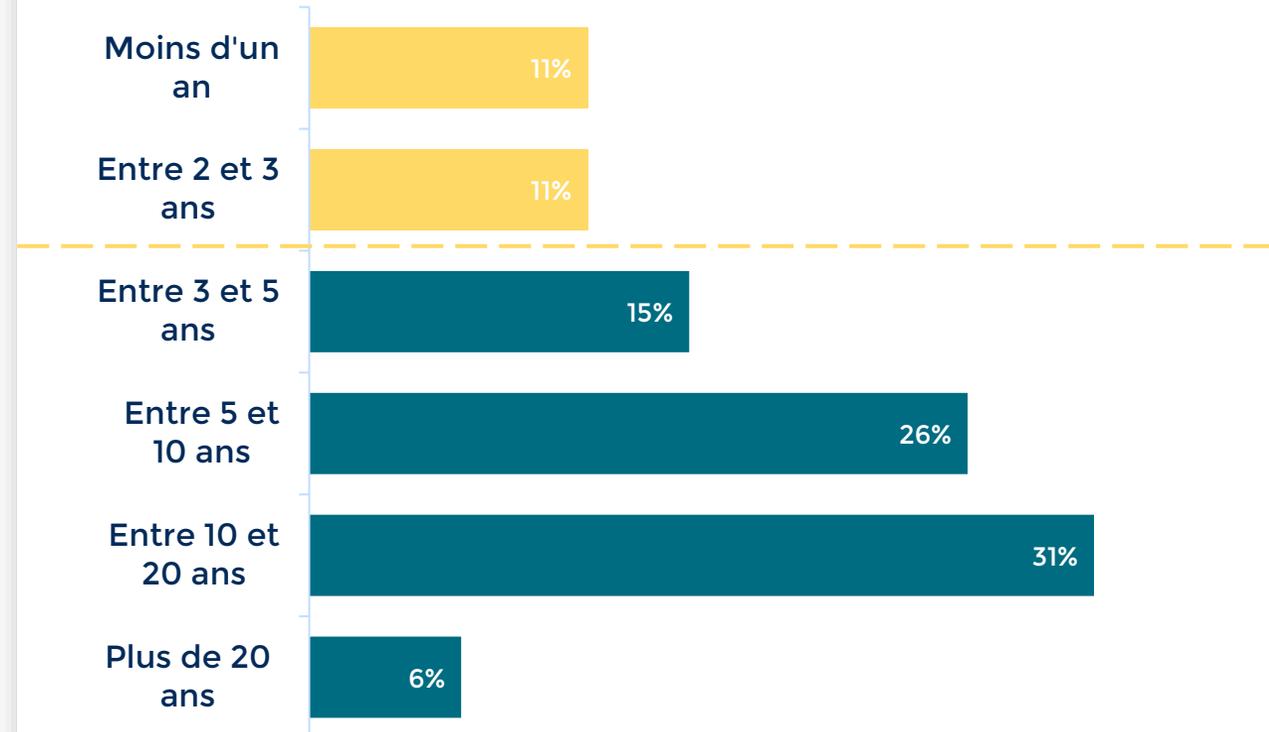
## L'ANCIENNETÉ DES PROFESSIONNELS DU SECTEUR

Une profession qui se renouvelle, avec de nombreux débutants

22%

Des professeurs de Pilates  
enseignent depuis moins  
de 3 ans.

### Depuis combien de temps enseignez-vous ?



## LA VISIBILITÉ DES PROFESSEURS DE PILATES

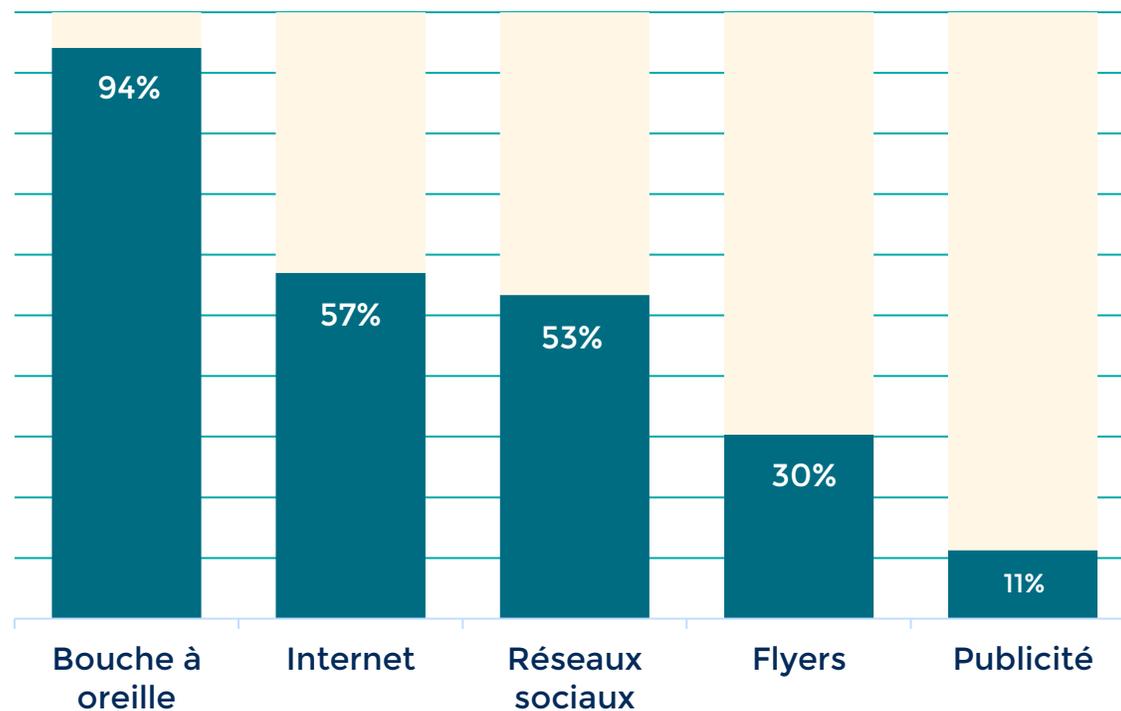
Le bouche à oreille, le meilleur moyen pour se faire connaître

94%

Des professeurs de Pilates  
ont eu recours au bouche à  
oreille pour se faire  
connaître

Comment vous-êtes vous fait connaître ou faites-vous connaître vos cours ?

Plusieurs réponses possibles



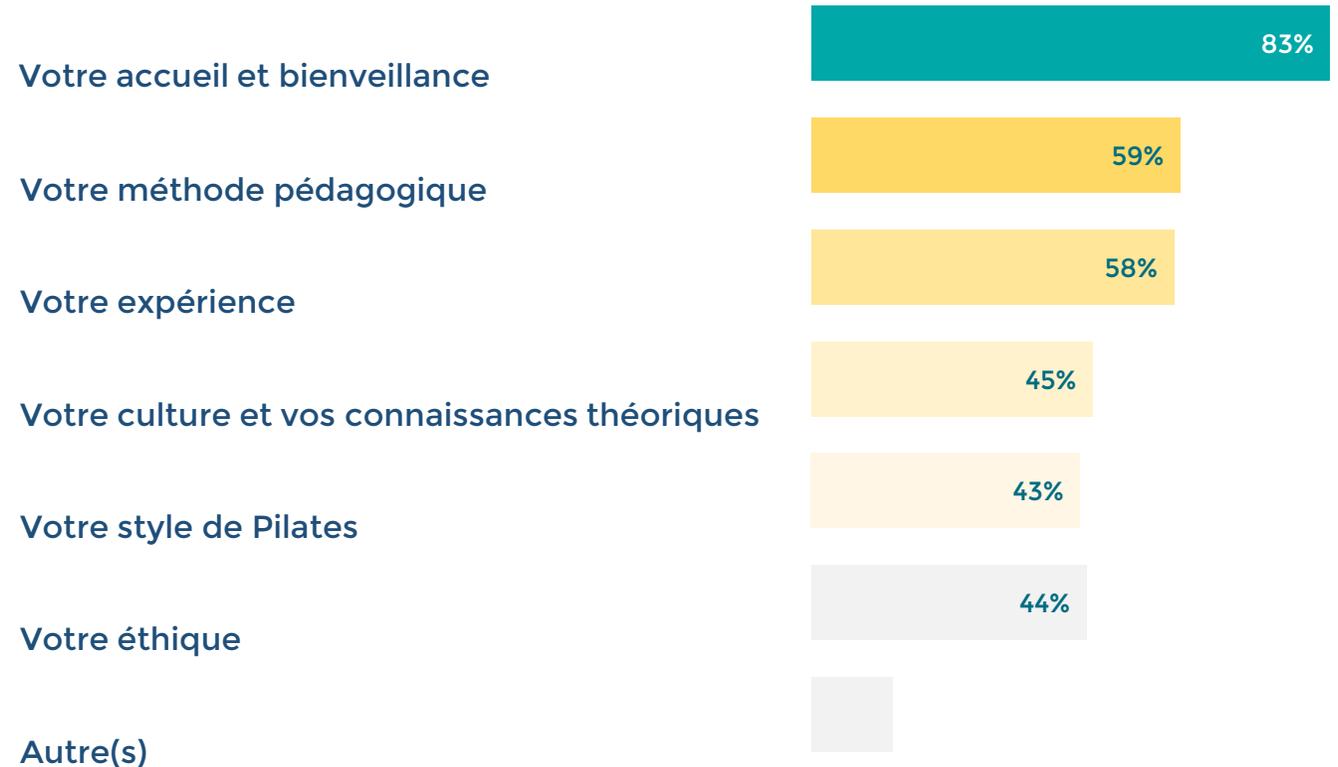
## LES PRINCIPALES QUALITÉS POUR ENSEIGNER

L'accueil et la bienveillance, des prérequis indispensables pour l'enseignement

83%

Des professeurs de Pilates interrogés pensent que leur qualité d'accueil ainsi que leur bienveillance les rendent unique.

### Qu'est-ce qui vous rend unique, différent ?



# 02

---

## La formation des professionnels du Pilates



## LA FORMATION DES PROFESSEURS DE PILATES

Une très large majorité de professionnels se sont formés au pilates

97%

Des professeurs de Pilates  
déclarent avoir suivi une  
formation initiale pour le  
Pilates

Avez-vous une formation initiale (diplôme) pour le Pilate?

Oui

97%

Non  
3%

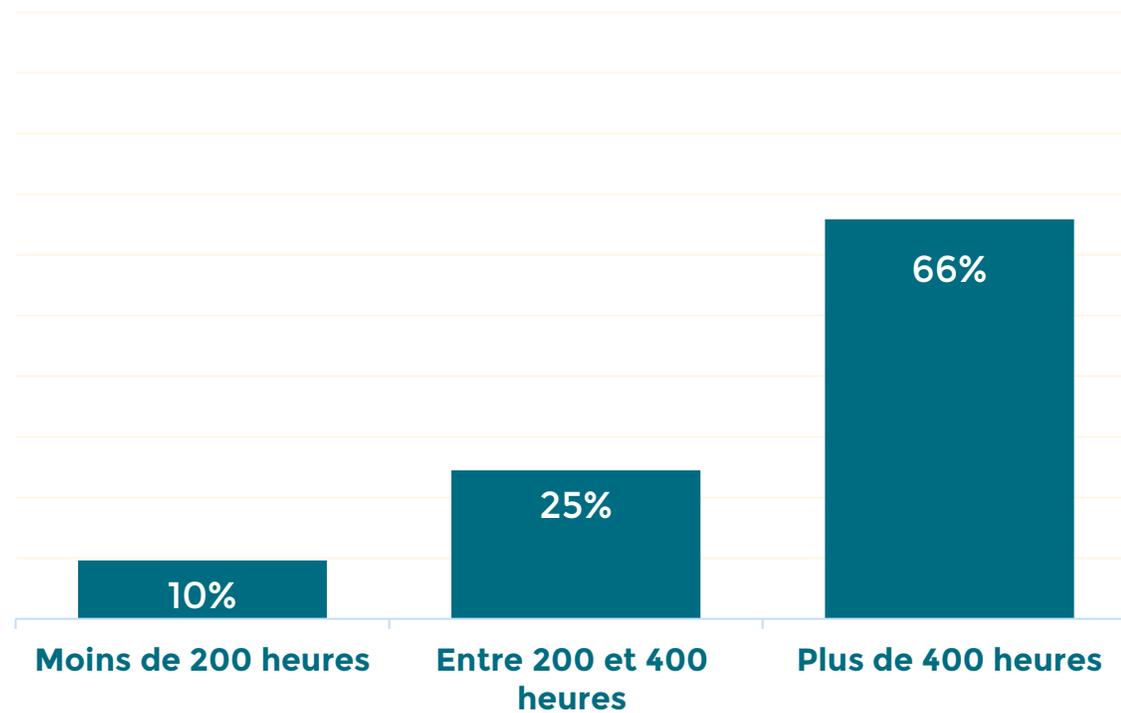
## LA DURÉE DES FORMATIONS

La majorité des professeurs de Pilates ont une formation qui excède 400 h

66%

Des professeurs de Pilates déclarent avoir effectué plus de 400 heures afin d'obtenir leur diplôme

Pour obtenir ce diplôme votre formation proposait un contenu qui durait :



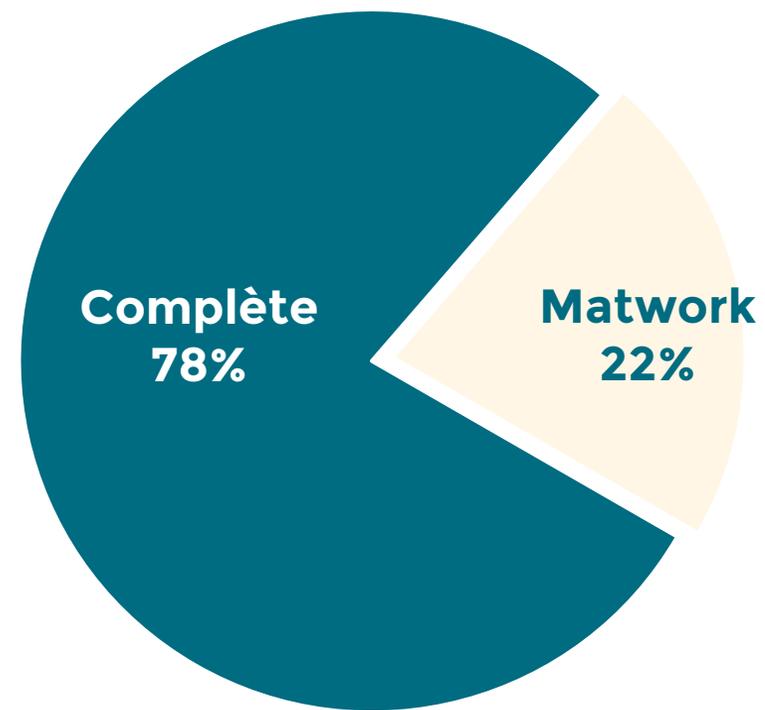
## LES TYES DE FORMATION SUIVIES

Une majorité de professeurs optent pour une formation complète

78%

Des professeurs ont suivi  
une formation complète  
(mat + appareils)

Cette formation, elle était:



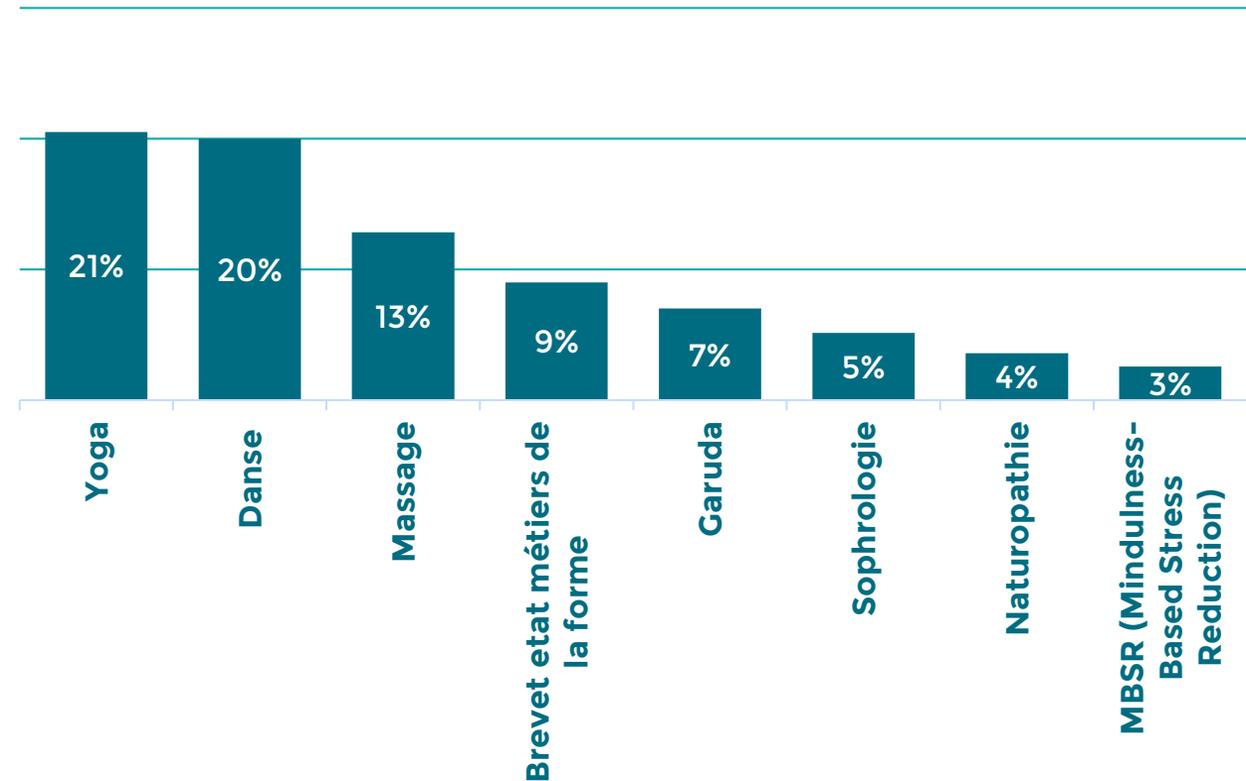
# LES DIPLÔMES DES PROFESSEURS DE PILATES

Des professeurs de Pilates diplômés

64%

Des professeurs de Pilates  
ont suivi une autre  
formation hors Pilates

En plus de votre formation spécifique au pilates, avez-vous d'autres diplômes sur des disciplines hors Pilates ? (sophrologie, naturopathie, massage, yoga, MBSR,...)  
Quelles autres formations avez-vous reçues ?



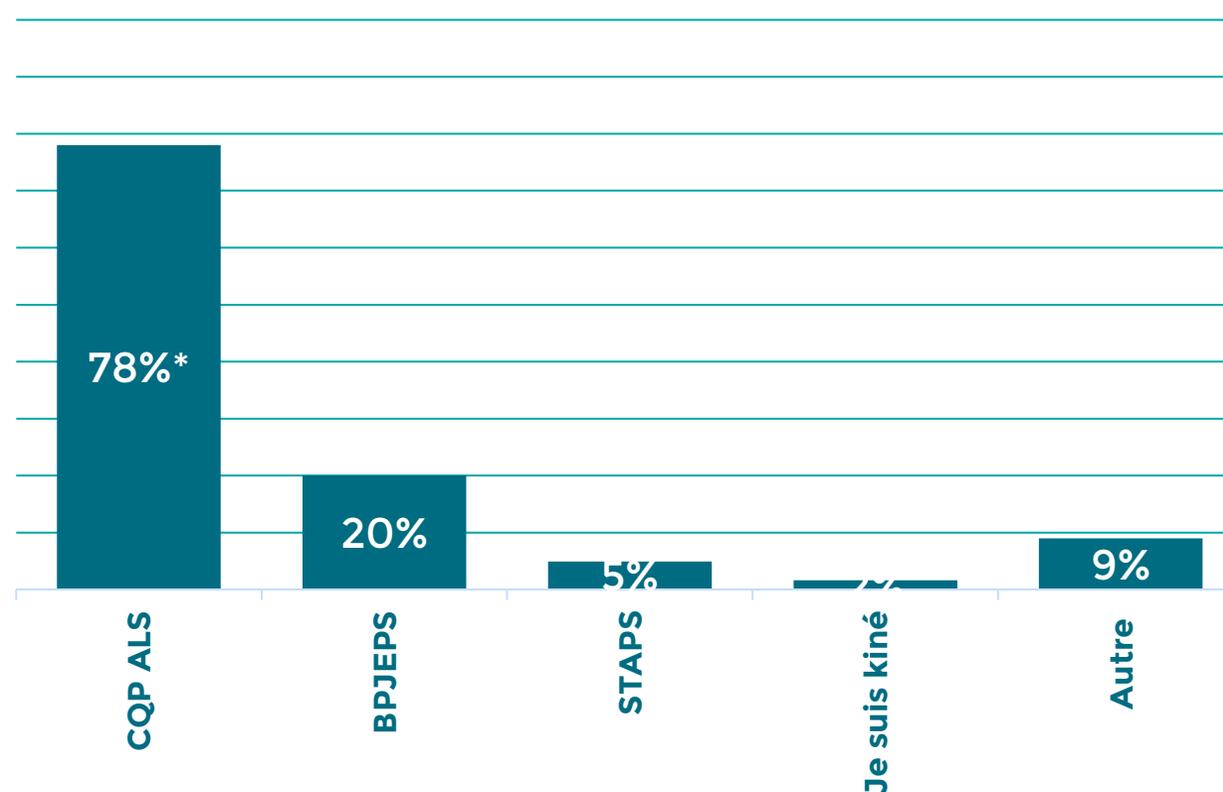
## DES PROFESSEURS DE PILATES ÉDUCATEUR SPORTIF

Une majorité de professeurs ont une carte d'éducateur sportif

80%

Des professeurs ont une carte d'éducateur sportif

Avez-vous une carte d'éducateur sportif ?  
Quel diplôme d'éducateur sportif possédez-vous ?



Lecture : parmi les 81% de professeurs qui ont une carte d'éducateur sportif, 78% possèdent un CQP ALS

# 03

---

## L'activité des professeurs de Pilates



## LES PROFESSEURS INSTRUCTEURS

1 professeur sur 10 est également formateur

9%

Des professeurs de Pilates proposent également des formations au Pilates

Proposez-vous des formations au Pilates (en tant qu'instructeur, afin de former des professeurs de pilates)? :

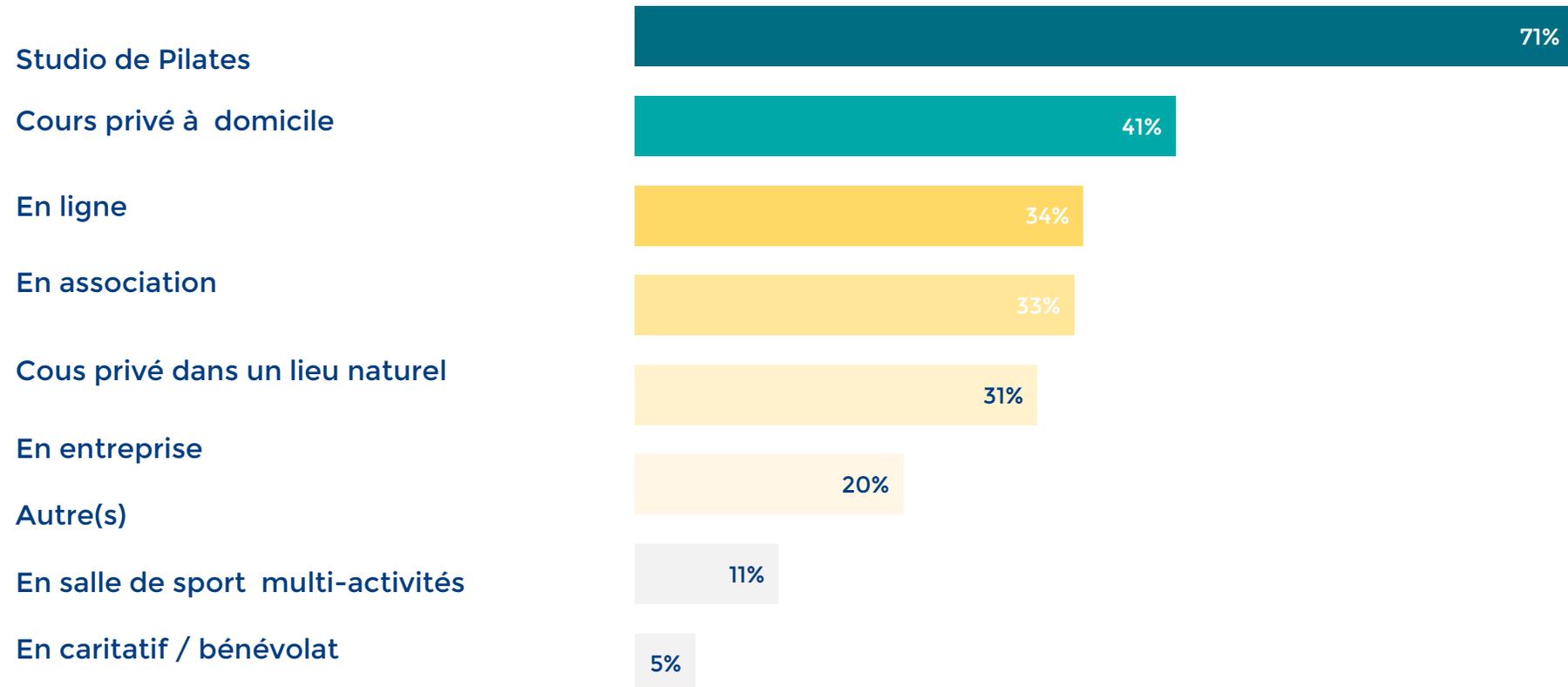
- Non, cela ne m'intéresse pas **42%**
- Non, mais je souhaite le devenir à l'avenir **49%**
- Oui, je suis formateur de Pilates **9%**

## LE CADRE DE TRAVAIL

La pratique en studio en tête, les cours privés pratiqués par plus d'1/3 des professionnels

### Dans quel (s) type(s) de structures enseignez-vous ?

*Plusieurs réponses possibles*



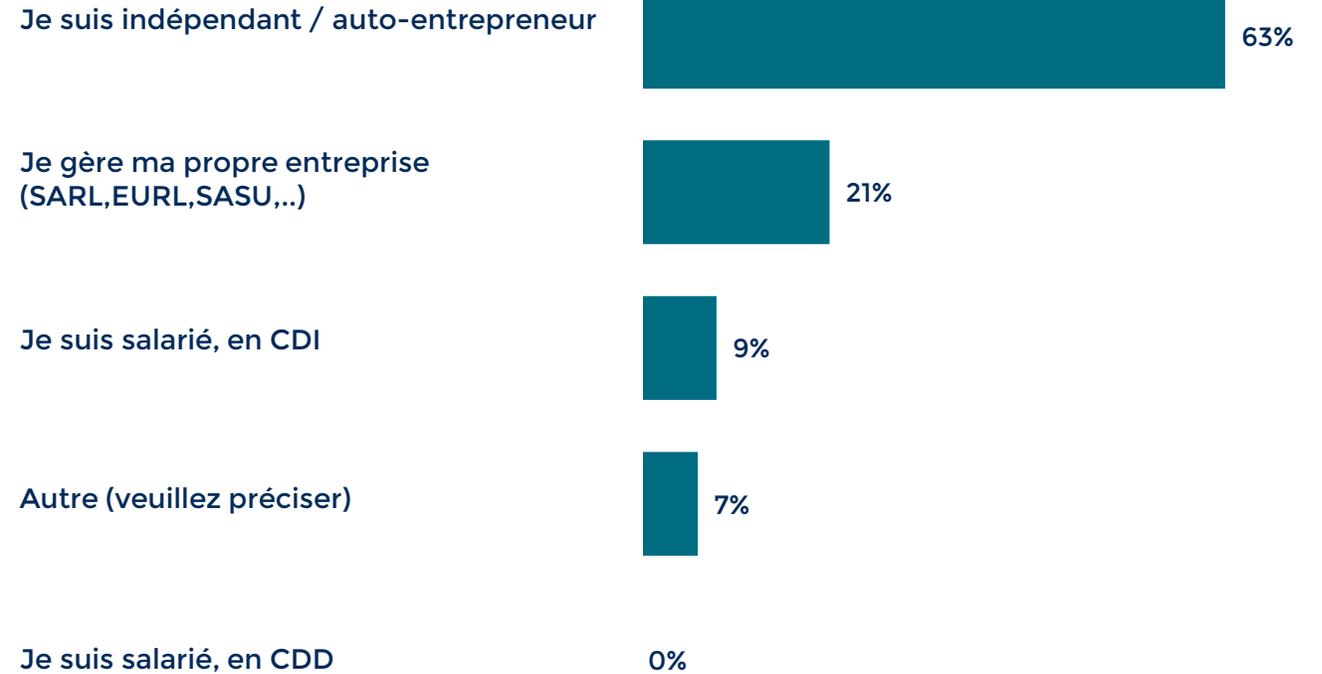
# LE STATUT DES PROFESSEURS DE PILATES

Une majorité de professeurs sont des indépendants ou auto-entrepreneur

63%

Des professeurs de Pilates  
sont indépendants

## Quel est votre statut ?

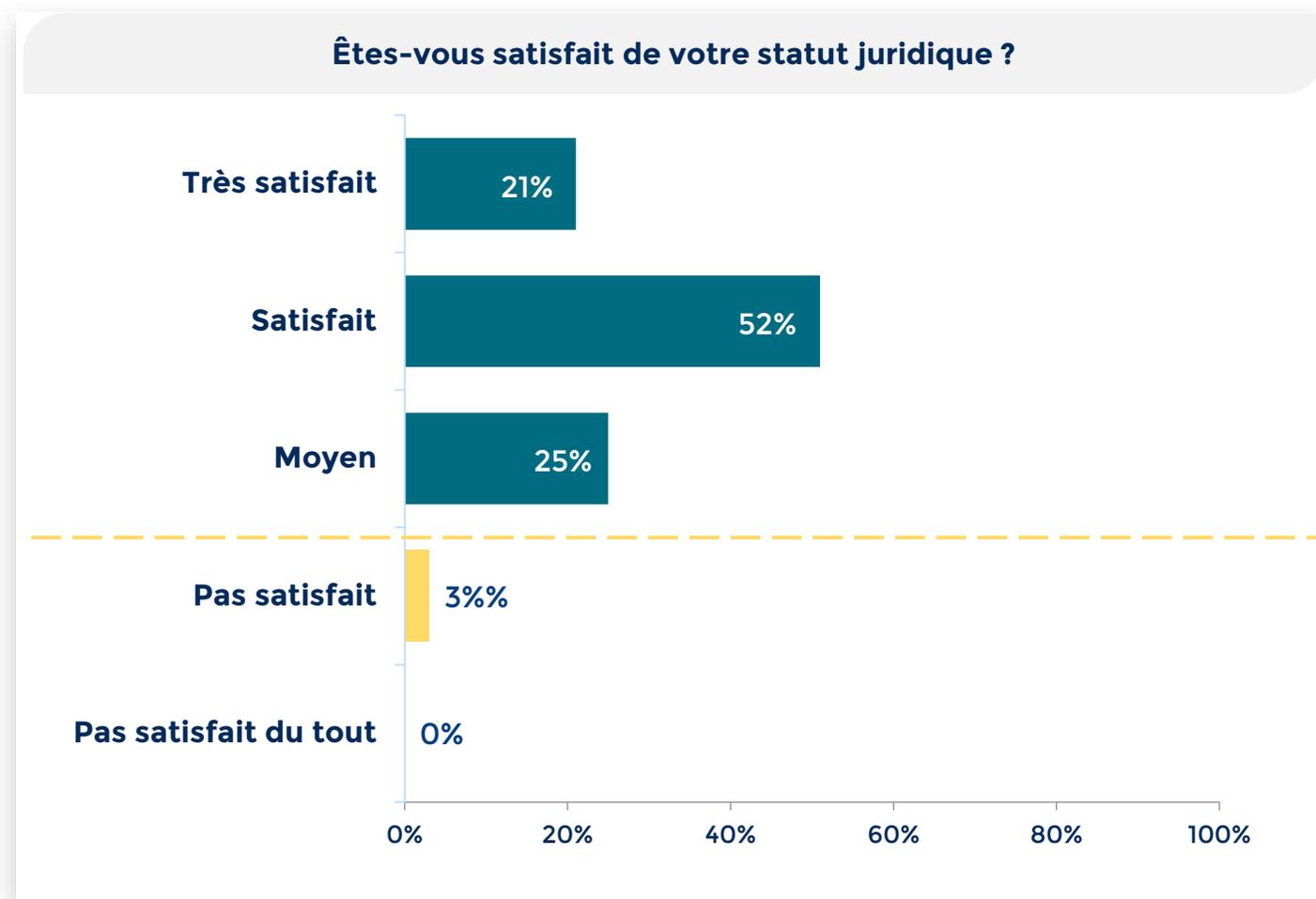


## LE STATUT DES PROFESSIONNELS DE PILATES

Des professionnels plutôt satisfaits de leur statut

73%

des professeurs de Pilates  
déclarent être satisfait (ou  
très satisfait) de leur statut



## LE NOMBRE D'HEURE ENSEIGNÉS PAR LES PROFESSEURS DE PILATES

Le nombre d'heures enseignés n'a pas entièrement retrouvé son niveau d'avant-crise

Combien d'heures enseignez-vous par semaine ?:



18,4

heures

En 2019

16,4

heures

En 2020

17,7

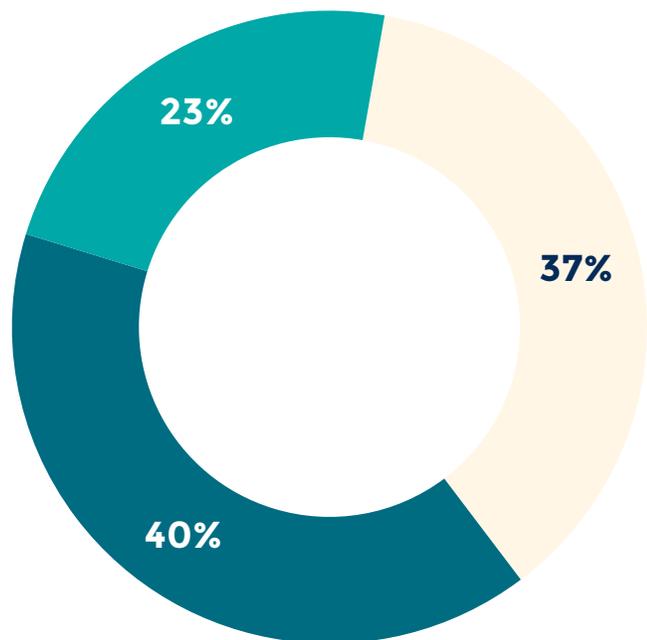
heures

En 2021

## LES REVENUS DES PROFESSIONNELS (1/3)

Des revenus qui repartent à la hausse depuis la fin du COVID

Vos revenus liés à votre enseignement du Pilates vous diriez qu'ils :



- Ont diminué depuis la fin du COVID **23%**
- N'ont pas évolué **40%**
- Ont augmenté depuis la fin du COVID **37%**

## LE REVENU DES PROFESSIONNELS (2/3)

Des revenus qui n'ont pas encore retrouvé leur niveau d'avant-crise

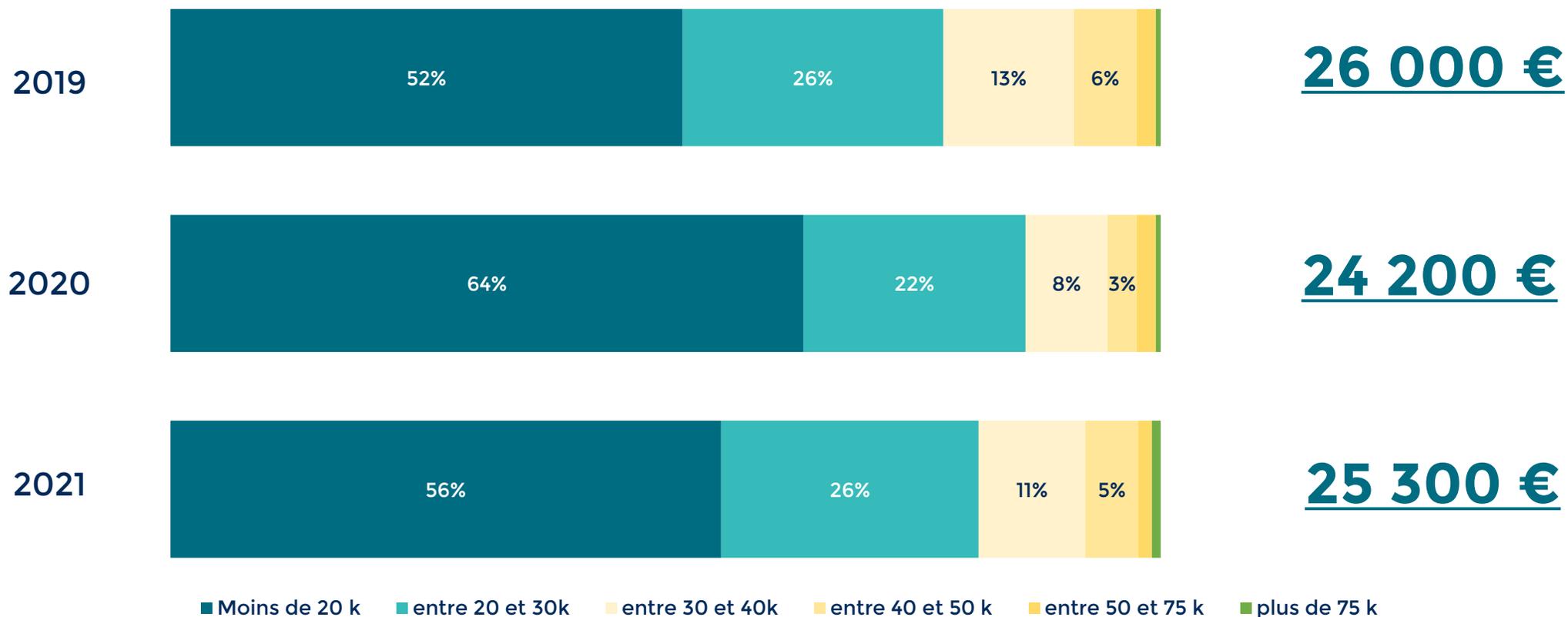
Quel est votre revenu annuel moyen ? (en € net - hors aide de l'Etat)



## LE REVENU DES PROFESSEURS DE PILATES (3/3)

Une majorité de professeurs ont un revenu inférieur à 20 k

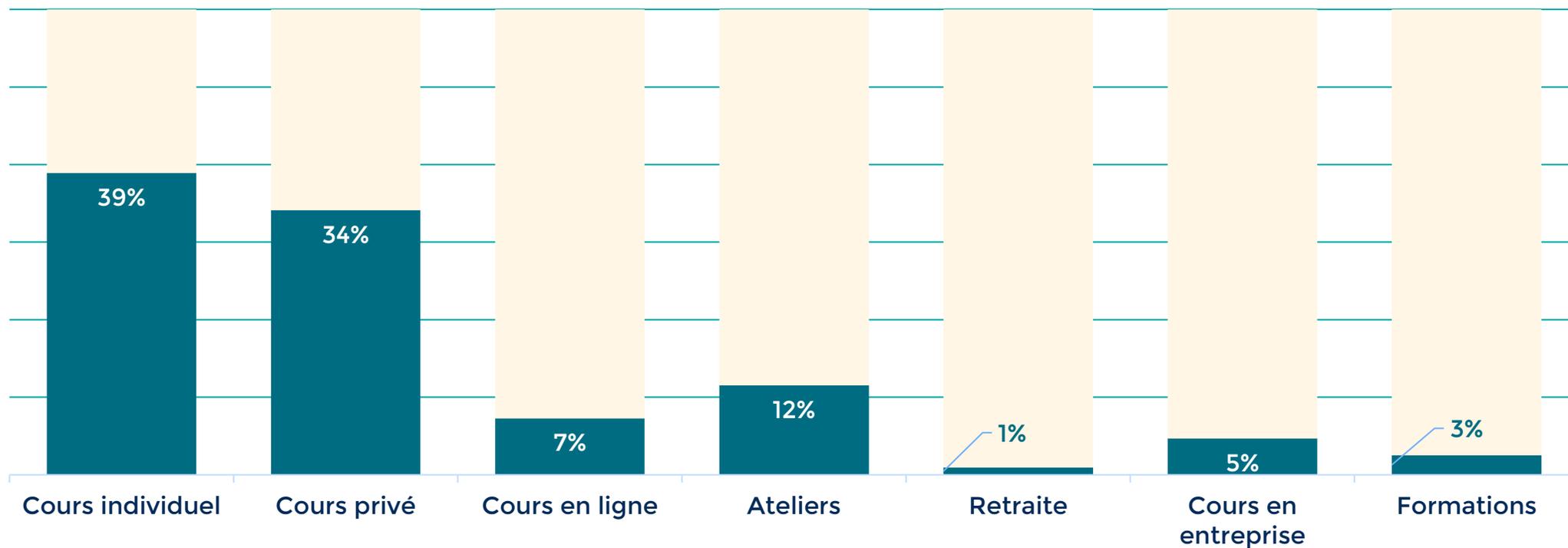
Quelle est votre revenu annuel moyen ?



## LA RÉPARTITION DES REVENUS

Les cours individuels et cours privés restent les principales sources de revenus des coaches.

À l'heure actuel, pouvez-vous nous indiquer comment se répartissent vos revenus entre ces différentes activités ?\* Plusieurs réponses possibles



04

---

## L'état d'esprit des professionnels du Pilates



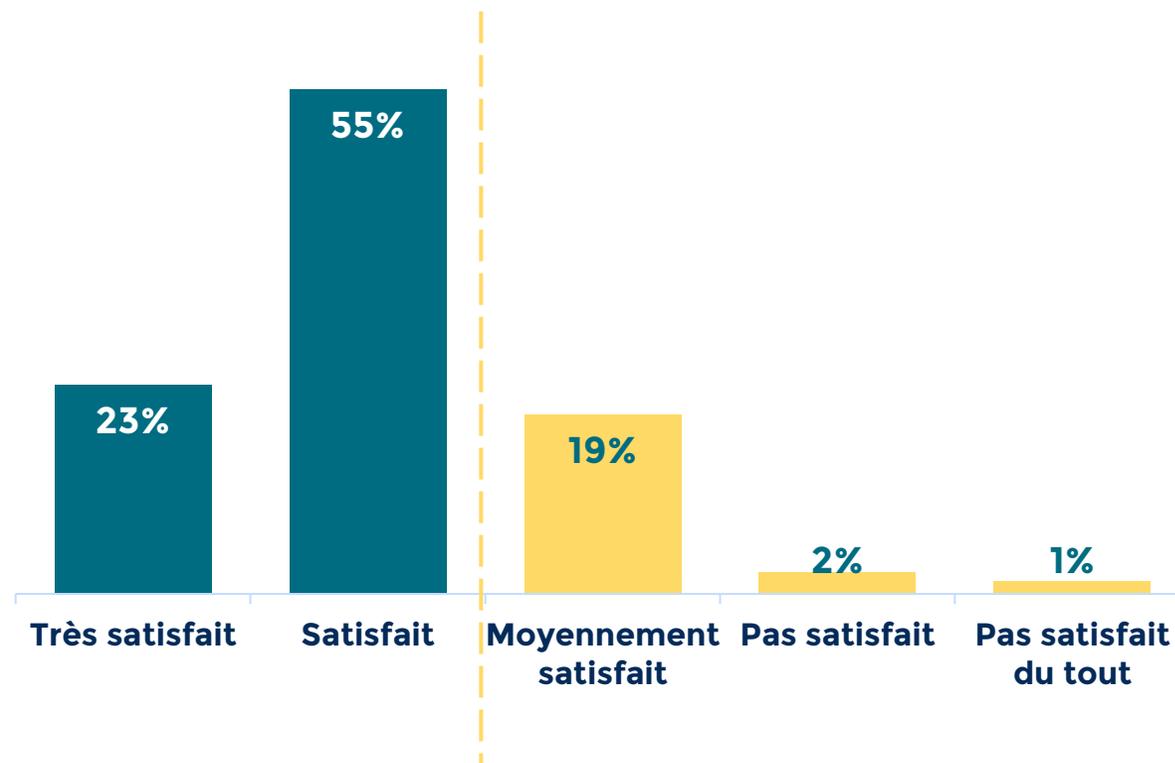
## LE NIVEAU DE SATISFACTION LIÉ À LEUR ACTIVITÉ

Une majorité des professeurs sont satisfaits de leur activité professionnelle

78%

Des professeurs de Pilates déclarent être satisfait (ou très satisfait) de leur activité professionnelle

A l'heure actuelle, êtes-vous satisfait de votre activité professionnelle ?



# L'ÉTAT D'ESPRIT DES PROFESSIONNELS

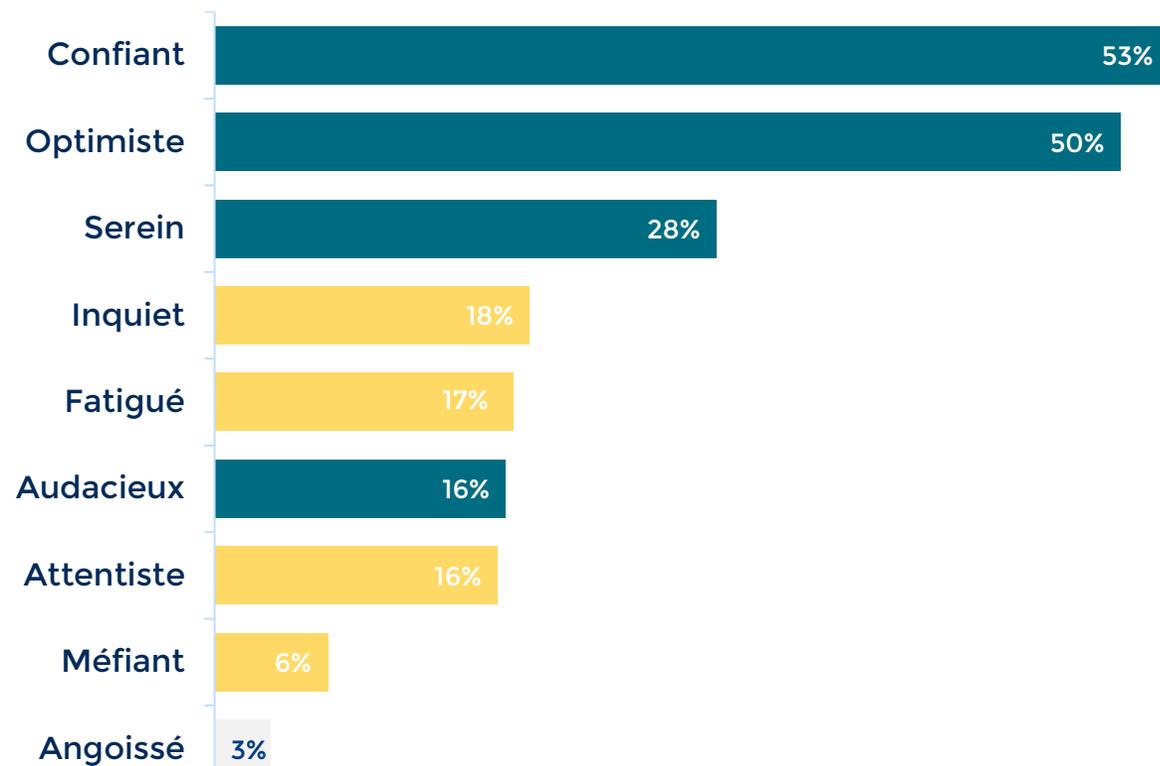
Des professionnels plutôt confiants

😊  
**Impressions  
positives : 157%**

VS

😞  
**Impressions  
négatives : 60%**

Parmi les qualificatifs suivants, quels sont ceux qui caractérisent le mieux votre état d'esprit actuel sur votre activité ?

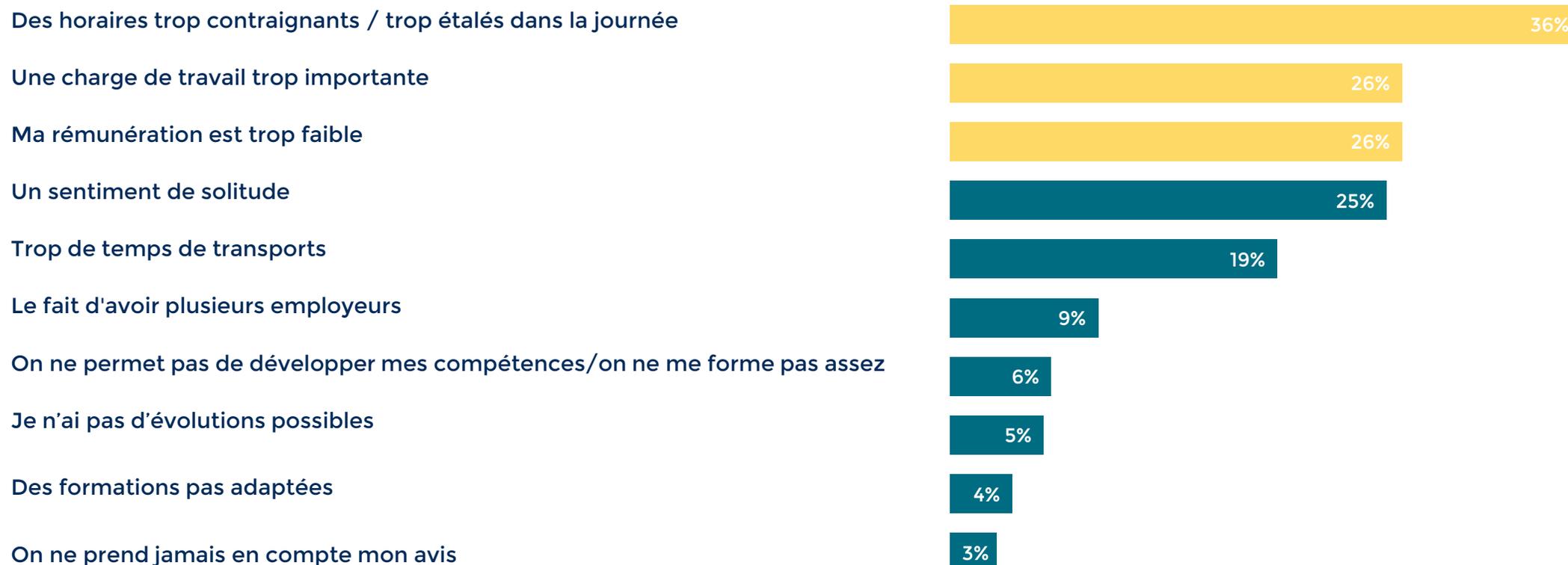


# LES FREINS À L'ÉPANOUISSEMENT PROFESSIONNEL

La question des horaires, principal frein à l'épanouissement dans le travail

Au quotidien, quels sont les freins les plus importants à votre épanouissement dans votre travail ?

Plusieurs réponses possibles



05

---

## La FPMP et vous



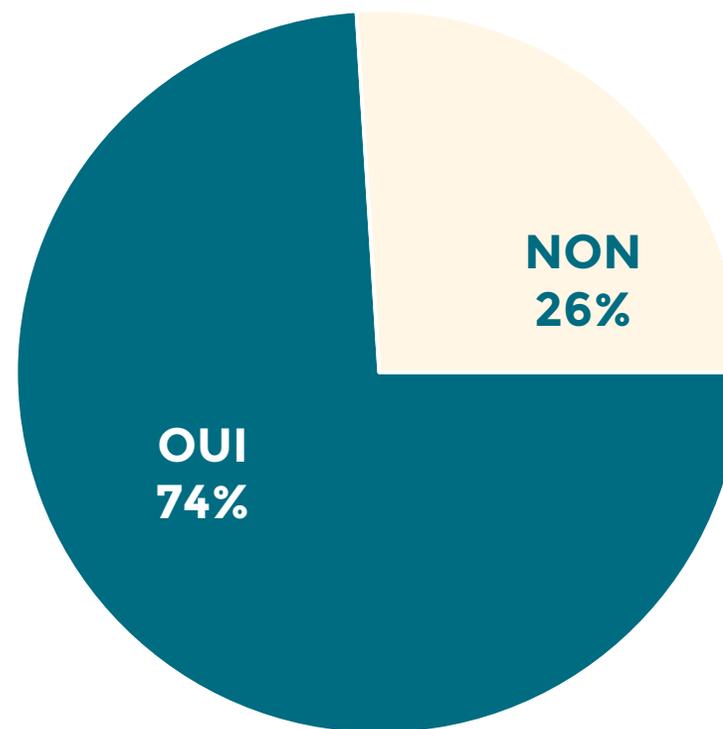
## LE RAPPORT À VOTRE FÉDÉRATION

Des professionnels qui n'ont pas peur de s'engager au sein d'une fédération

74%

Des professeurs de Pilates  
qui ont répondu à  
l'enquête sont adhérents  
à la FPMP

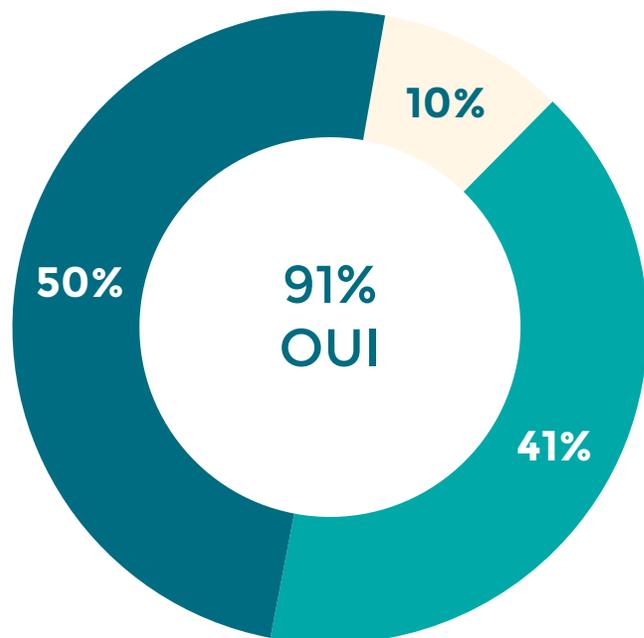
Êtes vous adhérent à la FPMP ?



## LA RESPONSABILITÉ CIVILE

Une très large majorité de professionnels ont souscrit à une RC, personnellement ou via une fédération

Souscrivez-vous à une RC via votre fédération ou en perso ?



- Oui personnellement **50%**
- Oui, via ma fédération **41%**
- Non **10%**



# LES PROFESSEURS DE PILATES

**EDITION 2022**

Une étude réalisée par l'UNION SPORT et CYCLE pour le compte de la Fédération des Professionnels de la méthode Pilates.

---

## CONTACT

Jean-Philippe Frey

**Responsable du pôle intelligence économique - USC**

[jp.frey@unionsportcycle.com](mailto:jp.frey@unionsportcycle.com) |

