



RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE

*Liberté
Égalité
Fraternité*



CREPS

Auvergne-Rhône-Alpes

Vallon Pont d'Arc • Voiron • Lyon



Genre et sports de nature Vers une culture plus inclusive

Le CREPS, plus de 60 ans d'expérience

Implanté à Vallon-Pont-d'Arc, Voiron et Lyon, le CREPS accompagne les professionnel·les du sport et de l'animation. Il développe des formations qualifiantes, en lien étroit avec les besoins des territoires. Centre de référence du haut niveau, il soutient les athlètes dans leur parcours d'excellence. Au cœur d'un environnement naturel exceptionnel, le CREPS intègre pleinement les enjeux de transition écologique, en favorisant des pratiques sportives positives pour l'environnement. Il constitue ainsi un acteur essentiel de l'innovation sportive et de l'éducation par la nature.

creps-rhonealpes.
sports.gouv.fr

Faire dialoguer les savoirs

Accompagner les
organisations

Expérimenter des démarches
nouvelles

OutLab – accompagner et transformer les cultures de l'outdoor

Né en 2025 au CREPS, OutLab est un laboratoire d'innovation publique catalyseur des transformations sociales, culturelles et écologiques de l'outdoor. Il décroisse recherche, politiques publiques, territoires, industrie et communautés en orchestrant rencontres, coopérations et projets structurants. Ancré nationalement mais résolument européen, il croise expertises françaises et internationales, mobilise financements transnationaux et dialogue avec les universités pour accompagner les transitions complexes dans la durée.

Le CREPS et ENOS, un espace européen pour structurer l'action

Dans ce paysage, le Réseau européen des sports de nature (ENOS) – dont le CREPS est membre fondateur – occupe une place singulière avec la capacité de relier institutions, fédérations, territoires, industrie, recherche et communautés de pratiquant·es. Par sa composition intersectorielle et sa vocation transnationale, ENOS offre un espace unique pour répondre aux enjeux contemporains et porter une stratégie européenne sur les enjeux qu'aucune organisation, filière ou branche ne pourrait résoudre seul. Le réseau réunit des acteurs très différents mais engagés dans une même direction : rendre l'outdoor plus accessible, plus juste et plus aligné avec les transformations sociales et environnementales à renforcer pour répondre aux enjeux contemporains. outdoor-sports-network.eu

Sommaire

Construire ensemble les cultures sportives de demain	5
Les sports de nature face au défi de l'égalité	6
Comprendre les racines et les dynamiques des inégalités	9
Étude sur la pratique féminine du trail	15
Séminaire 5 décembre 2025	18
Un cadre méthodologique solide : Fostering Inclusive Action Sports (FIAS),	21
Le genre, un champ d'étude	24
20 propositions pour transformer l'outdoor	29
Ressources	36



Les Jeux olympiques et paralympiques Paris 2024 ont contribué au renforcement de la coopération sportive de la France avec de nombreux partenaires internationaux. Cet événement majeur a constitué une occasion inédite pour l'écosystème sportif français de créer ou de renforcer de nouveaux liens avec les acteurs sportifs étrangers.

Le séminaire *Genre et sports de nature, vers une culture plus inclusive* et cette publication rentrent dans le cadre de la *Coopération sportive internationale 2025*, des projets soutenus par la Direction des Sports qui permettent de contribuer à l'héritage durable des Jeux en favorisant l'échange d'expertise entre les fédérations sportives françaises et les établissements sous tutelle du ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative et leurs homologues étrangers.

Construire ensemble les cultures sportives de demain

Depuis plusieurs années, j'observe à quel point les sports de nature sont devenus un espace décisif pour comprendre les transformations profondes de nos sociétés. Ils articulent le rapport au vivant, la manière d'habiter les territoires, les cultures sportives, les trajectoires individuelles et les attentes sociales. Ils révèlent nos façons de coopérer, de transmettre, de nous engager. Ils montrent aussi nos angles morts, nos héritages, nos inégalités.



Francis Gaillard
Directeur du CREPS
Auvergne-Rhône-Alpes
Vallon Pont d'Arc • Voiron • Lyon

Je suis convaincu que les réponses à ces enjeux ne peuvent plus être pensées dans un seul registre. Elles exigent de relier la recherche et l'action publique, les territoires et les institutions nationales, les fédérations, les entreprises et les collectifs, les expertises professionnelles et les expériences vécues. L'intersectorialité n'est pas une option : c'est une condition de pertinence pour accompagner les transitions culturelles, écologiques et sociales qui traversent l'outdoor.

L'égalité femmes-hommes occupe une place centrale dans ce mouvement. Parce qu'elle interroge les organisations, les représentations, les infrastructures, les trajectoires de pratique, mais aussi la manière dont nous construisons nos récits collectifs. Elle oblige à repenser nos cadres, à renouveler nos façons d'accompagner et à ouvrir davantage d'espaces de participation.

Cette publication est une étape appelée à être discutée, critiquée, complétée, adaptée. Elle rassemble des analyses, des témoignages, des outils et des pistes d'action qui peuvent aider les organisations, les réseaux et les territoires à engager ou à renforcer leurs propres démarches. Elle propose un point d'appui pour continuer à travailler ensemble, dans la durée, à des cultures de l'outdoor plus inclusives, plus justes et plus attentives à la diversité des expériences.

Les enjeux d'égalité, de transformation culturelle et de transition dans les sports de nature demandent du temps, de la continuité et des espaces de coopération. Ils appellent aussi des dialogues entre des mondes qui se rencontrent encore trop rarement ensemble : institutions, fédérations, collectivités, collectifs, industrie, recherche, communautés de pratiquantes.

C'est dans cette perspective que nous avons créé OutLab, un laboratoire d'innovation publique de l'outdoor et des transitions socio écologiques. Je souhaitais pour le CREPS un outil capable de relier les échelles, de confronter les modèles, de mobiliser les savoirs situés et de soutenir les acteurs dans leurs projets de transformation. OutLab s'articule étroitement avec le Pôle ressources national transition écologique et sports de nature (PRNTESN), dont il prolonge et amplifie les missions, tout en s'ouvrant aux dynamiques européennes et internationales.

Je crois profondément que le rôle d'un établissement public engagé sur les transitions dans le sport est d'ouvrir des horizons, de créer des ponts, de soutenir les expérimentations et de favoriser la coopération entre des mondes qui n'ont pas toujours appris à travailler ensemble. C'est ce que nous essayons de bâtir ici : une manière nouvelle d'accompagner les acteurs de l'outdoor, en prenant au sérieux la complexité des enjeux et la richesse des initiatives qui émergent sur les territoires, au bénéfice du plus grand nombre.

Les sports de nature face au défi de l'égalité

Les sports de nature occupent dans la société une place très importante dans les modes de vie et recomposent silencieusement nos manières d'habiter le monde. Leur essor traduit une mutation profonde des pratiques et des imaginaires, à la croisée du sport, du loisir, de la santé, de la mobilité active et de la quête de sens. À l'heure où nos sociétés doivent refonder leur lien au vivant et élargir leur contrat social au non-humain, ces pratiques prennent une profondeur nouvelle : elles deviennent un laboratoire sensible et politique où se reconfigurent à la fois nos rapports au vivant, nos relations sociales et nos rapports de genre, et où peuvent émerger des cultures sportives plus inclusives et plus justes.



Un enjeu de transformation profonde des cultures

Les villes réinvestissent les espaces naturels, les fédérations reconfigurent leurs stratégies, l'industrie outdoor se transforme sous l'effet des transitions socioécologiques, et les médias spécialisés jouent un rôle croissant dans la construction de l'imaginaire sportif. Les gestionnaires d'espaces naturels doivent concilier attractivité, sécurité, préservation de la biodiversité et cohabitation des usages. Les acteurs et actrices du tourisme s'adaptent à une fréquentation accrue, parfois saisonnière et parfois diffuse.

Dans ce contexte de recomposition, l'outdoor devient un espace stratégique: un espace où se redéfinissent les rapports entre sport, territoire, environnement, santé, éducation et culture. Mais c'est aussi un espace où les normes sociales, héritées de décennies de représentations masculines du risque, de la performance et de l'aventure, continuent de structurer l'accès (ou non), la progression (ou non) et la (in) visibilité des pratiquantes.

Ces mécanismes dépassent largement la seule question de la participation. Ils touchent à la légitimité, au sentiment d'appartenance, à l'accès à la progression, à la confiance, et à la possibilité d'occuper des rôles visibles ou de leadership non formel. **Fiona Spotswood, FIAS Université de Bristol**

Des progrès réels mais insuffisants

Les travaux récents montrent que, malgré une féminisation progressive du sport fédéral, les inégalités demeurent fortes et structurelles. Les données du ministère chargé des Sports indiquent qu'entre 2012 et 2017, le nombre de licences féminines a augmenté de 8,1 %, contre 2,5 % pour celles des hommes¹. Cette dynamique marque un mouvement réel, mais encore fragile.

Malgré une légère progression, les femmes ne représentent encore que 38 à 39 % des licences sportives délivrées entre 2017 et 2022. Cette stabilité, observée dans les données issues des fédérations, témoigne d'une pratique licenciée féminine toujours fragile et inégalement répartie selon les disciplines, notamment dans les sports historiquement masculins.

En parallèle, la pratique libre ou auto-organisée connaît une dynamique plus marquée : selon le baromètre des pratiques sportives, la pratique régulière des femmes augmente de près de 10 points par rapport à 2018. Cette progression souligne qu'au-delà du cadre fédéral, une forme de pratique durable s'installe chez les femmes, témoin de davantage d'autonomie et de flexibilité dans les modes de pratique.

Les sports de nature restent caractérisés par une sous-représentation des femmes, confirmée par les analyses nationales et européennes, qu'il s'agisse du VTT, de l'alpinisme, des sports de montagne ou de différentes formes de sports d'action. Cette sous-représentation tient autant aux héritages culturels qu'aux environnements de pratique, souvent structurés autour de normes, de récits et de sociabilités masculines².

La professionnalisation des femmes dans ces disciplines demeure freinée par des obstacles persistants. Les témoignages issus d'une enquête auprès des professionnel·les de l'encadrement de la voile³ mettent en évidence des discriminations à l'embauche, un sexisme dans la répartition des groupes ou des responsabilités, ainsi qu'une difficulté récurrente à faire reconnaître leurs compétences, même lorsqu'elles sont qualifiées. Certaines soulignent aussi la nécessité constante de prouver leur légitimité et la mise en doute de leurs capacités physiques ou techniques, ce qui fragilise leur position et limite leurs perspectives d'évolution.

Des mécanismes d'inégalités identifiés

La recherche met en évidence plusieurs ressorts interdépendants : socialisation différenciée dès l'enfance, association durable des compétences techniques et de la prise de risque au masculin, manque de modèles féminins, invisibilisation, décrochage sportif des adolescentes...

La situation est accentuée par un angle mort statistique : une grande partie des sports de nature se pratique hors cadre fédéral, rendant les données fragmentaires ou incomplètes. Cette absence de mesure fine contribue à invisibiliser les écarts, à limiter l'action publique et à ralentir la prise de conscience collective.

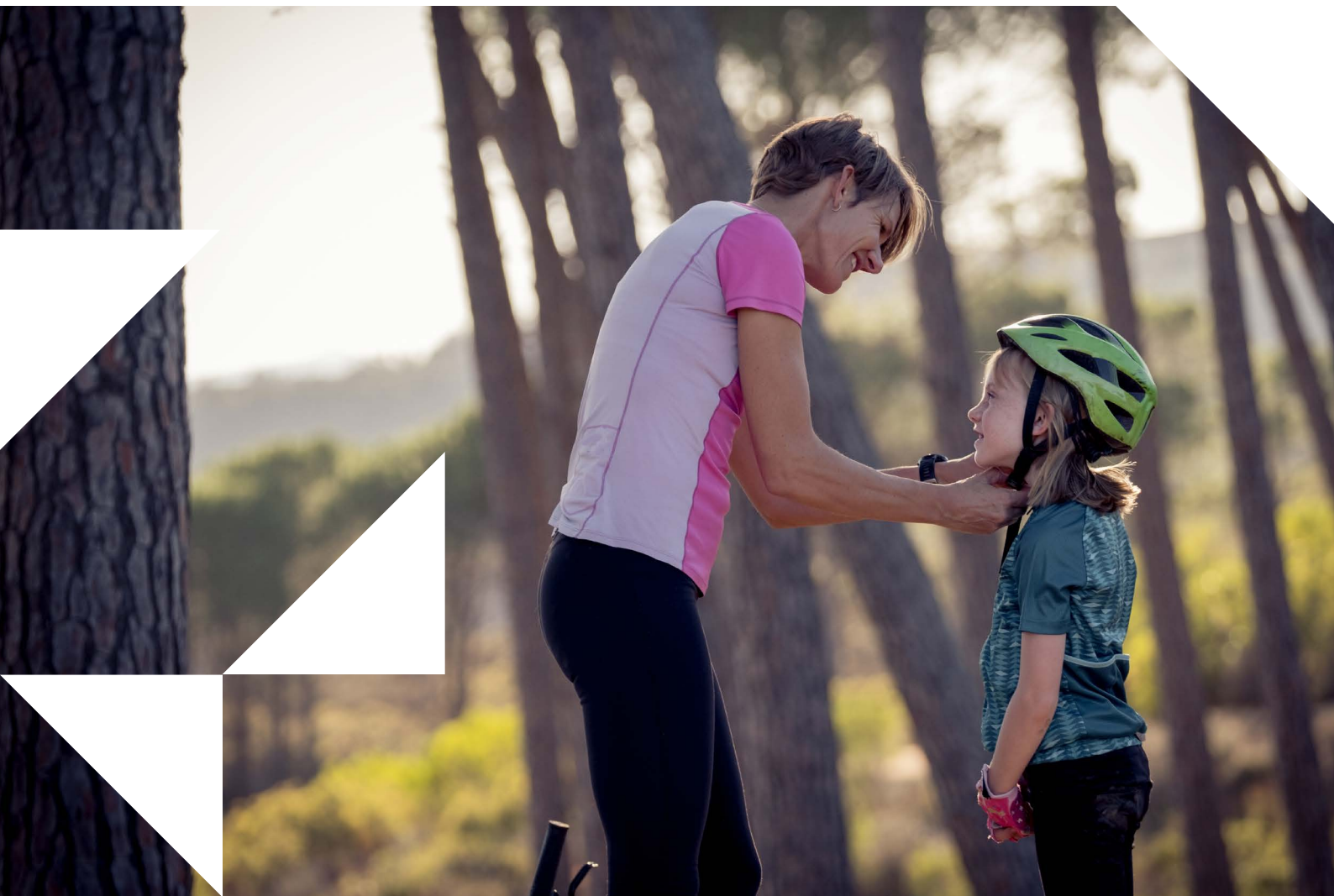
¹ Garcia, M.-C., & Ottogalli-Mazzacavallo, C. (2022). « La féminisation du sport fédéral : une affaire de petites et jeunes filles ? » *Agora débats/jeunesses*, 90 (1), 71-85.

² Spotswood, Hurcombe & Moxey (2024, 2025); Pomfret & Doran (2016) et Moraldo (2013); Schmitt (2020), Schmitt & Bohuon (2021) et Garcia M et Mazzacavallo C (2022)

³ Mieux connaître les professionnel·les de l'encadrement de la voile. PRNSN, 2022. Coll. Enquête, n° 10 <https://www.sportsdenature.gouv.fr/publications/mieux-connaître-voile-2022>

Comprendre les racines et les dynamiques des inégalités

L'histoire, les normes et les cultures de pratique façonnent le
paysage actuel des inégalités dans les sports de nature



Héritages culturels fondateurs et imaginaires

Le sport institutionnel s'est longtemps structuré autour de modèles masculins de performance, de compétition et de maîtrise du risque. De nombreux travaux^{1,2} ont montré comment les normes de virilité, de défi physique et de hiérarchie des compétences ont façonné les sports traditionnels de compétition. Les sports de plein air sont ensuite apparus comme une alternative à ces cadres, porteurs d'une autre promesse. Ils se voulaient plus libres, moins codifiés, plus créatifs, plus ouverts aux différences et au monde. Un espace où l'on devait pouvoir s'émanciper des règles du sport traditionnel et réinventer des manières d'être au monde.

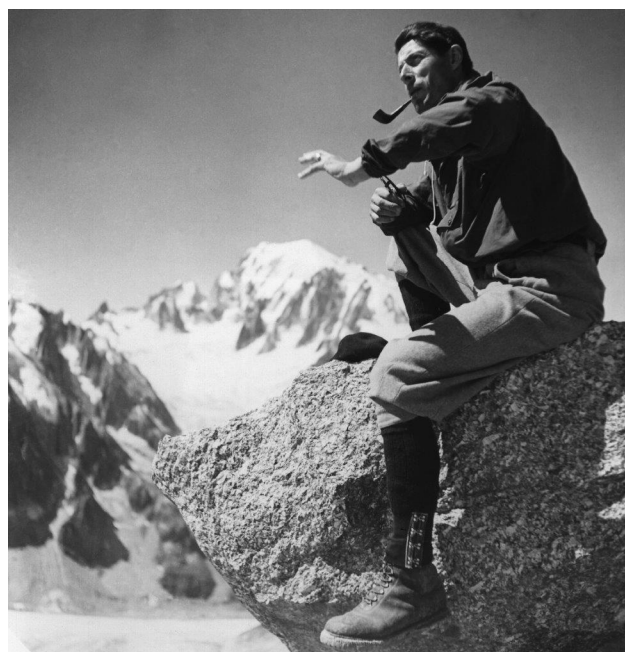
Une valorisation genrée du risque: un langage social avant d'être un style de pratique

Si les sports de plein air se sont construits sur l'idée d'une rupture avec les cadres du sport traditionnel, leurs cultures se sont pourtant largement structurées autour d'une norme centrale: la mise en avant des conduites d'engagement. Cette valorisation du risque n'a rien d'innocent. Elle s'inscrit dans un registre culturel profondément genré, dans lequel l'affrontement de l'incertitude, la capacité à « tenir » face au danger ou à exposer son corps à des environnements instables ont longtemps été considérés comme des attributs exclusivement masculins.

La littérature sur les sports d'action montre que le risque fonctionne comme un marqueur de crédibilité, presque comme une forme de « monnaie symbolique » permettant d'accéder à des positions d'expertise ou de reconnaissance. Plus la prise de risque est élevée (vitesse, pente, engagement, exposition) plus elle ouvre l'accès aux rôles centraux dans la communauté. Cette dynamique s'observe dans les récits, dans les hiérarchies implicites entre disciplines, mais aussi dans les interactions quotidiennes entre pratiquants.

Les recherches soulignent également que cette culture du risque n'est pas une simple préférence personnelle: elle est le produit d'une socialisation différenciée où les garçons sont davantage encouragés, dès l'enfance, à tester les limites, explorer des environnements incertains ou considérer le danger comme un terrain d'apprentissage plutôt qu'un signal d'alerte.

Les filles, à l'inverse, reçoivent plus souvent des messages d'ajustement, de prudence ou de limitation, messages que l'on retrouve dans les travaux sur les mobilités juvéniles, l'engagement sportif et l'accès aux espaces extérieurs. Ces imaginaires fondateurs ont façonné une vision de la nature comme espace de défi et de conquête, culturellement assigné à des corps masculins jeunes, performants et autonomes.



Qui devient « héros » ? L'imaginaire alpin a longtemps mis en avant des figures masculines et relégué les femmes au hors-champ. Aujourd'hui, l'enjeu est de rendre visibles d'autres voix, d'autres modèles. En élargissant les références, on élargit aussi les possibles. Photo : L'alpiniste et écrivain Roger Frison-Roche à l'aiguille du moine en 1960.

¹ Ottogalli-Mazzacavallo, C., & Saint-Martin, J. (2009). Femmes et hommes dans les sports de montagne. Au-delà des différences. MSH.

² Penin, N. (2020). Les Sports à risque: Sociologie du risque, de l'engagement et du genre. In Les Sports à risque: Sociologie du risque, de l'engagement et du genre. Artois Presses Université. <https://doi.org/10.4000/books.apu.8026>



Camille Pic

Cofondatrice de l'école de vélo Girls Leading on Wheels (GLOW)

Monitrice & guide
vélo, entrepreneure et
chroniqueuse média

Vous accompagnez depuis plusieurs années la pratique du vélo de montagne au féminin. Pouvez-vous nous en dire plus ?

J'ai cofondé GLOW, une école de vélo, où je crée des espaces d'apprentissage et de progression où les femmes peuvent rouler à leur rythme, sans pression ni jugement, et trouver la confiance pour oser la technique, la mécanique et l'autonomie.

Quels sont les principaux obstacles que vous observez sur le terrain ?

Les freins à la pratique ne sont pas seulement physiques, mais culturels : sentiment de légitimité, peur du regard, rythme imposé par des groupes masculins, manque de modèles et de matériel adapté. Ces expériences nourrissent mon engagement pour une culture du VTT plus inclusive et plus accueillante, où la performance ne serait plus le seul indicateur de valeur. Pour moi, les projets comme GLOW sont essentiels car ils ouvrent des portes d'entrée concrètes vers l'outdoor, redonnent du pouvoir d'agir aux pratiquantes et contribuent, à long terme, à un changement culturel profond : celui d'un sport où chacune trouve sa place, sa voie et sa vitesse.

Comment l'égalité se traduit-elle concrètement dans les espaces de pratique ?

Pour moi, l'égalité se joue très concrètement dans la manière dont sont pensés les espaces de pratique. Inclure des femmes dans les comités qui conçoivent les sentiers, organisent les événements, gèrent les clubs et les sites VTT ne relève pas seulement de la représentativité. Cela transforme la manière d'aborder l'accueil, les parcours, la signalétique, la sécurité, la progression. Lorsque les espaces sont pensés par une diversité de pratiquantes et de pratiquants, ils deviennent plus lisibles, plus accessibles et plus hospitaliers pour toutes et tous, en particulier pour les débutantes et les publics éloignés de la pratique.

Quel rôle jouent les communautés locales comme GLOW ?

De nombreuses femmes entrent dans le VTT non pas par les structures officielles, mais par des communautés locales comme GLOW. Ces collectifs offrent des sorties où l'on peut rouler à son rythme, poser le pied, se tromper, poser des questions sans crainte de jugement. À l'inverse, beaucoup de participantes témoignent s'être senties en insécurité lors de sorties avec des amis ou conjoints, contraintes de suivre sans pouvoir s'arrêter. Soutenir ces espaces – en leur donnant accès à des créneaux, à des infrastructures, à des moyens, à une reconnaissance institutionnelle – est un levier majeur pour construire la confiance, installer le plaisir de rouler et fidéliser les pratiquantes dans la durée.

Vous insistez également sur l'importance de l'autonomie mécanique, pourquoi est-ce si crucial ?

J'insiste sur tout ce qui reste largement invisible dans les politiques sportives, mais décisif dans la pratique. L'autonomie mécanique et l'accès à un matériel adapté conditionnent la liberté de rouler, la capacité à partir seule, à oser s'engager sur un itinéraire, à gérer un incident. Lors des ateliers de GLOW, une très large majorité de participantes, y compris d'un niveau intermédiaire, ne savent pas changer une chambre à air, régler une suspension ou changer des plaquettes de frein. Mettre en place des ateliers réguliers, développer une offre de vélos adaptés à différentes morphologies et proposer un accompagnement concret sur ces compétences permet de lever des freins puissants mais souvent ignorés. C'est une condition pour que les femmes puissent pratiquer sans dépendre systématiquement de quelqu'un et pour qu'elles puissent progresser techniquement en confiance.



Médias et industrie: un rôle décisif dans la reproduction des normes

La particularité la plus marquante des sports outdoor est la place des médias spécialisés. Ces espaces façonnent les normes, les gestes légitimes, les niveaux attendus, les styles de pratique valorisés.

La recherche montre que :

- les représentations visuelles restent majoritairement masculines, centrées sur la performance, le risque et la vitesse;
- les femmes sont sous-représentées dans les images et les récits, ou cantonnées à des registres moins valorisés;
- les récits médiatiques ancrent subtilement une hiérarchie genrée où les hommes occupent les positions associées à l'expertise, à l'engagement ou à la technicité.

Ces représentations affectent directement la manière dont les femmes interprètent leur propre place dans la pratique. Beaucoup disent ne pas se reconnaître, se sentir illégitimes, ou percevoir la pratique comme « réservée à d'autres » et limitent leur capacité à se projeter dans la pratique.

Dans le VTT par exemple, la recherche démontre que la culture médiatique dominante reste pensée pour un public masculin, jeune, technique et compétitif³. Les pratiquantes y sont peu visibles, souvent cantonnées à des rôles subalternes ou à des contenus destinés à des débutantes.

L'industrie outdoor, à travers ses campagnes publicitaires, a également contribué à ces dynamiques. Malgré des efforts récents, la représentation des athlètes et des corps féminins reste minoritaire, et les normes de genre y sont encore globalement largement reconduites.

Ces héritages ne relèvent pas de l'anecdote. Ils constituent le socle symbolique et organisationnel sur lequel se sont bâties les cultures contemporaines de l'outdoor. Ils expliquent en partie pourquoi certaines disciplines demeurent fortement masculinisées. Comprendre ces imaginaires fondateurs, ce n'est pas revenir sur le passé, c'est éclairer les mécanismes qui pèsent encore sur les trajectoires, les environnements de pratique et les expériences vécues aujourd'hui.

Ainsi, loin d'être un simple style de pratique, la prise de risque est devenue dans certains sports outdoor un langage social, un dispositif qui organise la reconnaissance, distribue le prestige et oriente les trajectoires. Ce langage, historiquement construit au masculin, continue aujourd'hui d'influencer profondément qui se sent légitime, qui progresse, qui persiste, et qui, au contraire, se sent assigné à des marges de la communauté.

³ Fraysse, M. (2019). Modèles de genre différenciés et positions éditoriales dans la presse sportive spécialisée. *Questions de communication*, 35 (1), 39-62. <https://doi.org/10.4000/questionsdecommunication.18956>

Comment les filles et les garçons apprennent différemment à habiter les espaces de pratique

La socialisation sportive ne débute pas dans les clubs, les fédérations ou les sites de pratique : elle commence bien plus tôt, dans les familles, les cours d'école, les espaces publics, les encadrements périscolaires et les environnements de proximité.

Socialisation différenciée : des trajectoires qui ne commencent pas à égalité

Les travaux sur la construction genrée des mobilités, du rapport au corps et des usages de l'espace convergent : les filles et les garçons n'apprennent pas à habiter le dehors de la même manière. Dès l'enfance, les injonctions sont différentes. Tandis que les garçons sont plus encouragés à explorer, grimper, courir, tester les limites, les filles reçoivent davantage de messages de prudence, d'ajustement, de discrétion, de protection.

Ces écarts produisent des différences de familiarité avec les environnements extérieurs et les situations d'incertitude ou de déséquilibre, des compétences pourtant centrales dans les sports de nature. Ils façonnent également les manières d'interpréter les sensations : excitation ou danger ; défi ou résistance ; autonomie ou mise en retrait.

Le rapport au corps : confiance, compétence et regard des autres

Les recherches sur le rapport corporel montrent que les filles, dès le collège, développent un sentiment de compétence inférieur à celui des garçons, même lorsque leurs capacités objectives sont comparables. Cette asymétrie n'est pas psychologique : elle résulte d'une accumulation de signaux sociaux, commentaires, attentes, jugements, rôles distribués, qui orientent le rapport à la performance, à l'effort, au risque et à la visibilité.⁴

Dans l'outdoor, ces normes se traduisent par

- une plus grande hésitation à se rendre seule dans un espace naturel ;
- une perception plus forte du regard des pairs ;
- une autolimitation fréquente dans les activités perçues comme techniques ou dangereuses ;
- une moindre exposition aux situations de leadership ou d'engagement.

Le risque comme frontière symbolique

Les écarts de socialisation façonnent également le rapport au risque. Là où la prise de risque est valorisée chez les garçons comme un signe de courage ou une étape dans la construction de soi, elle est souvent interprétée chez les filles comme un comportement inapproprié ou imprudent. Ces messages différenciés ont des effets très concrets sur :

- la familiarité avec l'incertitude ;
- la confiance dans sa capacité à « gérer » une situation ;
- la manière d'interpréter un échec ;
- l'aisance avec le matériel ou les environnements exigeants.

Dans les sports de nature où l'engagement technique, l'autonomie et la gestion du risque sont centraux, ces différences initiales deviennent des frontières symboliques puissantes.

Une socialisation qui produit des effets cumulatifs

Ces écarts précoces ne sont pas anecdotiques : ils s'accumulent, orientent les choix d'activités, les opportunités vécues, les possibilités de progression et les réseaux de sociabilité. Ils expliquent pourquoi l'autonomie et la prise de décision restent inégalement distribuées :

- les garçons se retrouvent plus souvent dans des groupes techniques ou engagés ;
- les filles accèdent plus tard à certaines disciplines, corporations, passions, métiers ou n'y entrent jamais ;
- les femmes se sentent moins légitimes dans des environnements intensément masculins.

⁴ Schirrer, M., Ottogalli-Mazzacavallo, C., & Fol, Y. (2025). Tous sportifs ? Toutes sportives ? Genre et perception de la sportivité chez des élèves de Terminale. *Sciences sociales et sport*, (25), 63-96.



Quand le « style de l'outdoor » devient un filtre d'inclusion

Les sports de nature ne se réduisent pas à des techniques ou à des règlements. Ils s'organisent autour de cultures de pratique : des manières de s'habiller, de parler, de se retrouver, de raconter les sorties, d'évaluer les niveaux. Ces cultures n'ont rien de neutre. Elles produisent des normes implicites qui orientent qui se sent à sa place, qui progresse, qui reste à la marge.

Sociabilités masculines et entre-soi

Dans de nombreuses disciplines outdoor, les groupes de pratique restent majoritairement masculins. Les travaux sur les sports d'action et les sports dits « masculins » montrent comment se constituent des formes d'entre-soi qui reposent sur des blagues, des références communes, des manières de se mettre à l'épreuve ou de se valoriser, peu accessibles pour celles et ceux qui ne partagent pas ces codes.

Ces sociabilités structurent les sorties, les projets, les fins de semaine, les voyages. Elles déterminent qui est invité, qui est considéré comme « au niveau », qui peut suivre et qui, au contraire, est relégué à des formats jugés moins intéressants. Les femmes décrivent souvent un sentiment d'être tolérées plutôt qu'attendues, ou de devoir « faire leurs preuves » plus longtemps pour être pleinement intégrées.

Les normes de niveau et la fabrique du « pas assez bonne »

Les catégories de niveau « débutant », « confirmé », « engagé », semblent objectives, mais leur définition est souvent flottante et socialement négociée. De nombreux travaux montrent que les femmes ont tendance à se déclarer d'un niveau inférieur à leurs compétences réelles, tandis que les hommes se surévaluent plus fréquemment.

Dans les sports de nature, ces écarts de perception sont renforcés par les discours ambiants :

- récits de performance extrapolée ;
- survalorisation des prises de risque ;
- sous-estimation des difficultés techniques ;

Le résultat est connu : des femmes objectivement au niveau d'un groupe se présentent comme « pas assez bonnes », hésitent à se joindre à des sorties, ou acceptent des places périphériques dans l'organisation de la pratique. À l'inverse, des hommes n'hésitent pas à s'inscrire dans des projets plus exigeants, consolidant ainsi une expérience et une visibilité supérieures.



Étude sur la pratique féminine du trail

Alors que la présence des femmes reste encore limitée sur les lignes de départ (25 % de participantes sur le HOKA UTMB Mont-Blanc en 2025), UTMB World Series a mené une étude en octobre 2025 auprès de la base de données du circuit

Elle a recueilli près de 13 000 réponses et dresse le profil des pratiquantes, explore leurs motivations, leur rapport à la compétition et leurs sources d'information afin de mieux comprendre les freins, les motivations et les attentes des femmes dans la pratique du trail, afin d'adapter durablement ses actions.

Les premiers enseignements

- une pratique centrée sur soi,
- les femmes courent d'abord pour le lien à la nature et le défi personnel. Elles débutent et s'entraînent souvent seules, dans une démarche intime et autonome,
- la compétition comme défi personnel,
- beaucoup s'inscrivent rapidement à des courses, environ six mois après leurs débuts, puis se tournent vers des formats plus longs. La participation en compétition est vécue avant tout comme un challenge individuel plutôt que comme une logique de performance absolue,
- un besoin d'accompagnement et d'environnement adapté.

Les coureuses recherchent des informations rassurantes, du soutien, des conditions sécurisantes. Elles s'appuient en priorité sur les réseaux sociaux et sur des contenus pratiques pour préparer leurs courses et consolider leur confiance.

Cette étude s'inscrit dans un engagement plus large du groupe en faveur de la participation des femmes. Tout au long de l'année, plusieurs initiatives sont déployées, à l'échelle globale comme sur les événements : amélioration des dispositifs d'accueil pour répondre aux besoins spécifiques des coureuses (toilettes dédiées, espaces de change, kits féminins), production et diffusion de contenus pédagogiques pour répondre à leurs questions, organisation d'un community run à Paris pour faire découvrir le trail running, ou encore soutien à des associations qui accompagnent les femmes dans leur pratique, des territoires français jusqu'aux zones de conflit, via le fonds de dotation UTMB Cares.

Humour, dérision et frontières symboliques

L'humour occupe une place importante dans les cultures outdoor : autodérision, blagues sur les chutes, ironie sur la peur, jeux autour du risque. Ces registres contribuent à la cohésion du groupe, mais ils peuvent également servir de mécanisme de régulation : se moquer de la peur, ridiculiser la prudence, caricaturer la « frilosité » devient une manière de rappeler les normes tacites du collectif.

Pour celles et ceux qui s'écartent de ces attentes parce qu'ils ou elles expriment leurs limites, leur fatigue, leur appréhension, l'humour peut alors fonctionner comme un rappel à l'ordre, voire comme un dispositif d'exclusion douce. Ces dynamiques ne sont pas toujours conscientes, mais elles participent à construire l'idée que certaines sensibilités, certaines façons de pratiquer ont moins leur place que d'autres.

Ce que ces cultures produisent sur les trajectoires

Ces normes implicites contribuent à façonner des trajectoires différenciées :

- certaines pratiquantes restent cantonnées à des formats « doux », faute de pouvoir accéder à des groupes plus techniques ;
- d'autres se retirent progressivement, faute de se reconnaître dans les codes dominants ;
- quelques-unes, enfin, parviennent à s'y conformer au prix d'un surinvestissement ou d'une forme de mise à distance d'elles-mêmes.

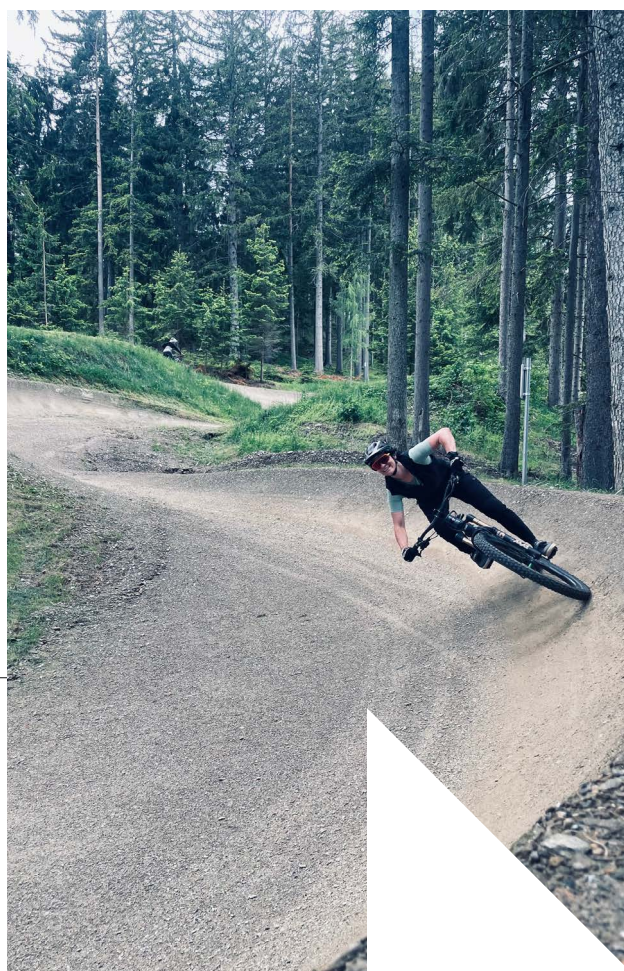
Les cultures de pratique ne sont pas un décor : elles participent pleinement à la production des inégalités.

Des lieux et aménagements pensés à partir d'expériences masculines

Les inégalités dans les sports de nature ne tiennent pas seulement aux cultures de pratique ou aux socialisations précoces. Elles sont aussi produites par l'environnement matériel dans lequel les activités s'organisent. Les infrastructures, les choix d'aménagement et la manière dont on trace un sentier ou un itinéraire conditionnent la possibilité même de pratiquer pour une diversité de publics.

Des dispositifs d'accueil qui invisibilisent les besoins des femmes

Beaucoup de sites outdoor ont été conçus à partir d'usages masculins majoritaires⁵. L'absence de toilettes, de lieux pour se changer, de points d'eau, d'espaces abrités ou de zones d'attente influe directement sur la manière dont les femmes vivent la pratique, en particulier lors de sorties longues ou éloignées de tout service. Ces manques deviennent décisifs dès qu'entre en jeu la gestion des menstruations⁶, le besoin de se changer à l'abri des regards, de se laver les mains, ou encore la prise en charge de jeunes enfants, qui repose encore massivement sur les femmes. Ils se traduisent par une forme d'insécurité ordinaire, une charge mentale supplémentaire et parfois un renoncement pur et simple à certaines pratiques.



⁵ Maruéjols, É. (2014). Maruéjols, C. (2014). Mixité, égalité et genre dans les espaces du loisir des jeunes : pertinence d'un paradigme féministe

⁶ Yasminah Beebejaun (2017) Gender, urban space, and the right to everydaylife, Journal of Urban Affairs, 39:3, 323-334, DOI: 10.1080/07352166.2016.1255526 <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/07352166.2016.1255526>

Tracer les parcours: un geste technique, mais aussi culturel

Le choix de tracer un sentier VTT, d'ouvrir une voie, de créer une zone technique ou de mettre en avant certains itinéraires est souvent présenté comme purement technique. En réalité, ces décisions reflètent des préférences culturelles: intensité technique, vitesse recherchée, obstacles, engagement, continuité du terrain.

Lorsque les équipes qui conçoivent ces parcours sont exclusivement masculines, l'offre de pratique se construit autour d'un certain imaginaire: celui d'une pratique rapide, engagée, technique, exigeant une forte maîtrise du risque. D'autres manières d'habiter les espaces naturels, plus progressives, plus lentes, plus exploratoires, compatibles avec la charge parentale ou avec des corps soumis à des contraintes fluctuantes, restent marginalisées ou invisibles.

L'aménagement comme filtre silencieux

L'environnement matériel devient ainsi un filtre silencieux. Un site mal équipé n'interdit pas formellement l'accès aux femmes, mais il rend la pratique plus complexe, plus stressante. À l'inverse, des infrastructures bien pensées, toilettes, points d'eau, zones d'attente, parcours gradués, lieux abrités pour se changer ou permettre à un conjoint ou à des parents de garder des jeunes enfants en explorant les environs et se protéger en cas de pluie produisent un effet immédiat: elles élargissent les usages, diversifient les pratiquants et renforcent la légitimité de toutes et tous.

Une gouvernance et la prise de décision: des angles morts masculins persistants

Au-delà des infrastructures, les inégalités sont également produites par la manière dont se prennent les décisions qui structurent l'outdoor: choix d'aménagement, priorités d'investissement, formats d'événements, horaires, niveaux de difficulté mis en avant, messages de communication. Ces décisions sont largement façonnées par la composition des instances qui les portent⁷.

Des espaces de décision encore très homogènes

Comités techniques, commissions d'aménagement, directions de structures outdoor, bureaux de clubs, instances fédérales, conseils d'administration ou sorties entre amis... dans la plupart des secteurs de l'outdoor, ces espaces restent massivement masculins.

Les recherches sur la décision collective montrent que les groupes homogènes tendent à surestimer la pertinence de leurs propres expériences et à considérer leurs usages comme la norme. Ce qui n'est pas vécu par les décideurs est rarement anticipé: les besoins spécifiques des pratiquantes, des parents, des débutantes, des publics moins confiants ou minorisés demeurent largement sous le radar.

L'illusion de neutralité des choix « techniques »

Dans ce contexte, les décisions sont souvent présentées comme « techniques » ou « neutres »: fixer un niveau de difficulté, prioriser tel type d'aménagement, choisir des créneaux horaires, définir des critères de sélection pour une sortie. En réalité, ces choix traduisent les préférences, les contraintes et les imaginaires du groupe qui décide.

La littérature sur le genre et le leadership met en évidence une tendance à la surconfiance masculine dans la prise de risque et dans l'évaluation des conditions acceptables. Cette disposition se retrouve dans certains arbitrages: sous-estimation des besoins spécifiques, banalisation de niveaux d'engagement élevés, faible attention portée aux demandes d'accessibilité ou de progressivité.

Diversifier la gouvernance pour élargir le champ des possibles

Les travaux sur la diversité et l'innovation montrent que les collectifs de décision les plus efficaces sont ceux qui combinent des expériences, des profils et des sensibilités variés.

Introduire davantage de femmes, et plus largement, une diversité de trajectoires, dans les instances de gouvernance de l'outdoor ne relève pas seulement d'un principe d'égalité: c'est une condition pour repérer des besoins invisibilisés, interroger des routines devenues évidentes, et concevoir des dispositifs qui tiennent compte de la pluralité des manières de pratiquer.

⁷ Caprais, A., Rubi, S., & Sabatier, F. (2024). « C'est très bien mais... ». Effets et usages des quotas de sexe dans les fédérations sportives olympiques. *Travail, genre et sociétés*, 52 (2), 99-116 <https://doi.org/10.3917/tgs.052.0099>

Séminaire 5 décembre 2025

Faire converger les voix pour faire évoluer les cultures

Rassembler, confronter et construire

Le 5 décembre 2025, près de cinquante acteurs clés des sports de nature se sont réunis à Cluses, en Haute-Savoie, pour une journée d'échanges stratégiques consacrée à l'égalité de genre dans l'outdoor. Chercheuses et chercheurs, expertes et experts, responsables du mouvement sportif, représentant-es de collectifs engagés, médias spécialisés, industrie du sport, fédérations, collectivités, structures éducatives et acteurs institutionnels ont

partagé analyses, pratiques et expériences pour mieux comprendre les mécanismes d'exclusion et identifier des leviers d'action durables.

Au-delà de sa portée symbolique, cette diversité est en elle-même une innovation : elle fait exister un espace intersectoriel rare, où l'on travaille ensemble ce qui reste le plus souvent cloisonné.

Un territoire qui joue un rôle structurant pour l'outdoor

Ancrer cette démarche en Haute-Savoie n'est pas anodin. Le territoire s'est affirmé depuis plusieurs années comme l'un des laboratoires majeurs des sports de nature en France, combinant patrimoine naturel exceptionnel, écosystème outdoor dense, structuration fédérale avancée et forte dynamique d'événements internationaux.

L'accueil régulier de compétitions de premier plan, notamment dans les disciplines cyclistes et de trail, contribue à rendre plus visibles les questions de représentation, de participation et de diversité. Cette trajectoire territoriale confère à la thématique du genre une pertinence particulière et offre un terrain riche pour interroger les cultures, les pratiques et les structures qui façonnent l'outdoor.





Une alliance inédite sur le sujet de l'outdoor entre recherche, institutions et acteurs du terrain et confrontant des approches françaises et internationales

Le séminaire a été organisé par l'Outlab, le laboratoire d'innovation publique du CREPS, en partenariat avec l'Université de Bristol (FIAS), la Fédération française de cyclisme, le réseau européen des sports de nature (ENOS), le laboratoire L-Vis de l'Université Claude Bernard Lyon 1, le Comité régional olympique et sportif (CROS) Auvergne-Rhône-Alpes, le Pôle ressources national transition écologique et sports de nature, et avec le soutien du ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative.

Sans se vouloir exhaustif, ce séminaire a cherché à réunir des personnes avec des expertises rarement mises en dialogue: recherche internationale, politiques publiques, mouvement sportif, industrie, médias.

En croisant ces visions, la démarche vise non seulement à identifier les inégalités, mais à comprendre comment elles se reproduisent au cœur des cultures de pratique, des récits médiatiques, des dispositifs d'encadrement, des structures organisationnelles et des environnements de nature.

Une démarche lucide sur ses limites

Le travail présenté ici assume son périmètre: il traite d'abord des dynamiques de genre dans les sports de nature, sans prétendre couvrir l'ensemble des discriminations qui traversent les pratiques. Il s'appuie sur un corpus de recherches non exhaustif, sur les expertises et les secteurs représentés lors du séminaire, ce qui laisse nécessairement en dehors certaines voix, certains terrains et certaines disciplines. Les expériences LGBTQIA+, les effets croisés de classe sociale, de racialisation, d'âge ou de handicap influencent pourtant fortement les conditions d'accès, de progression et de légitimité. Ces dimensions, encore insuffisamment développées dans ce document, constituent des axes essentiels pour les travaux à venir. Reconnaître ces limites permet de situer précisément ce que cette démarche a permis d'accomplir et ce qu'elle appelle à prolonger.



**Tanya Naville**

Directrice de Femmes en Montagne

Ancienne athlète de ski-alpinisme

En tant que directrice de l'association Femmes en Montagne, quelle vision portez-vous ?

Je porte une vision structurante : transformer durablement les cultures sportives et médiatiques de la montagne pour les rendre plus inclusives, plus égalitaires et plus ouvertes. Mon regard s'appuie à la fois sur une expérience de terrain (sportive, engagée et professionnelle) et sur les actions menées par l'association depuis 2016 pour agir concrètement sur la représentation, la médiatisation et l'accès aux pratiques.

Quel constat faites-vous sur la place des femmes dans les sports de montagne ?

Je rappelle d'abord que les sports de montagne restent profondément marqués par un imaginaire où les femmes demeurent sous-représentées, voire invisibilisées. Cette absence rejaillit sur la confiance, la légitimité et les trajectoires sportives : « on ne peut pas devenir ce qu'on ne voit pas ». C'est précisément pour répondre à cet enjeu que l'association déploie un ensemble d'actions structurantes.

Quelles sont ces actions concrètes ?

Nous avons mis en place plusieurs dispositifs :

- un festival de films Femmes en Montagne reconnu, conçu comme un espace culturel transformateur où se créent de nouveaux récits, de nouveaux imaginaires et de nouveaux rôles modèles pour inspirer autant les femmes que les hommes,
- un travail soutenu sur la représentation médiatique, notamment via la mise en lumière de films réalisés par des femmes ou centrés sur des personnages féminins, permettant de rééquilibrer l'image publique des pratiques outdoor,
- une Tournée Scolaire annuelle pour sensibiliser les jeunes à l'égalité femmes-hommes dans le sport, combattre les stéréotypes dès le plus jeune âge et ouvrir le champ des possibles (1300 à 1500 scolaires sensibilisés par an),
- un projet structurant intitulé « Femmes derrière la caméra », visant à favoriser l'égalité des chances dans les métiers de la réalisation de films de montagne, à encourager, visibiliser et légitimer les professionnelles du secteur, et à enrichir les récits produits. Ce programme comprend un annuaire national, des actions de réseautage, des journées de terrain et des outils dédiés pour soutenir la progression et la reconnaissance des femmes dans ces métiers,

Pourquoi accordez-vous autant d'importance aux récits et aux images ?

À travers ces engagements, je défends l'idée que la mixité en sports de nature ne se construit pas seulement sur le terrain, mais dans les récits que la société produit, valorise et partage. Pour faire évoluer les pratiques, il est indispensable de transformer les images, les histoires et les modèles auxquels les publics ont accès. C'est là que se situent les leviers les plus puissants : rendre visibles des trajectoires inspirantes, multiplier les représentations authentiques, renforcer la place des femmes devant et derrière la caméra, et fédérer les acteurs-et actrices qui façonnent l'imaginaire collectif des sports de montagne.

Quel est votre message clé ?

Il est clair : une culture sportive plus inclusive naît lorsque l'on crée les conditions pour que chacun-e puisse se reconnaître, se projeter et trouver sa place. Et cette transformation commence toujours par les images, les récits et les voix que l'on choisit de mettre en lumière car, au fond, on ne peut pas devenir ce qu'on ne voit pas.

Un cadre méthodologique solide : Fostering Inclusive Action Sports (FIAS)

Éclairer les mécanismes culturels

Le travail conduit par l'Université de Bristol à travers le cadre méthodologique FIAS constitue aujourd'hui une référence précieuse pour penser la transformation culturelle des sports de nature et, plus largement, des sports moins structurés et organisés. Ce cadre se distingue par la qualité de sa méthode autant que par sa capacité à articuler recherche, acteurs de terrain, institutions et communautés de pratiquantes.

L'apport majeur de FIAS tient dans sa capacité à rendre visibles et faire évoluer les logiques qui structurent les cultures sportives : les environnements matériels et symboliques, les processus de progression, la position des communautés, la distribution des responsabilités et de la légitimité. En les articulant, le cadre propose une lecture fine des dynamiques qui encouragent ou freinent l'accès des « femmes* »¹, et permet aux organisations de situer précisément leurs propres points d'appui.

FIAS a été construit dans une dynamique de dialogue continu réunissant :

- chercheurs et chercheuses
- collectifs féminins et communautés de pratiquantes,
- organisations nationales du sport,
- acteurs de l'industrie, du marketing et des médias.

Cette diversité d'acteurs, associée dès l'origine du processus, a permis de confronter des expériences, de faire émerger des angles morts et de construire une compréhension riche des environnements de pratique. La démarche n'est ni descendante ni strictement académique : elle s'est construite dans la circulation des savoirs, dans l'écoute et dans l'analyse des pratiques vécues.



**FOSTERING
INCLUSIVE
ACTION
SPORTS**

Une ressource pertinente pour
essaimer et faire émerger une
dynamique européenne et
internationale

fiasbristol.co.uk

¹ terme inclusif utilisé pour désigner les femmes ainsi que les personnes dont l'identité de genre est minorisée ou marginalisée dans les pratiques sportives, et qui peuvent rencontrer des obstacles liés aux normes de genre dominante



Martin Hurcombe

Historien du sport spécialiste des relations entre presse, premiers médias et développement des disciplines sportives

En quoi vos recherches qui portent sur les représentations médiatiques du sport sont déterminantes pour comprendre les inégalités d'accès à la pratique ?

Les médias ne se contentent pas de refléter le sport : ils le construisent. Dès la fin du 19^e siècle, les représentations médiatiques — journaux, figures héroïques, récits de performance — ont légitimé certaines formes de pratique tout en excluant d'autres, hiérarchisé les corps et les valeurs, et assigné les femmes à la marge ou au rôle de spectatrice. Ce que l'on raconte du sport détermine qui s'y reconnaît, qui ose y entrer, et comment la communauté accueille la diversité. Les récits façonnent les cultures, et donc les inégalités.

Changer ces représentations suffit-il à transformer l'accès au sport ?

C'est une condition nécessaire, mais il faut bien mesurer ce que cela implique. Changer les représentations, ce n'est pas seulement ajuster les discours ou mettre davantage de femmes en couverture : c'est transformer les cultures mêmes d'un sport, le sens qu'il prend et les formes de participation qu'il rend possibles. Mes travaux montrent comment les récits construisent l'autorité sportive, la légitimité technique et les barrières d'accès liées au genre ou à la classe sociale. Agir sur les imaginaires, c'est donc agir sur les structures profondes qui définissent qui a le droit de pratiquer, dans quelles conditions et selon quelles normes.

Une méthode qui relie stratégie et action

FIAS associe un cadre stratégique désormais reconnu au niveau international et des outils opérationnels construits avec les communautés. Cette double entrée offre aux organisations :

- des repères conceptuels pour orienter la transformation,
- des outils concrets pour accompagner les pratiquantes,
- des ressources pour adapter les environnements,
- une démarche progressive qui s'ajuste aux réalités des disciplines et des territoires.

Ce que FIAS apporte n'est pas un modèle figé, mais une méthode de travail, fondée sur l'analyse, l'expérimentation et le partage d'expérience.

Par sa nature organique, intersectorielle et profondément transnationale, le secteur de l'outdoor s'appuie déjà sur des cultures partagées et des imaginaires qui circulent largement entre pays, y compris à l'approche des Jeux olympiques et paralympiques Alpes françaises 2030. Dans ce contexte, le cadre FIAS offre un appui précieux pour structurer cette dynamique : il propose un langage commun, une compréhension partagée des enjeux et des repères méthodologiques qui facilitent le travail en réseau.

Il peut ainsi contribuer à :

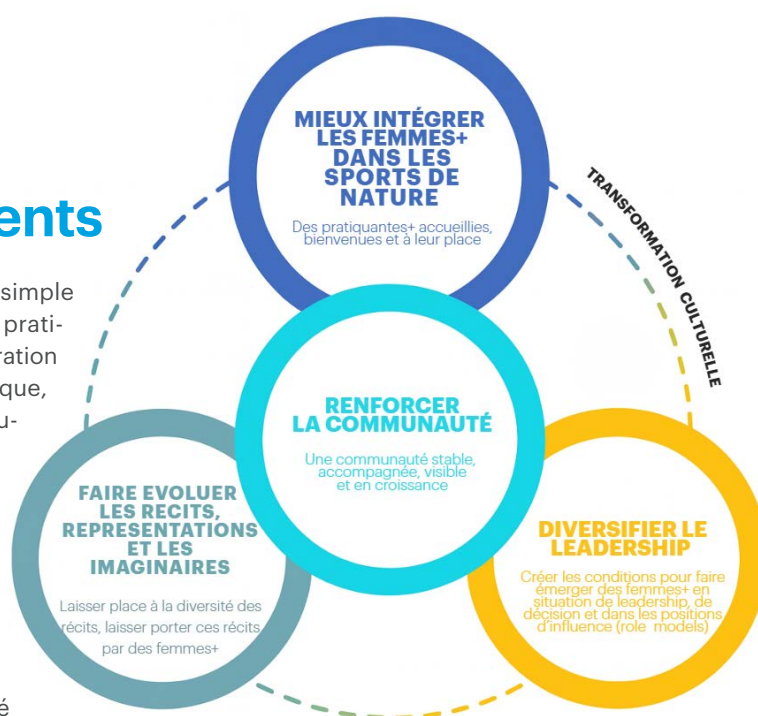
- la mise en place de groupes d'expertise transnationaux, capables de tirer profit des expériences régionales et nationales,
- le développement de formations innovantes à l'échelle européenne,
- la structuration d'initiatives et de projets transfrontaliers,
- l'émergence de démarches d'inclusion cohérentes, du niveau local au niveau international.

Accompagner les communautés pour engager les changements

Le cadre FIAS se présente comme une architecture simple et lisible qui articule, autour des communautés de pratiquantes, trois grands axes de transformation : l'intégration des « femmes+ » dans les espaces et cultures de pratique, la diversification des formes de leadership, et l'évolution des représentations culturelles.

Le schéma ci-contre en propose une synthèse visuelle qui permet aux organisations, collectivités et réseaux de situer leur action et d'identifier les leviers sur lesquels elles peuvent intervenir.

Le cadre FIAS est le fruit d'un travail de recherche rigoureux, ancré dans les sciences sociales, la compréhension des cultures sportives et une volonté constante de transformer les environnements de pratique. Derrière cette démarche se trouvent un chercheur et une chercheuse dont les travaux font aujourd'hui référence au niveau international.



Fiona Spotswood
Professeure associée en
Marketing & Consommation –
University of Bristol

Vos recherches portent sur les inégalités de genre dans le sport, notamment dans les sports outdoor. D'où viennent ces inégalités et pourquoi persistent-elles ?

Ces inégalités ne sont jamais des phénomènes naturels ou individuels. Elles sont fabriquées socialement, entretenues par des récits, des normes implicites, des codes de comportement et des environnements de pratique qui ont été pensés par et pour une majorité masculine. Dans les sports d'action notamment, la compétition symbolique, la prise de risque et les récits héroïques ont historiquement construit un environnement peu accueillant pour les femmes et les filles. C'est ce que j'explore depuis plus de dix ans¹, en analysant la manière dont les cultures, les dispositifs médiatiques et les récits façonnent concrètement l'accès au sport.

À travers le projet FIAS que vous dirigez, quelles pistes concrètes avez-vous identifiées pour changer les choses ?

Ce que nous observons, par exemple, avec les groupes *Women+ mountain bikers* étudiés dans FIAS, c'est que les changements solides émergent par le bas, dans des espaces d'apprentissage où la confiance, la progression et la légitimité se construisent collectivement. Les communautés ne sont pas une solution marginale : elles sont le moteur culturel de la transformation. C'est pourquoi nous développons des outils d'impact destinés aux organisations qui souhaitent renforcer la participation des femmes et des filles, en combinant rigueur scientifique, immersion dans les communautés de pratique et accompagnement direct des acteurs.

¹ Spotswood, Fiona ; Hurcombe, Martin J ; Moxey, Maria. (2024) The emergence of new mountain biking media practices : toward a culture of inclusive mountain biking. In: Sport In Society.

Le genre, un champ d'étude

Les questions d'égalité ne doivent plus être traitées comme un sujet périphérique, ni comme une addition d'initiatives ponctuelles, mais comme un repère central qui oriente la manière de comprendre, d'organiser et de faire évoluer l'outdoor. L'enjeu est d'agir à la fois sur les environnements de pratique, les cultures sportives, les organisations, les récits et les trajectoires, dans la durée.



Cécile Ottogalli-Mazzacavallo

Historienne du sport et chercheuse au Laboratoire sur les Vulnérabilités et l'Innovation dans le Sport à l'Université Lyon 1

Cécile Ottogalli-Mazzacavallo est une référence des études de genre appliquées au sport. Ses travaux interrogent les rapports sociaux de sexe dans les pratiques et les organisations sportives, en rendant visibles des trajectoires féminines longtemps invisibilisées, des femmes alpinistes aux étudiantes en STAPS, en passant par des figures innovantes de l'EPS. Fondatrice du Master Egal'APS, mention Études sur le genre, elle a contribué à construire une formation universitaire inédite articulant études de genre et métiers du sport.

Qu'est-ce que le genre ?

Le genre n'est ni une idéologie ni une simple « théorie » : c'est un champ d'étude scientifique prolifique qui analyse la manière, depuis plus de 20 ans, dont les rapports de pouvoir se construisent et se reproduisent dans les sociétés. Il permet de comprendre pourquoi certaines pratiques, espaces, responsabilités ou légitimités restent différenciés entre femmes et hommes. Cette approche suscite des controverses, souvent par méconnaissance mais elle est indispensable pour comprendre les dynamiques d'inégalités. Elle permet d'aller au-delà du constat des chiffres qui, bien sûr, sont nécessaires mais insuffisants. Le danger est de se satisfaire d'indicateurs partiels qui masquent des mécanismes plus profonds. Il est donc important de mesurer la diversité des situations et d'interroger les normes qui façonnent les attentes sociales, les mécanismes de légitimation et les processus à l'œuvre dans la reproduction des inégalités. Sans action sur ces racines, les progrès resteront superficiels ou réversibles.

Comment ce concept peut-il être utile pour lutter contre les inégalités dans les sports de nature ?

Malgré des initiatives nombreuses, la transformation du milieu reste trop lente au regard des besoins et des attentes des pratiquantes. Il faut changer de rythme et un engagement plus ambitieux des institutions. Il faut professionnaliser les questions d'égalité F/H dans le mouvement sportif. Les inégalités ne se corrigent pas seulement en agissant sur les symptômes (inégalités d'accès, de traitement ou de reconnaissance), elles prennent racine dans un système de pouvoir, dans des héritages culturels et institutionnels qu'il convient de comprendre. Mais la prise en compte du genre ne s'improvise pas. Elle nécessite des compétences, des méthodes ou l'appui de personnes formées professionnellement. Travailler le genre exige du temps, de la nuance et des compétences spécifiques. Les organisations doivent sortir d'une logique de bonnes intentions ou de communication pour entrer dans une démarche rigoureuse, documentée et structurée. L'exigence de compétences sera la seule qui permettra de développer des dispositifs innovants pour le changement en profondeur des cultures, pratiques et représentations sportives. Parmi ces dispositifs, notons l'intérêt de la sororité (via des communautés de pratique et/ou du mentorat) dans les parcours sportifs et bien sûr, la nécessité de développer une politique intégrée du genre, articulée à la justice sociale.

**Les inégalités
ne se corrigent
pas seulement
en agissant sur
les symptômes**

Les 20 propositions pour transformer l'outdoor qui suivent s'inscrivent dans la continuité des travaux menés au niveau national sur la féminisation du sport¹, qui ont abouti en 2023 à un socle de sept recommandations structurantes à l'échelle du mouvement sportif qui rappelle la nécessité de disposer de diagnostics partagés, de renforcer l'accès des femmes à toutes les responsabilités, de transformer les cultures sportives, d'améliorer les conditions de pratique et de soutenir la montée en compétences des acteurs et actrices.

Les travaux présentés ici prolongent et précisent ce socle national en l'appliquant au champ spécifique des sports de nature. Ils visent à rendre ces orientations plus lisibles et plus opérationnelles pour les acteurs et les actrices de l'outdoor.

¹ Ottogalli-Mazzacavallo, C., & Garcia, M.-C. (2023). Pour la féminisation du sport français: Bilan et perspectives sur l'évolution des licenciées et la situation des femmes dans le mouvement sportif (p. 56). Université de Lyon 1-Ministère des Sports et des Jeux olympiques et paralympiques.



2034, L'égalité est devenue la norme en France



Depuis plusieurs années, le mouvement sportif s'appuie sur des données complètes, longitudinales et transparentes qui objectivent les trajectoires des femmes et orientent des politiques publiques fondées sur la mesure rigoureuse des évolutions.



Les fédérations, ligues et comités ont intégré systématiquement le genre dans leurs stratégies, ont déployé des plans d'action ambitieux assortis d'indicateurs précis, et cela a réduit méthodiquement les écarts femmes-hommes à tous les niveaux de participation sportive.



Les pouvoirs publics ont investi massivement le numérique pour diffuser des contenus sportifs non stéréotypés, ils ont pu touché les femmes éloignées du sport via des stratégies numériques ciblées, le web est aujourd'hui un vecteur d'émancipation et de désirabilité sportive.



Le mouvement sportif a instauré un environnement de tolérance zéro face aux violences de genre, il garantit aujourd'hui la dignité et la sécurité des sportives par des dispositifs concrets, et fait de la lutte contre les violences un pilier éthique non négociable.



Cela fait longtemps que la recherche scientifique avec l'appui de la puissance publique a éclairé le coût économique, social et symbolique des inégalités de genre dans le sport, nourrit l'innovation publique et a révélé les ressorts invisibles des discriminations pour mieux les combattre.



L'ensemble des dirigeant·es et professionnel·les du sport maîtrise aujourd'hui l'analyse comparée, le management par l'égalité et la prévention des violences genrées, faisant de la formation un impératif stratégique au service de la performance organisationnelle.



Les collectivités territoriales ont transformé leurs politiques sportives locales en leviers d'égalité, via notamment une réallocation des équipements et créneaux horaires et un déploiement d'actions sexo-spécifiques pour ancrer durablement l'accès des femmes au sport dans les territoires.

Comment le sport français a changé de visage ?

Le rapport **Pour la féminisation du sport français** sous la direction de Cécile Ottogalli-Mazzacavallo et Marie Garcia a présenté, en 2023, les tendances d'évolution des licences sportives au prisme du genre mais surtout il a proposé un **plan d'action détaillé de transformation du sport que tout l'écosystème s'est emparé à moyen terme.**

**April Marshke**

Outside Advice

Outdoor Industry women in cycling expert,

Head of advocacy at European network of outdoors sports (ENOS) & Gender Equity strategy lead

Pouvez-vous nous présenter votre parcours et votre rôle actuel ?

Je suis spécialisée dans les questions d'égalité et d'inclusion reconnue de l'industrie outdoor et du cyclisme. J'incarne un profil rare : celui d'une experte capable de naviguer entre l'industrie, la gouvernance, les communautés de pratiquant-es et les dynamiques de transformation culturelle. Au quotidien, j'accompagne les marques, les organisations et les structures professionnelles du secteur outdoor et cycliste dans l'évolution de leurs produits, de leurs stratégies et de leurs cultures internes. À ENOS, je pilote bénévolement la stratégie de plaidoyer et d'égalité de genre, au croisement des enjeux européens, des politiques sportives et de l'industrie.

Comment analysez-vous les enjeux d'égalité dans l'outdoor ?

Je rappelle que les questions d'égalité ne se jouent pas seulement dans les pratiques, mais dans l'ensemble des systèmes qui produisent l'outdoor : design, ergonomie, marketing, gouvernance, chaînes de valeur, normes de qualité, innovation, professions, représentations culturelles.

Quels sont selon vous les leviers majeurs de transformation ?

Pour moi, la transformation passe par plusieurs leviers majeurs et principalement par celui du dialogue international. Construire un dialogue européen et international sur les inégalités dans l'outdoor est essentiel. Les défis sont globaux : pratiques en mutation, montée de nouveaux publics, enjeux d'accès, réinvention des modèles économiques et des récits sportifs. Les réponses doivent l'être aussi. Selon moi, l'Europe a la responsabilité de développer une compréhension partagée, de confronter les modèles nationaux et de produire un cadre commun pour orienter l'action des organisations, des marques et des institutions.

Quel rôle doit jouer l'industrie selon vous ?

Faire de l'industrie un acteur central de l'égalité est crucial. Les entreprises orientent les usages : les produits qu'elles conçoivent, les images qu'elles diffusent, les discours qu'elles légitiment, les équipes qu'elles embauchent dessinent les frontières de la participation. Je défends un modèle où l'inclusion devient un critère de performance, de durabilité et d'innovation — pas un supplément symbolique.

Vous travaillez également sur une stratégie de plaidoyer, en quoi consiste-t-elle ?

À travers ENOS, j'impulse la construction d'un groupe d'expertise Genre & Outdoor réunissant chercheur, chercheuses, fédérations, industrie, collectifs et acteurs publics afin de structurer une stratégie européenne de plaidoyer (advocacy).

L'objectif est de porter une voix européenne forte, produire des recommandations partagées, influencer les agendas nationaux et européens, faire reconnaître l'égalité comme un enjeu stratégique pour le futur du secteur.

Quelles sont les prochaines étapes ?

Pour moi, les prochaines étapes doivent passer par des programmes de formation transnationaux, des outils partagés, des expérimentations pilotes, des projets de coopération et de recherche dédiés, et une structuration de données européennes sur la participation des femmes. La transformation des cultures sportives ne peut pas être fragmentée : elle doit s'appuyer sur des infrastructures de coopération solides, visibles et durables.

20 propositions pour transformer l'outdoor

L'avenir de l'outdoor se joue dans sa capacité à interroger ses héritages, à comprendre ses cultures et à transformer ses environnements de pratique.

L'égalité n'apparaît pas comme un supplément optionnel, mais comme un levier essentiel de transformation pour assurer le développement de la pratique sportive, la justice sociale, et la pertinence des organisations face aux mutations sociétales.

Ces travaux et le séminaire du 5 décembre 2025 marquent un moment important : celui où le secteur reconnaît que la transformation culturelle des récits, des modes de socialisation, des infrastructures, de la gouvernance est un enjeu stratégique majeur pour son développement futur.

Ces 20 propositions pour transformer l'outdoor issues des travaux et présentées dans ce document s'appuient sur :

- Les expertises professionnelles et scientifiques mobilisées,
- Les retours d'expérience issus du terrain,
- Les analyses culturelles et historiques du secteur,
- Et les priorités exprimées par les participantes et participants.

Ces recommandations ont vocation à servir de référentiel d'orientation, évolutif et adaptable, pour accompagner les organisations, les collectivités, les fédérations, les clubs, les entreprises et les acteurs de la formation dans leur identification des leviers d'action les plus pertinents.

Gouvernance et représentation

Les recommandations convergent vers un constat fort : tant que les espaces de décision restent homogènes, l'égalité restera périphérique. Ouvrir la gouvernance – technique, organisationnelle, économique et éditoriale – à une réelle diversité est un levier majeur pour transformer en profondeur les sports de nature. La manière dont on compose les comités, les bureaux, les équipes et les rédactions détermine les infrastructures que l'on conçoit, les publics que l'on priorise, les récits que l'on légitime et les ressources que l'on mobilise pour accompagner le changement.

1. **Diversifier la composition des instances de décision dans les structures, fédérations, clubs, communautés de pratique et comités d'aménagement, médias.**
2. **Favoriser l'accès des femmes aux métiers stratégiques du secteur outdoor : conception, ingénierie, aménagement, gestion d'équipements, programmation d'événements, production audiovisuelle.**
3. **Fixer des objectifs de progression dans les organisations (sportives, institutionnelles, éditoriales) pour équilibrer les responsabilités et encourager la visibilité des femmes dans les rôles à forte influence.**
4. **Créer des dispositifs de reconnaissance pour les organisations qui mettent en œuvre des pratiques de gouvernance inclusives (labels, prix, visibilité institutionnelle).**



Infrastructures, matériel et espaces de pratique

Les espaces outdoor – sentiers, sites d’escalade, bases nautiques, zones de bivouac, bike parks, parcours de trail, stations nordiques... – incarnent des choix culturels, techniques et sociaux. Lorsqu’ils sont conçus sans diversité, ils reproduisent inconsciemment des normes qui favorisent certains pratiquant-es et en découragent d’autres. Penser l’infrastructure “pour tous et toutes”, c’est s’assurer que la sécurité, la lisibilité, l’accessibilité et le confort deviennent des conditions structurelles d’égalité.

-
5. Associer des femmes à la conception et à la révision des aménagements outdoor : sentiers, zones techniques, équipements légers, signalétique, modalités d’accès.
-
6. Concevoir ou adapter le matériel et l’équipement (vélo, matériel de montagne, équipements nautiques, vêtements techniques, protections) pour tenir compte de la diversité des morphologies et des besoins.
-
7. Favoriser les dispositifs qui facilitent la prise de confiance dans les lieux perçus comme intimidants : créneaux dédiés, sessions d’initiation, visites guidées, programmes d’accueil.
-
8. Développer des formats accessibles de découverte et d’exploration, adaptés à différents niveaux, rythmes et besoins.





Donner des outils pour penser structurellement les inégalités en montrant comment l'histoire du sport, ses institutions et ses cultures professionnelles ont été construites au masculin, et en ouvrant des perspectives pour transformer ces cadres plutôt que demander aux femmes de s'y adapter. **Cécile Ottogalli-Mazzacavallo**

Cultures de pratique et communautés

L'accès aux sports de nature ne dépend pas seulement des infrastructures disponibles, mais aussi des cultures qui les entourent : normes implicites, codes de groupe, manières de progresser, distribution de la parole, gestion du risque, place laissée à l'erreur. Les communautés féminines et mixtes bienveillantes jouent un rôle essentiel pour ouvrir des chemins d'entrée vers la pratique, sécuriser la progression et créer un sentiment d'appartenance durable.

-
9. Appuyer les associations et initiatives locales qui œuvrent pour l'égalité dans le sport et dans l'outdoor, y compris celles situées hors du périmètre fédéral traditionnel.
-
10. Organiser des événements ou stages de découverte dédiés aux femmes ou à des publics sous-représentés pour favoriser l'entrée dans la pratique.
-
11. Reconnaître la non-mixité comme un outil stratégique de progression pour certaines pratiquantes, permettant de gagner en assurance avant d'intégrer des groupes mixtes.
-
12. Soutenir les collectifs féminins ou mixtes engagés pour des environnements bienveillants : accès aux créneaux, aux espaces, aux financements, à l'appui institutionnel.



Médiatisation, récits et représentations culturelles

Les récits façonnent en profondeur les imaginaires sportifs. Quand les femmes, les diversités corporelles ou les pratiques non compétitives sont peu visibles, elles restent symboliquement périphériques. Introduire d'autres récits, d'autres figures et d'autres manières de raconter l'outdoor est une condition pour que davantage de personnes puissent s'y projeter.

-
13. Élargir les récits dominants en donnant de la place à la pluralité des motivations: exploration, progression, plaisir, apprentissage, coopération, vie familiale, sécurité affective.
-
14. Valoriser les médias, marques et organisations qui adoptent des pratiques inclusives par des dispositifs visibles et crédibles (prix, distinctions, partenariats renforcés).
-
15. Renforcer la formation des communicants et journalistes sportifs à l'inclusion et à la prévention des violences et du harcèlement.
-
16. Renforcer la médiatisation des pratiques féminines dans l'ensemble du secteur outdoor et valoriser des rôles modèles variés.



Capacités, compétences et autonomies

L'autonomie technique et matérielle est l'un des leviers les plus concrets pour rendre la pratique possible, durable et épanouissante. Maîtriser les gestes, comprendre son matériel, savoir évaluer un risque ou faire face à une difficulté permet de se sentir légitime et indépendant·e dans les environnements outdoor.

-
17. Organiser des ateliers d'autonomie (mécanique, préparation du matériel, autosécurisation, gestion du risque, navigation, lecture de terrain) adaptés aux besoins des pratiquantes, tenus ou coanimés par des femmes afin de lever les barrières symboliques liées aux savoirs techniques.
-
18. Donner accès à du matériel adapté via des essais, des programmations de tests, des conseils sur mesure ou des formations à l'ajustement du matériel.
-
19. Développer des espaces de pratique centrés sur la progressivité, l'apprentissage et la confiance plutôt que sur la performance immédiate.
-
20. Diffuser des listes d'actions concrètes pour les organisations souhaitant engager une démarche d'égalité dans l'outdoor.



Ressources

Bibliographie

Brown, C., & Thornton, A. (2022). Gendered Experiences of Outdoor Recreation. *Leisure Studies*.

Depoilly, S., & Maruéjols, C. (2018). « Genre, adolescence et espaces publics ». *Agora Débats/Jeunesses*, 79, 47-62.

Ely, R., & Ibarra, H. (2013). « Women Rising: The Unseen Barriers ». *Harvard Business Review*, 91 (9), 60-66.

Caprais, A., Rubi, S., & Sabatier, F. (2024). « C'est très bien mais... ». Effets et usages des quotas de sexe dans les fédérations sportives olympiques. *Travail, genre et sociétés*, 52 (2), 99-116 <https://doi.org/10.3917/tgs.052.0099>

Frayssé, M. (2019). Modèles de genre différenciés et positions éditoriales dans la presse sportive spécialisée. *Questions de communication*, 35 (1), 39-62. <https://doi.org/10.4000/questionsdecommunication.18956>

Garcia, M.-C., & Ottogalli-Mazzacavallo, C. (2022). « La féminisation du sport fédéral: une affaire de petites et jeunes filles ? » *Agora débats/jeunesses*, 90 (1), 71-85. <https://hal.science/hal-03682875/>

Jones, K., Dufur, M., Cope, M., & Pierce, H. (2021). « Gender Marginalization in Sports Participation through Advertising: The Case of Nike ». *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18 (15), 7759. <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/15/7759>

Maruéjols, C. (2014). Mixité, égalité et genre dans les espaces du loisir des jeunes: pertinence d'un paradigme féministe <https://theses.hal.science/tel-01131575>

Mennesson, C. (2005). Être une femme dans le monde des hommes. Socialisation sportive et construction du genre. Paris: L'Harmattan. <https://shs.cairn.info/revue-societes-contemporaines-2004-3-page-69>

Ottogalli-Mazzacavallo, C., & Garcia, M.-C. (2023). Pour la féminisation du sport français: Bilan et perspectives sur l'évolution des licenciées et la situation des femmes dans le mouvement sportif (p. 56). Université de Lyon 1-Ministère des Sports et des Jeux olympiques et paralympiques. <https://shs.hal.science/halshs-04072725>

Ottogalli-Mazzacavallo, C., & Saint-Martin, J. (2009). Femmes et hommes dans les sports de montagne. Au-delà des différences. *MSH*. <https://journals.openedition.org/clio/9981>

Penin, N. (2020). Les Sports à risque: Sociologie du risque, de l'engagement et du genre. In *Les Sports à risque: Sociologie du risque, de l'engagement et du genre*. Artois Presses Université. <https://books.openedition.org/apu/8026>

Phillips, K. W., Northcraft, G. B., & Neale, M. A. (2006). « Surface-level diversity and decision-making in groups: When does deep-level similarity help ? ». *Group Processes and Intergroup Relations*, 9 (4), 467-482. <https://hal.science/hal-00571629/>

PRNSN (2022). Mieux connaître les professionnel·les de l'encadrement de la voile. Coll. Enquête, n° 10 <https://www.sportsdenature.gouv.fr/publications/mieux-connaître-voile-2022>

Schirrer, M., Ottogalli-Mazzacavallo, C., & Fol, Y. (2025). « Tous sportifs? Toutes sportives? Genre et perception de la sportivité chez des élèves de terminale ». Sciences Sociales et Sport, 25 (1), 63-95. <https://hal.science/hal-05220325v1>

Schmitt, A. (2020). Les usages sociaux de la pratique du surf et de la voile légère en contexte scolaire en France et en Californie : processus de socialisation et rapports sociaux de sexe et de classe. Thèse de doctorat, Université Rennes 2. <https://hal.science/tel-02965204v1>

Spotswood, F., Hurcombe, M. J., & Moxey, M. (2025). The FIAS Framework: a practice eco-systems, macro-social marketing approach addressing gender inequality in action sport. Journal of Social Impact in Business Research, 1(1), 3-16. <https://www.emerald.com/jsibr/article/1/1/3/1276729/The-FIAS-framework-a-practice-ecosystems-macro>

Spotswood, Fiona ; Hurcombe, Martin J ; Moxey, Maria. (2024) The emergence of new mountain biking media practices : toward a culture of inclusive mountain biking. In: Sport In Society. <https://research-information.bris.ac.uk/en/publications/the-emergence-of-new-mountain-biking-media-practices-toward-a-cul/>

Thorpe, H. (2011). Snowboarding Bodies in Theory and Practice. Palgrave Macmillan.

Wheaton, B. (2004). Understanding Lifestyle Sports: Consumption, Identity and Difference. London: Routledge.

Yasminah Beebeejaun (2017) Gender, urban space, and the right to everydaylife, Journal of Urban Affairs, 39:3, <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/07352166.2016.1255526>

Sitographie

ENOS – European Network of Outdoor Sports www.outdoor-sports-network.eu

CREPS Auvergne-Rhône-Alpes Vallon Pont d'Arc • Voiron • Lyon www.creps-rhonealpes.sports.gouv.fr/outlab

FIAS – University of Bristol (presentation + frameworks) <https://fiasbristol.co.uk/>

Gouvernement de la République française. (2023). Plan interministériel pour l'égalité entre les femmes et les hommes 2023-2027. <https://www.egalite-femmes-hommes.gouv.fr/toutes-et-tous-egaux-plan-interministeriel-pour-legalite-entre-les-femmes-et-les-hommes-2023-2027>

Haut Conseil à l'Égalité entre les femmes et les hommes (HCE). (2025). Femmes et sport : bâtir des carrières, conquérir l'égalité. <https://www.vie-publique.fr/rapport/298441-femmes-et-sport-batir-des-carrieres-conquerir-l-egalite>

Université Lyon 1, UFR STAPS, Master Egal'APS : <https://egalaps.univ-lyon1.fr/> Laboratoire sur les Vulnérabilités et l'Innovation dans le Sport (L-ViS) : formation courte et professionnelle "Sport et Lutte contre les discriminations/violences de genre " : <https://l-vis.univ-lyon1.fr/>

L'association Femmes en montagne pour encourager la pratique féminine des sports outdoor : <https://femmesenmontagne.com/>

UTMB: Égalité des droits et des chances pour tous: <https://utmb.world/fr/inclusion>

Mentions de responsabilité

Pilotage et suivi éditorial

Benjamin Billet (CREPS)

Appuis techniques et méthodologiques

Ophélie Laffuge, consultante CMO, SportpowHER | Fondatrice, Beyond My Bike
April Marshke, Outside Advice, ENOS Board member

Intervenant·es du programme

Agathe Bougon (UTMB Group)
Florence Gall (France Vélo)
Martin Hurcombe (FIAS Team - Université de Bristol)
Élodie Lantelme, journaliste
Tanya Naville (Femmes en Montagne)
Cécile Ottogalli-Mazzacavallo (Laboratoire L-VIS - Université Lyon 1)
Camille Pic (GLOW – Girls Leading On Wheels)
Marie-Françoise Potereau (FFC / CNOSF)
Fiona Spotswood (FIAS Team - Université de Bristol)

Conception graphique et mise en page

Frédéric Tomczak (Pôle ressources national transition écologique et sports de nature)

Crédits photos

Couverture : iStock.com/RyanJLane • p.6 : iStock.com/AzmanL • p.9 : iStock.com/nattrass •
p.10 : Collection Frison-roche • p.12 : Adobe Stock / Maksym Protsenko / NDABCREATIVITY /
Oleg Breslavtsev / Lumos sp / michelangeloop • p.14 : iStock.com/wundervisuals • p.15 : UTMB •
p.16, p.30, p.34 : Benjamin Billet • p.18-19 : Fanny Tomaselli • p.26 : Jesse Loiterton @Pexel •
p.27 : PNW Production @Pexel • p.31 : Østre Søbad - Silkeborg • p.32 : iStock.com/Pekic • p.33 :
iStock.com/SolStock • p.35 : iStock.com/NickyLloyd • 4^e de couverture : iStock.com/Remains

Remerciements

Le CREPS Auvergne-Rhône-Alpes Vallon Pont d'Arc · Voiron · Lyon remercie l'ensemble des personnes et partenaires ayant participé et contribué au séminaire *Genre et sports de nature, vers une culture plus inclusive* dont Fiona Spotswood et Martin Hurcombe, Thierry Bedos (FFC), Mélanie Museau et Fred Mô (Simond / Decathlon) pour leur soutien, ainsi que Élodie Lantelme du 1000 bornes Café et la ville de Cluses pour leur accueil.



Ces travaux ont bénéficié du soutien de la Direction des Sports, dans le cadre de l'appel à projets Coopération Sportive Internationale 2025.

Conception : Février 2026

Sports de nature, outdoor ou les deux !

En France, la notion de sports de nature est définie par le Code du sport (article L311-1) comme des activités physiques et sportives pratiquées en milieu naturel, agricole ou forestier — terrestre, aquatique ou aérien — aménagé ou non. Cette définition juridique fonde notamment la compétence des conseils départementaux en matière de plans des Espaces, sites et itinéraires (PDESI). Ainsi, si sports de nature reste une catégorie spécifiquement française, ancrée dans un cadre réglementaire précis et territorialisé, le terme outdoor, ici utilisé simultanément, traduit une vision large et transnationale.

Le terme outdoor (extérieur) est d'un usage plus large. Il englobe sport de plein air en y incluant des activités pratiquées en espaces artificiels extérieurs. Cet anglicisme est couramment utilisé en Europe, mais son acception varie selon les pays : les pays nordiques l'associent au Friluftsliv, une philosophie de vie en plein air fondée sur la liberté d'accès à la nature ; l'Europe centrale insiste sur la sécurité et l'encadrement ; l'Europe du Sud y intègre une dimension sociale, touristique et éducative.



Par les représentations qu'ils véhiculent, le sport et les sports de nature jouent un rôle majeur en matière de promotion de la culture de l'égalité. Le CREPS Auvergne-Rhône-Alpes Vallon Pont d'Arc · Voiron · Lyon et le PRNTESN reconnaissent l'importance de prévenir et faire reculer les stéréotypes de sexe dans la communication publique. Les photos des femmes et des hommes en situation d'encadrement et de pratique individuelle sont sélectionnées dans le but de favoriser la parité. Les écrits se basent sur la publication [*Pour une communication publique sans stéréotypes de sexe, Haut Conseil à l'Égalité entre les femmes et les hommes \(HCE\), 2022*](#)



Le genre n'est pas une question d'opinion, c'est un rapport de pouvoir

L'égalité dans les sports de nature exige une transformation culturelle profonde. Les cultures outdoor reproduisent des normes héritées qui excluent, invisibilisent et freinent. Cette publication rassemble recherches internationales, analyses de terrain et leviers d'action pour que fédérations, collectivités, industrie et institutions publiques repensent leurs cadres, leurs infrastructures et leurs récits.

Issu d'un séminaire porté par le laboratoire d'innovation publique OutLab du CREPS, ce document propose un point d'appui stratégique pour engager des transformations durables vers un outdoor plus inclusif, juste et attentif à la diversité des expériences. **Une démarche intersectorielle pour construire ensemble les cultures sportives de demain.**