



Portrait des adeptes de vélo de montagne 2023



Vélo de
montagne



5% des adultes québécois-es affirment avoir pratiqué du vélo de montagne en 2022

La pratique du vélo de montagne est en pleine croissance au Québec. Selon une étude récente réalisée par l'institut Léger, **5 % des adultes québécois** ont pratiqué le vélo de montagne en 2022. Cette tendance à la hausse reflète un engouement accru pour cette activité de plein air, qui allie aventure et exercice physique.

Les faits saillants suivants résument cette enquête et offrent un portrait complet des adeptes de vélo de montagne au Québec. L'analyse détaillée des profils de débutant-es, intermédiaires et expert-es permet de mieux comprendre les motivations, les préférences et les habitudes propres à chaque niveau de pratique. Découvrez ce sport de plein air qui permet à de plus en plus de Québécois-es de se dépenser en nature sur des sentiers adaptés à leur niveau.

Méthodologie



MÉTHODE

Un sondage web a été réalisé auprès des Québécois-es membres du panel Leo de Léger. L'échantillon comprenait 302 répondant-es, âgé-es de 18 ans et plus.

La collecte des données s'est déroulée du 13 au 23 avril 2023.

*Les données présentées ont été arrondies.
Par conséquent, il est possible que les totaux diffèrent légèrement de 100 %.*

Profil des adeptes

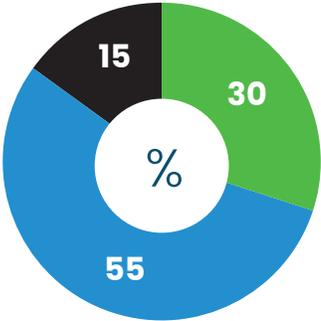


18-34 ans : 37% | 35-54 ans : 46% | 55 ans ou plus : 17%

Les 3 types de profils

- LES DÉBUTANT·ES
- LES INTERMÉDIAIRES
- ◆ LES AVANCÉ·ES/EXPERT·ES

85 % des adeptes de vélo de montagne au Québec se considèrent de niveau débutant ou intermédiaire.



NIVEAU DE SENTIER LE PLUS ROULÉ

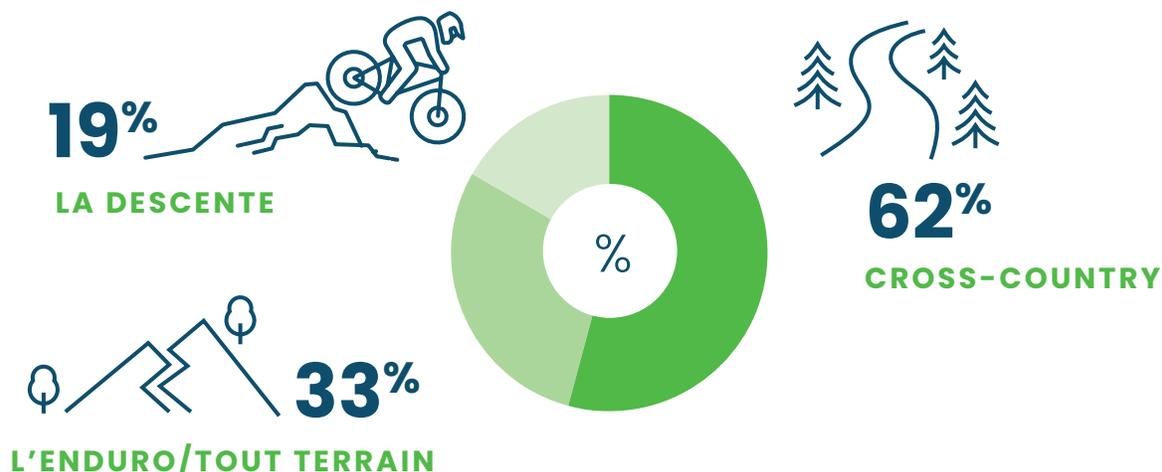
Lors des sorties, les sentiers intermédiaires sont de loin les plus empruntés, car ils sont à la fois accessibles pour les expert-es et favorables à la progression des débutant-es.

- Facile 29%
- Intermédiaire 63%
- ◆ Difficile et très difficile 7%



Type de sorties

DISCIPLINE PRATIQUÉE



Accompagnement

TYPE D'ACCOMPAGNATEUR·TRICE LORS DE SORTIES

Seul·e	43%
Avec des ami·es	43%
Avec mon ou ma conjoint·e	30%
Avec mon ou mes enfant(s)	25%
Avec d'autre(s) membre(s) de ma famille	20%
Avec un·e ou des collègue(s)	10%
Avec un groupe de vélo ou club de vélo	3%
Avec un·e guide professionnel·le/un·e entraîneur·e de vélo de montagne	2%

82% ROULENT ACCOMPAGNÉS

DURÉE MOYENNE D'UNE SORTIE

Une journée complète	4%
Une demi-journée	26%
Moins d'une demi-journée	42%
1 heure ou moins	28%

69% MOINS D'UNE DEMI-JOURNÉE

NOMBRE DE SORTIES PAR ANNÉE

1 sortie	8%
2 à 9 sorties	51%
10 à 19 sorties	22%
20 à 29 sorties	9%
30 sorties ou plus	10%

41% 10 SORTIES ET +

59% - DE 10 SORTIES

TOP 7

Motivations et freins à la pratique du vélo de montagne

MOTIVATIONS



- 1 Pour passer un moment en nature
- 2 Pour l'effort physique que ce sport demande
- 3 Parce que ce sport peut être réalisé en toute liberté, sans abonnement ou club
- 4 Pour partager ce moment avec mon entourage
- 5 Pour les sensations fortes que ce sport procure
- 6 Pour relever des défis techniques/me surpasser
- 7 Pour découvrir une région

FREINS



- 1 Le manque de temps
- 2 La distance des sentiers de mon lieu de résidence
- 3 La peur de me blesser
- 4 La manque de personnes avec qui rouler
- 5 Le coût d'accès aux sentiers
- 6 Le coût de l'équipement
- 7 L'achalandage trop important



CRITÈRES DE CHOIX D'UN ENDROIT POUR PRATIQUER LE VÉLO DE MONTAGNE

- 1 La qualité et le niveau d'entretien des sentiers
- 2 Le coût d'accès aux sentiers
- 3 La variété des sentiers et des niveaux de difficulté
- 4 L'achalandage de l'endroit (pas trop de visiteurs)
- 5 La proximité à mon lieu de résidence
- 6 L'information disponible à l'avance (ouverture/fermeture, état des sentiers, carte du réseau, etc.)

TOP 6



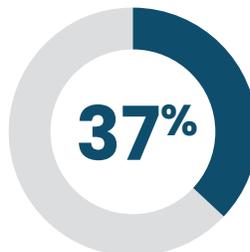
POSSESSION ET LOCATION D'UN VÉLO DE MONTAGNE

Type de vélo le plus souvent loué

Fatbike et autre vélo rigide	17 %
Enduro	15 %
Cross-country simple suspension	13 %
Descente	13 %

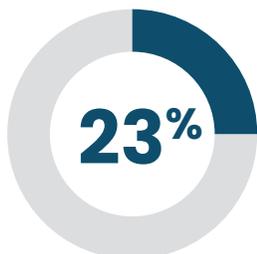


**DÉTIENNENT
PERSONNELLEMENT
AU MOINS UN VÉLO DE
MONTAGNE**



**ONT DÉJÀ LOUÉ
UN VÉLO**

VÉLO ÉLECTRIQUE/INTENTION D'ACHAT



**POSSÈDENT
UN VÉLO ÉLECTRIQUE**



**ENVISAGENT EN ACQUÉRIR UN
D'ICI 5 ANS**



Profil des adeptes par niveau

LES DÉBUTANT·ES

En moyenne, les débutant·es pratiquent le vélo depuis 1 à 3 ans, réalisent moins de 20 sorties par an, et leurs sorties sont relativement courtes (une heure ou moins). En tant que néophytes, ils et elles privilégient les sentiers accessibles, peu fréquentés, abordables, et proches de leur domicile. Les débutant·es ont une préférence notable pour le cross-country par rapport à l'enduro et à la descente. À noter qu'une part significative des débutant·es (31 %) n'est pas en mesure de préciser la discipline de vélo de montagne qu'ils ou elles pratiquent.

PROFIL

59% HOMME | **41%** FEMME

18-34 ans : **44 %**

35-54 ans : **40 %**

55 ans ou plus : **16 %**

TYPES DE PRATIQUE



L'ENDURO/TOUT TERRAIN

23%



49%
CROSS-COUNTRY



LA DESCENTE

9%

TOP
3

MOTIVATIONS

1. Pour passer un moment en nature
2. Pour l'effort physique que ce sport demande
3. Pour partager ce moment avec mon entourage

CHOIX DU LIEU DE PRATIQUE

1. La proximité de l'endroit avec mon lieu de résidence
2. L'achalandage de l'endroit (pas trop de visiteurs)
3. Le prix d'accès aux sentiers

FREINS

1. La peur de me blesser
2. Le manque de temps
3. Le manque de compétences et d'habiletés techniques

LES INTERMÉDIAIRES

En moyenne, les adeptes intermédiaires ont plus de 4 ans d'expérience et réalisent 20 sorties ou plus par an. Leurs sorties sont généralement plus longues et avoisinent la demi-journée. Bien qu'ils privilégient également le cross-country, ils sont plus nombreux-ses que les débutant-es à pratiquer l'enduro et la descente. Ils et elles sont plus attentif-ves à l'entretien des sentiers et sont plus susceptibles de se déplacer pour découvrir de nouvelles expériences pour se dépenser en pleine nature.

PROFIL

74% HOMME | **26%** FEMME

18-34 ans : **33%**

35-54 ans : **50%**

55 ans ou plus : **17%**

TYPES DE PRATIQUE



L'ENDURO/TOUT TERRAIN

31%



68%
CROSS-COUNTRY



LA DESCENTE

19%

TOP
3

MOTIVATIONS

1. Pour passer un moment en nature
2. Pour l'effort physique que ce sport demande
3. Parce que ce sport peut être réalisé en toute liberté, sans abonnement ou club

CHOIX DU LIEU DE PRATIQUE

1. Le niveau d'entretien des sentiers/qualité
2. Le prix d'accès aux sentiers
3. La variété des niveaux de difficulté offerts

FREINS

1. La distance des sentiers de mon lieu de résidence
2. Le manque de temps
3. La peur de me blesser

◆ LES AVANCÉ·ES/EXPERT·ES

Les expert-es pratiquent en moyenne depuis plus de 10 ans et roulent minimum 20 fois par saison pour des sorties dépassant la demi-journée. Les expert-es forment le groupe qui pratique le plus l'enduro et la descente. Cette préférence concorde avec leur désir de se dépasser physiquement et de relever des défis. Étant les adeptes les plus assidu-es, ils et elles privilégient les réseaux bien entretenus, abordables et situés à proximité de leur domicile.

PROFIL

94% HOMME | **6%** FEMME

18-34 ans : **37%**

35-54 ans : **47%**

55 ans ou plus : **16%**

TYPES DE PRATIQUE



L'ENDURO/TOUT TERRAIN

60%



64%
CROSS-COUNTRY



LA DESCENTE

39%

TOP
3

MOTIVATIONS

1. Pour l'effort physique que ce sport demande
2. Pour passer un moment en nature
3. Pour relever des défis techniques/me surpasser

CHOIX DU LIEU DE PRATIQUE

1. La proximité de l'endroit avec mon lieu de résidence
2. Le prix d'accès aux sentiers
3. Le niveau d'entretien des sentiers/qualité

FREINS

1. La distance des sentiers de mon lieu de résidence
2. Le coût d'accès aux sentiers
3. La manque de personnes avec qui rouler