



Le fitness, un atout majeur pour la santé préventive et la longévité !

Par Pierre-Jacques Datcharry

Directeur de la publication, Fitness Magazine

Pour écouter le podcast du document, [cliquer ici](#)

1. L'évolution des attentes

Les adhérents cherchent désormais un bien-être global



Les attentes des adhérents des salles de fitness évoluent. Il ne s'agit plus seulement d'améliorer sa condition physique, mais aussi de prendre soin de sa santé mentale, de développer sa résilience et de cultiver un bien-être global.

Cette transformation des besoins n'est pas anecdotique : selon l'Eurobaromètre 2022, 59 % des Européens considèrent désormais l'activité physique comme un levier de santé avant tout, loin devant la seule performance sportive. Ce pourcentage est en constante augmentation.

2. Le système de santé sous pression

En parallèle, le système de santé peine à répondre à une demande croissante : l'explosion des maladies chroniques, la saturation des services hospitaliers et le fardeau toujours plus lourd des coûts sociaux pour les États.

Maladies chroniques

Explosion des cas nécessitant une prise en charge continue

Services saturés

Hôpitaux débordés face à la demande croissante

Coûts élevés

Budgets de santé de plus en plus lourds pour les États

Face à ce constat, les clubs de fitness s'imposent comme une réponse incontournable, c'est-à-dire capables d'apporter des solutions concrètes et accessibles pour la santé et la longévité.

3. Les « Abonnements Santé » : un phénomène en plein essor

En Europe, la tendance est claire : les « Abonnements Santé » se multiplient.



Angleterre

Fitness First et *Everyone Active* testent des formules intégrant bilans médicaux, programmes personnalisés et suivi nutritionnel.



Allemagne

Certains clubs de *McFIT/RSG Group* collaborent déjà avec des assureurs pour rembourser une partie des cotisations liées à la prévention.



France

La *VILLA M* (Paris, Marseille, Nice) va encore plus loin en associant soins, prévention, longévité, alimentation et coaching sportif dans un même lieu hybride.

4. Le rôle central des salles

Une question demeure : qui accompagne réellement le client après le diagnostic ?

Car si le médecin identifie les risques, encore faut-il un acteur au quotidien pour transformer la prescription en habitudes concrètes.

C'est précisément là que le rôle des salles de fitness devient central : apporter cette approche globale – activité physique, nutrition, prévention, mode de vie – en complément du discours médical.



5. Les projections commerciales à 2030 sont encourageantes

Les chiffres parlent d'eux-mêmes : selon *EuropeActive*, le marché européen du fitness pourrait atteindre 100 millions de membres en 2030 (contre 63 millions en 2022), notamment grâce à l'intégration des clubs dans la chaîne de santé préventive.

Aujourd'hui déjà, 28 % des adhérents en Europe déclarent avoir rejoint un club pour des raisons de santé et non pour l'esthétique ou la performance.



Conclusion : Le moment est venu d'intégrer le système de santé

Depuis des décennies, notre secteur parle de devenir partenaire du système de santé. Le moment est venu. Nous devons transformer nos clubs en véritables piliers de la prévention, des lieux où l'on ne vient plus seulement « transpirer » mais où l'on investit dans sa longévité, son équilibre et sa qualité de vie.

Découvrir le magazine en [cliquant ici](#)

Fitness Challenges

Octobre/novembre

