



**STRAVA**

Données 2016  
France

**Strava  
Données 2016  
France**

# 9,6 activités par seconde partagées sur Strava en 2016

Nous sommes le réseau social des athlètes. Des millions de coureurs et de cyclistes ont rejoint Strava pour suivre leurs sorties et établir des liens entre eux. Des plus grandes courses au monde, aux sentiers tranquilles du parc d'à côté, qu'il s'agisse de running ou de cyclisme, tous les types d'activités ont trouvé une place sur Strava en 2016.

Ce qui distingue nos athlètes n'est pas seulement leurs formidables accomplissements, mais aussi la communauté qu'ils ont bâtie ensemble. Il va de soi que nous étions particulièrement fiers cette année quand des athlètes Strava se sont hissés sur les podiums des Jeux Olympiques de Rio, mais aussi quand trois alpinistes ont laissé leur trace Strava au sommet de L'Everest, ou encore d'avoir été au coeur du peloton cycliste professionnel. Strava fut une nouvelle fois cette année la plateforme de choix pour partager la joie indescriptible que procure une victoire d'étape sur le Tour de France. Mais in fine, Strava est surtout conçu pour fournir à chaque athlète un espace convivial en lien étroit avec la pratique sportive en général mais, aussi le sport de haut niveau plus spécifiquement.

Sur Strava tout est question de divertissement et d'évolution dans sa pratique sportive. Notre site web et nos applications mobiles rassemblent des athlètes avec des parcours singuliers et les aident à la fois à débloquer leur potentiel sportif et leur implication en tant que membre d'une communauté.

La communauté Strava a généré des centaines de milliards de données en 2016, soit l'équivalent de 60 400 années de temps cumulé en activités sportives, ou 8 570 partages d'activités contenant le mot "Pokémon". Notre paquet annuel de données possède davantage d'informations sur l'athlète contemporain que ne pourrait en contenir ce livret.

Ce rapport met en lumière quelques unes de ces informations que nous avons sélectionnées pour vous, les meilleurs moments de l'année, ainsi qu'une observation des tendances running et cyclistes en France.

# Insights 2016 France

PAGE

05

**Kudos**

40.3 millions

17

**Running**

4.6 millions activités

43

**Cyclisme**

6.3 millions activités

# Kudos

Les athlètes Strava ne donnent pas de “likes” sur les activités des athlètes qu’ils suivent, ils donnent des kudos. Les kudos honorent un effort et témoignent d’un certain respect. Le running et le cyclisme procurent énormément de plaisir, mais peuvent aussi être des sports particulièrement exigeants...le soutien de ses pairs est donc toujours bienvenu. Le kudos peut sembler être une subtile distinction mais pour nous c’est une fabuleuse différence.

En 2016, beaucoup de petites sessions sportives ont largement mérité leur lot de kudos, comme partager une superbe photo de lever de soleil ou trouver un titre d’activité intelligent pour une séance de running a priori banale. Il y a eu aussi des exploits phénoménaux qui ont changé la donne au sein de la communauté.

De grands exploits se sont produits sur Strava cette année. Voici cinq kudos majestueux pour ces athlètes remarquables.



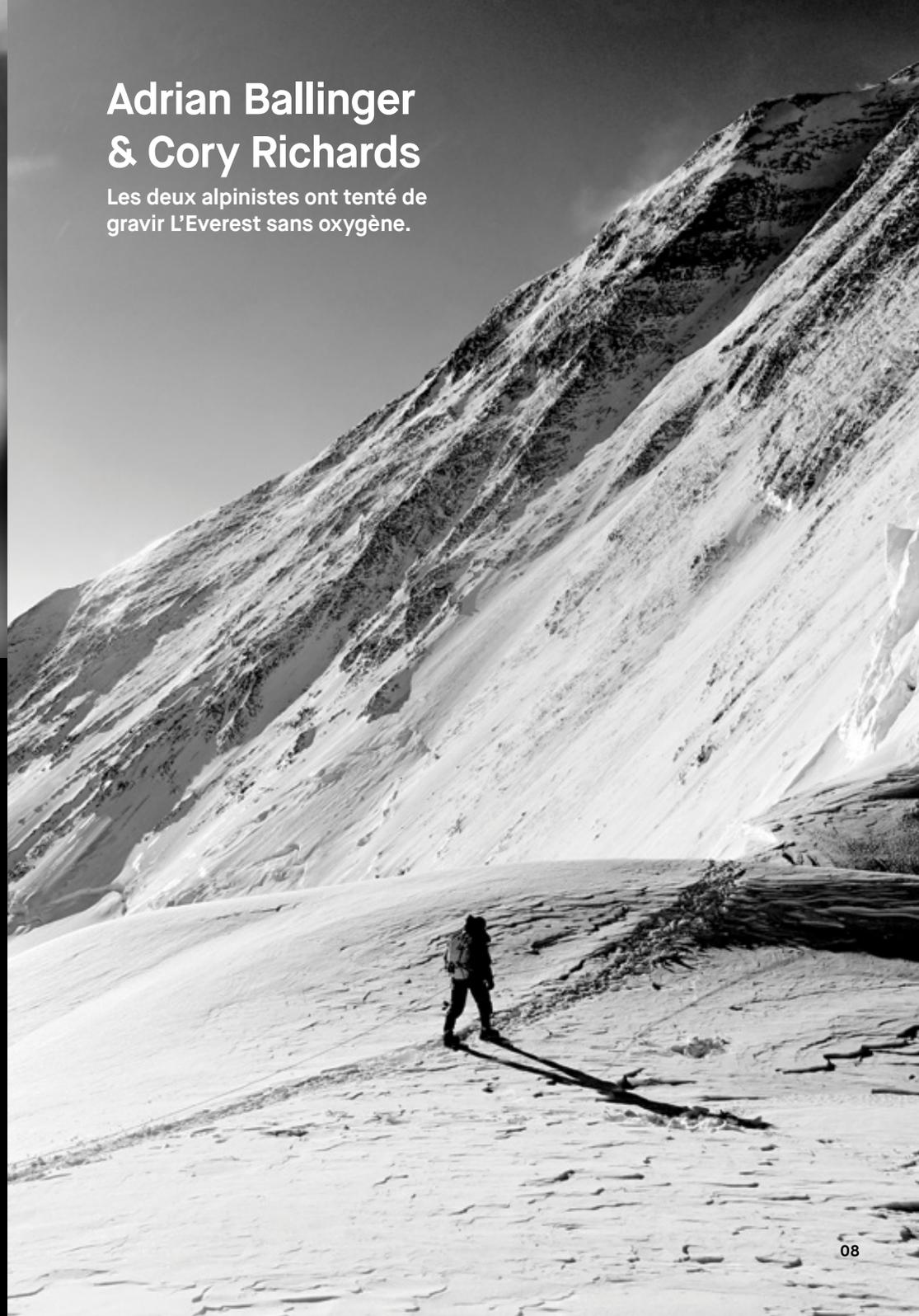
## Greg Van Avermaet

Le champion olympique Greg Van Avermaet partage sa course en or à Rio.

Découvrez la liste complète  
des exploits 2016 sur  
[blog.strava.com/2016](http://blog.strava.com/2016)

## Adrian Ballinger & Cory Richards

Les deux alpinistes ont tenté de  
gravir L'Everest sans oxygène.



# Kaci Lickteig

La gagnante de la Western States 100  
qui a dominé la course du début à la fin.



# Thibaut Pinot

Vainqueur du Critérium International



# Grand Tour

Des douzaines de coureurs cyclistes ont partagé leurs expériences sur Strava pendant les Grands Tours.





#### KUDOS 2016

**1.3 milliards de kudos**  
distribués dans le monde.  
**41 kudos** par seconde  
distribués dans le monde.  
**40.3 millions de kudos**  
distrubés en France.

La course pour la médaille d'or à Rio de  
Greg Van Avermaet est l'activité qui a reçu le  
plus de kudos en 2016.

La victoire de Romain Bardet lors de la  
19ème étape du Tour de France fut l'activité  
ayant reçu le plus de kudos en France.



#### PHOTOS EN 2016

**51 millions de photos**  
partagées dans le monde.  
**2.3 millions de photos**  
partagées en France.



#### CLUBS EN 2016

**1.6 million** d'athlètes  
dans le monde  
ont rejoint des clubs.

**83 407** athlètes  
en France ont  
rejoint des clubs.



#### CHALLENGES 2016

**April Distance  
Challenge (cyclisme)**  
le challenge le plus populaire  
dans le monde.

266 342 athlètes ont rejoint le challenge.

**Strava Races:  
10k Septembre (running)**  
le challenge le plus  
populaire en France.

10 318 athlètes ont rejoint le challenge.

# Running



## Kilian Jornet

Victoire et triplé historique sur  
la Hardrock 100 (États-Unis)

Découvrez la liste complète  
des exploits 2016 sur  
[blog.strava.com/2016](http://blog.strava.com/2016)

## Caroline Chaverot

Victoire sur L'Ultra-Trail du Mont-Blanc 2016



MONDE,  
TOTAUX 2016

Courses à pied chargées

**86.7** millions

Dénivelé positif

**6.1** milliards de mètres

Distance

**718.6** millions de km

Marathons accomplis

**419 338**

FRANCE,  
TOTAUX 2016

Course à pied chargées

**4.6** millions

Dénivelé positif

**513** millions de mètres

Distance

**47** millions km

Marathons accomplis

**31 036**

MONDE,  
TOTAUX 2016

Jour le plus actif

**Dimanche**  
**11 Septembre**

FRANCE,  
TOTAUX 2016

Jour le plus actif

**Dimanche**  
**2 Octobre**

## **Moyennes des runners français en 2016**



### Distance

Homme

**10,5** km

Femme

**8,4** km



### Dénivelé positif

Homme

**117** m

Femme

**82** m



### Temps de course

Homme

**0h 59**m

Femme

**1h 00**m



### Vitesse

Homme

**5:25** /km

Femme

**6:17** /km



### Distance

Homme

**191** km

Femme

**109** km



### Dénivelé positif

Homme

**2 121** m

Femme

**1 063** m



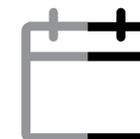
### Temps de course

Homme

**18h 10**m

Femme

**13h 06**m



### Jour le plus populaire

Homme

**Dimanche  
2 Octobre**

Femme

**Dimanche  
2 Octobre**

**France 2016**  
**Tops régions**

## Les plus rapides

1er

**Nord-Pas-de-Calais**

**5:23** /km

2ème

**Pays de la Loire**

**5:25** /km

3ème

**Centre**

**5:26** /km

## Les plus actives

1er

**Île-de-France**

**913 325** activités

2ème

**Rhône-Alpes**

**640 870** activités

3ème

**Provence-Alpes-**

**Côte d'Azur**

**496 343** activités

Avec le dénivelé positif  
moyen le plus haut

1er

**Auvergne**  
**191** m

2ème

**Franche-Comté**  
**187** m

3ème

**Corse**  
**175** m

Avec le dénivelé positif  
moyen le plus bas

1er

**Nord-Pas-de-Calais**  
**51** m

2ème

**Centre**  
**53** m

3ème

**Poitou Charentes**  
**61** m

## Distance moyenne la plus longue

1er

**Auvergne**  
**10,7** km

2ème

**Bretagne**  
**10,5** km

3ème

**Franche-Comté**  
**10,4** km

## Moyenne de temps passé à courir le plus long

1er

**Auvergne**  
**1h 04**m

2ème

**Franche-Comté**  
**1h 02**m

3ème

**Limousin**  
**1h 00**m

**France, trajet domicile-travail  
Moyennes 2016**

Vitesse

**5:17** /km

Distance

**9,4** km

Temps passé

**0h 49m**

Chargements par semaine

**2 808**

Augmentation des trajets en période estivale

**+60%**

Jour le plus populaire pour le trajet domicile-travail

**Mardi**  
**23 Août**

**2 117 trajets domicile-travail**  
**pour une distance de 18 017 km**

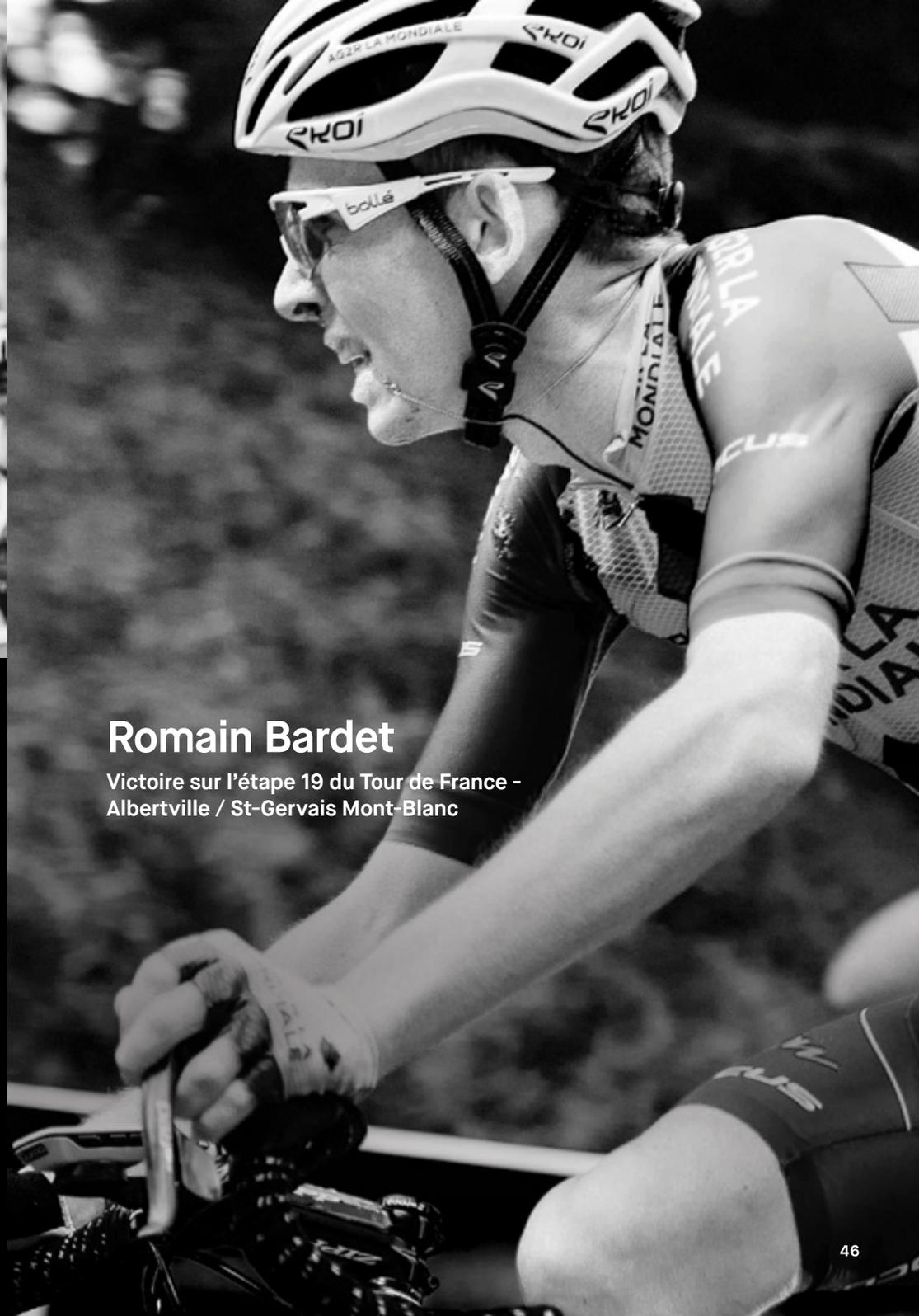
# Cyclisme



## Arnaud Démare

Vainqueur de Milan-San Remo 2016

Découvrez la liste complète  
des exploits 2016 sur  
[blog.strava.com/2016](http://blog.strava.com/2016)



## Romain Bardet

Victoire sur l'étape 19 du Tour de France -  
Albertville / St-Gervais Mont-Blanc

Sorties chargées

**161** millions

Dénivelé positif

**55** milliards de mètres

Distance

**5.8** milliards de km

Sorties chargées

**6.3** millions

Dénivelé positif

**3.6** milliards mètres

Distance

**298** millions km

Le jour le plus actif

**Dimanche**  
**11 Septembre**

Le jour le plus actif

**Dimanche**  
**10 Juillet**

## **Moyennes des cyclistes français en 2016**

LES CYCLISTES FRANÇAIS  
MOYENNES PAR SORTIE  
PAR CYCLISTE EN 2016



**Distance**

Homme

**53** km

Femme

**43** km



**Vitesse**

Homme

**24,4** km/h

Femme

**20,7** km/h



**Dénivelé positif**

Homme

**580** km

Femme

**495** km



**Temps passé à rouler**

Homme

**02h 14m**

Femme

**02h 05m**



### Distance

Homme

**880** km

Femme

**360** km



### Dénivelé positif

Homme

**9 665** km

Femme

**4 150** km



### Temps de déplacement

Homme

**37h 27m**

Femme

**17h 31m**



### Jour le plus populaire

Homme

**Dimanche  
10 Juillet**

Femme

**Dimanche  
24 Juillet**

# France 2016

## Tops région

## Vitesse moyenne la plus rapide

1er

**Pays de la Loire**  
**24,9** km/h

2ème

**Centre**  
**24,8** km/h

3ème

**Bretagne**  
**24,7** km/h

## Régions les plus actives

1er

**Rhône-Alpes**  
**1 024 094** activités

2ème

**Provence-Alpes-  
Côte d'Azur**  
**883 288** activités

3ème

**Île-de-France**  
**828 842** activités

Dénivelé positif  
moyen le plus élevé

1er

**Corse**  
**962<sub>m</sub>**

2ème

**Provence-Alpes-  
Côte d'Azur**  
**832<sub>m</sub>**

3ème

**Rhône-Alpes**  
**825<sub>m</sub>**

Dénivelé positif  
moyen le moins élevé

1er

**Île-de-France**  
**252<sub>m</sub>**

2ème

**Centre**  
**278<sub>m</sub>**

3ème

**Nord-Pas-de-Calais**  
**304<sub>m</sub>**

Distance moyenne  
la plus longue

1er

**Corse**

**54**km

2ème

**Nord-Pas-de-Calais**

**53**km

3ème

**Picardie**

**52**km

Distance moyenne  
la plus courte

1er

**Île-de-France**

**36**km

2ème

**Alsace**

**45**km

3ème

**Lorraine**

**48**km

SEGMENTS\* 2016  
TOP 10 DES SEGMENTS CYCLISTES

**1. Mont Ventoux  
(départ Chalet  
Reynard)**  
Tentatives: 78 637  
Segment ID: 614113

**2. Mont Ventoux  
(départ Bédoin)**  
Tentatives: 53 942  
ID: 4635133

**3. Alpe d'Huez 13 Km**  
Tentatives: 32 936  
ID: 10434909

**4. Col de La Croix de  
Fer (dernière partie)**  
Tentatives: 27 939  
ID: 8288174

**5. Col du Télégraphe**  
Tentatives: 26 508  
ID: 616079

**6. Col du Galibier**  
Tentatives: 24 587  
ID: 5211636

**7. Mont Ventoux  
(depuis Sault)**  
Tentatives: 19 535  
ID: 726124

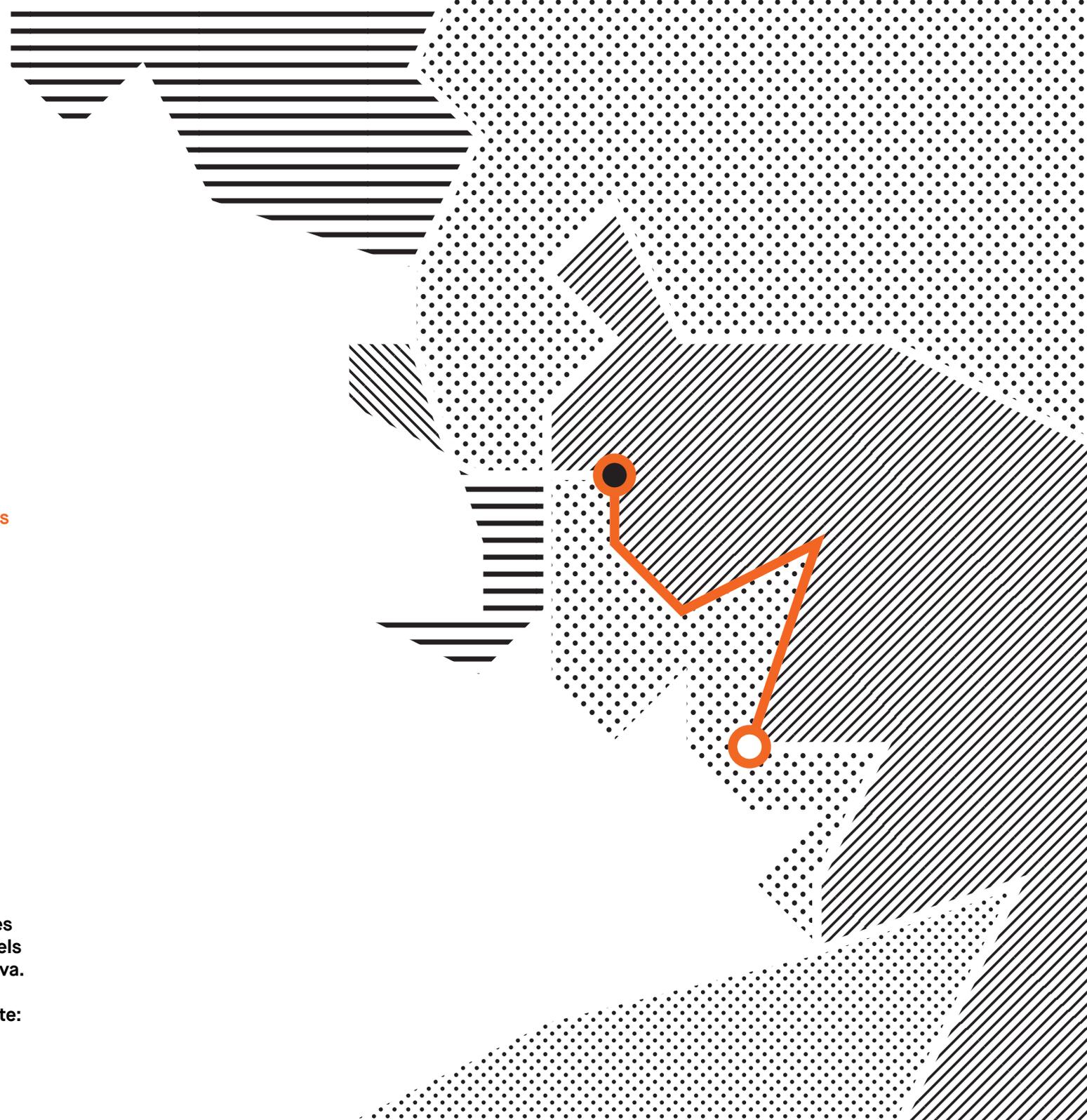
**8. La Giettaz-Les Aravis**  
Tentatives: 14 414  
ID: 4612328

**9. Joux-Plane**  
Tentatives: 11 374  
ID: 647664

**10. Col de la  
Colombière  
(départ Gd Bornand)**  
Tentatives: 9 998  
ID: 12402103

\*Les segments Strava sont des portions de routes ou chemins créés par la communauté sur lesquels peuvent venir se comparer tous les athlètes Strava.

Pour visualiser les segments entrez l'URL suivante:  
[strava.com/segments/\[ID segment\]](https://strava.com/segments/[ID segment])



**France, trajet domicile-travail  
Moyennes 2016**

Vitesse

**22,3** km/h

Distance

**12,9** km

Temps

**00h 33m**

Chargements par semaine

**21 295**

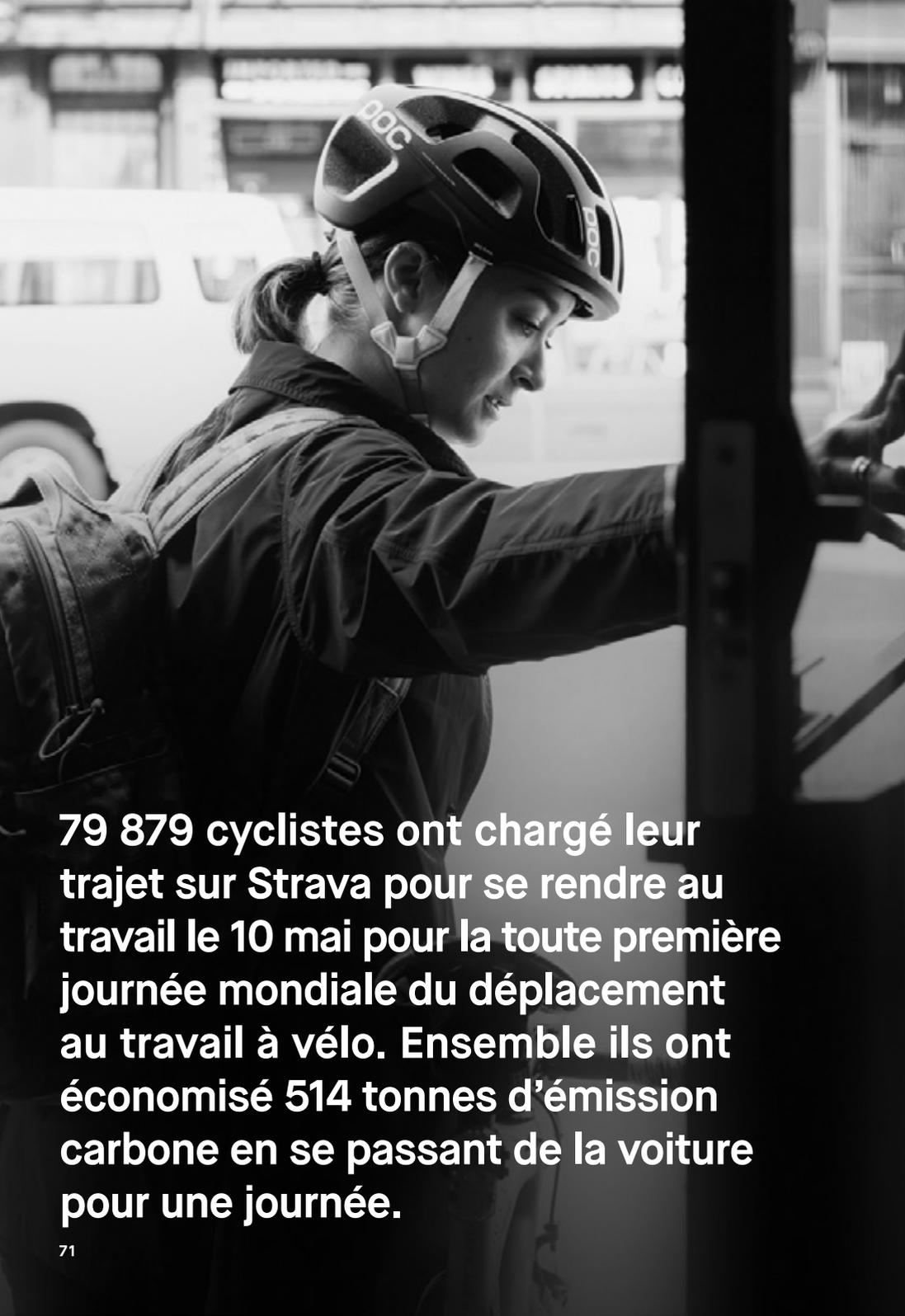
Augmentation des trajets en période estivale

**+177%**

Jour le plus populaire pour les trajets domicile-travail

**Jeudi**  
**21 Juillet**

**10 156** trajets  
domicile-travail  
**391 893** km



**79 879 cyclistes ont chargé leur trajet sur Strava pour se rendre au travail le 10 mai pour la toute première journée mondiale du déplacement au travail à vélo. Ensemble ils ont économisé 514 tonnes d'émission carbone en se passant de la voiture pour une journée.**

