

Série
SPORTS,
CULTURES,
SOCIÉTÉS



LIBRES
COURS



Sous la direction
de Matthieu Quidu,
Brice Favier-Ambrosini,
Matthieu Delalandre



À LA CONQUÊTE DE LA FORME

Regards sociologiques
sur le marché du fitness

Préface de Yves Travaillot
Postface d'Olivier Bessy



PUG

Table des matières

Liste des contributeurs	5
-------------------------------	---

Préface	11
---------------	----

YVES TRAVAILLOT

Introduction

Fitness ou cultures physiques ?	17
--	----

MATTHIEU QUIDU, MATTHIEU DELALANDRE & BRICE FAVIER-AMBROSINI

299

PARTIE 1

Diversification et transformation des méthodes de culture physique

Introduction de la partie	36
--	----

Chapitre 1

L'aventure sociohistorique de la « culture physique »	39
--	----

PHILIPPE CAMPILLO & ALESSANDRO PORROVECCHIO

L'évolution de la corporéité depuis un imaginaire mimétique besoin-désir-plaisir	42
--	----

Vers une diversification de la pratique de la culture physique aujourd'hui	46
--	----

Conclusion	51
------------------	----

Chapitre 2

Devenir mouvement 53

ALAIN MÜLLER

Introduction 53

Tracking the bar, construire un terrain : matériaux et méthodes 57

Devenir mouvement. À propos d'un concept « échafaudage » 62

Chapitre 3

Le *Movnat*[®] : retour aux sources ou méthode moderne de fitness ? 67

YOHANN FORTUNE, FRÉDÉRIC DUTHEIL & JEAN-MARC LEMONNIER

Le *Movnat*[®] : entre résurrection et transformation de la méthode naturelle 69

Publics et cadres du *Movnat*[®] ou comment l'entreprise prospère sur le terrain 73

Le *Movnat*[®], illustration d'un « passé vivant » 77

Conclusion 82

300

Chapitre 4

Panic, Loss, Gratitude, and Sanity 83

ALEXANDER D. ORNELLA

Methodology 84

The CrossFit Community 86

Community Attracts or Surveillance? 87

CrossFit and/or/versus Traditional Gyms 88

Covid-19 Lockdown: "But yeah, just a big panic" 91

Mental Health 93

"It's going to be ok" 94

"That Little Green Dot": Surveillance or Encouragement and Community? 96

Vulnerable Populations: Loss and Opportunities, and Lost Opportunities 100

Supporting People in Recovery 101

Obesity 103

Concluding Thoughts 104

PARTIE 2

Façonner (et exposer) son corps par la culture physique

Introduction de la partie	108
--	-----

Chapitre 5

L'engagement des femmes dans la pratique du fitness	109
--	-----

JEANNE-MAUD JARTHON

Le fitness comme objet d'étude	109
--------------------------------------	-----

Méthodologie	112
--------------------	-----

Agir pour soi (privilégier la santé, pratiquer par et pour le plaisir)	113
--	-----

Agir avec les autres : nouer des relations, (re) construire du lien social, éprouver ensemble	118
---	-----

Agir pour échanger (dire son engagement, en faire le récit)	121
---	-----

Conclusion	123
------------------	-----

Chapitre 6

De la mise en scène du corps idéal au travail d'embellissement de soi	125
--	-----

CINDY LOUCHET

Introduction	125
--------------------	-----

De la valorisation du corps idéal au sein des salles mixtes. . .	129
--	-----

. . . à la promotion du corps réel au sein des salles unisexes	133
--	-----

Une forme de résistance qui porte ses fruits ?	136
--	-----

Conclusion	139
------------------	-----

Chapitre 7

Fitness et hypermodernité : la forme pour se réaliser et échapper à la dépression	141
--	-----

QUENTIN FROMENT

Introduction	141
--------------------	-----

Méthode, terrain et cadre théorique de la recherche	142
---	-----

Le récit des gymners hypermodernes au prisme de la sociologie clinique	142
Les salles de sport comme terrain de recherche	144
Le cadre théorique de l'hypermodernité	145
Les résultats de la recherche	147
Le Gymer prisonnier d'un paradoxe : devenir libre par la performance	147
La performance cache la vulnérabilité	150
Conclusion	154

PARTIE 3

Le marché de la culture physique

Introduction de la partie	158
--	-----

Chapitre 8

Structuration et dynamique de l'offre marchande sur le marché des salles de fitness en France	161
--	-----

GUILLAUME ROUTIER, GUILLAUME BODET & BÉNÉDICTE VIGNAL

Méthode	162
Caractéristiques et ampleur du marché du fitness en France	165
Tendances et dynamiques stratégiques du marché	168
Du <i>low-cost</i> au premium, un semblant de bipolarisation	168
Le <i>cross-training</i> et le <i>CrossFit</i> ®	171
L'émergence du sport-santé	173
La digitalisation et la virtualisation du secteur	175
Une relocalisation à domicile	177
De quelques enjeux structurels et conjoncturels	178
Recruter et fidéliser	178
Éléments de conjoncture liés à la crise sanitaire de la Covid-19	179
Conclusion	180

Chapitre 9

Diversification des pratiques d'entretien : entre un impératif socioculturel et une exigence d'utilité sociale	183
---	-----

YVES MORALES, JEAN SAINT-MARTIN, YVES TRAVAILLOT,
NATALIA BAZOGE & PIERRE-ALBAN LEBECQ

Introduction	183
Des pratiques d'entretien situées entre tradition gymnique et libération du corps durant les années soixante-dix	186
La FFEPGV face au succès de l'aérobic dans les années quatre-vingts	190
La contribution de la FFEPGV à l'émergence d'une politique « sport-santé » dans les années quatre-vingt-dix	193
Années 2000-2021 : du « sport-santé » à « l'activité physique favorable à la prévention santé »	196
Conclusion	199

Chapitre 10

La standardisation des cours collectifs de fitness *Les Mills*

LISE CHARISSOU-PUJOL

Introduction	201
Méthodologie	204
Résultats	204
Un fonctionnement normalisé dans un système organisationnel hiérarchique et culturellement situé	204
L'apprentissage corporel dans une activité physique standardisée	207
Discussion	209
Le fonctionnement organisationnel et l'environnement social LM propices à la constitution d'un capital corporel	209
Le processus d'apprentissage de la technique corporelle LM standardisée comme outil de gestion des ressources humaines	211
La socialisation « par corps » comme outil de gestion des ressources humaines	213
Conclusion	216

Chapitre 11

Masculinités et féminités multiples

MARIE-FRANÇOISE GALY

Introduction	219
Des masculinités plurielles	223
Modèles de genre masculin hybrides	225
Les « artisans du corps » ou le masculin viril	226
Les « professionnels du sport » ou le masculin sportif ou professionnel	227

Les « séducteurs » ou le masculin érotisé	228
Des féminités multiples	230
« Miss bikini » ou le féminin érotisé	232
« <i>Fit-mum</i> » ou le féminin professionnel	233
« <i>Mothering femininity</i> » ou le féminin neutralisé	234
Conclusion	236

Chapitre 12

L'évolution de l'offre de services des salles de remise en forme commerciales indépendantes (2000-2020)

237

LILIAN PICHOT & MOURAD BOUKHARI

Les dynamiques d'homogénéisation dans la structuration professionnelle du secteur du fitness	241
L'écosystème de la remise en forme : professionnalisation problématique et problématique de la professionnalisation	241
La normativité indigène du secteur de la remise en forme	244
« Le plan » comme régime d'action	246
Le régime de familiarité ou les convenances personnelles pour préserver le bien familial	248

304

Chapitre 13

Coacher et se démarquer sur les réseaux sociaux en incarnant une préparation physique raisonnée

255

ÉRIC PERERA & GUILLAUME VALLET

Méthodologie	258
De nouvelles manières de se muscler en salles de musculation « <i>low-cost</i> »	260
L'omniprésence des réseaux sociaux pour pratiquer la musculation : des modèles de corps musclés et des conseils	264
Se démarquer en incarnant une préparation physique raisonnée	265
Incarnar la connaissance acquise et la tester sur les autres	266
Conclusion	269

PARTIE 4
Acteurs et pratiques de la culture physique

**Trois acteurs, trois parcours, trois points de vue
sur les pratiques de culture physique et leurs évolutions** 273
MATTHIEU DELALANDRE, MATTHIEU QUIDU & BRICE FAVIER-AMBROSINI

Des parcours différenciés 273
Des lignes de convergence... 274
... et des préoccupations singulières 276
Donner accès à des données de première main 277
Entretiens 278

**Sociologie de la culture physique et du fitness :
perspectives de recherche** 279
BRICE FAVIER-AMBROSINI, MATTHIEU QUIDU & MATTHIEU DELALANDRE

Postface

Entretien avec Olivier Bessy 289

Glossaire des sigles 297

Introduction

Fitness ou cultures physiques ?

Approches sociologiques plurielles d'un territoire mouvant

MATTHIEU QUIDU, MATTHIEU DELALANDRE & BRICE FAVIER-AMBROSINI

Le présent projet collectif a pour ambition de contribuer à dresser un panorama du champ contemporain de la culture physique et du fitness afin d'en souligner la diversité, la complexité ainsi que l'âpreté des controverses qui y ont cours, notamment en lien avec l'immensité des enjeux financiers associés. L'entrée retenue est principalement sociologique tout en demeurant ouverte à la diversité des sciences sociales; seront ainsi mobilisés des éclairages complémentaires en sociohistoire, économie ou ethnologie. Il s'agit essentiellement de documenter l'espace francophone, même si les mises en perspectives internationales seront incontournables à l'heure de l'internationalisation voire de la globalisation du marché du fitness¹. S'engager dans un tel défi analytique nous semble relever d'une gageure et ce pour plusieurs raisons.

Tout d'abord, la délimitation même du territoire du fitness ou de la culture physique s'avère éminemment complexe. Il s'agira tantôt d'un « marché » au sens économique, tantôt d'un « champ » au sens bourdieusien. Le périmètre exact ainsi que l'appellation précise de ce domaine font également débat. Les termes pullulent lorsqu'il s'agit de tenter de qualifier les pratiques de « forme », de « remise en forme », de « musculation », de « fitness », de « conditionnement

1. Jesper Andreasson, Thomas Johansson, "The Fitness Revolution: Historical Transformations in the Global Gym and Fitness Culture", *Sport Science Review*, 23(3-4), 2014, p. 91-112.

physique», de «renforcement musculaire», d'«entretien de soi» ou encore de «préparation physique». Bien qu'elle ne soit pas aujourd'hui la plus utilisée parmi le grand public ni les médias, la dénomination «culture physique» nous semble comporter plusieurs avantages. Cette catégorie pourrait à première vue être considérée comme historiquement datée, puisant par exemple une origine dans les propositions d'Edmond Desbonnet à la fin du XIX^e siècle, voire obsolète et «molle». Pour notre part, nous la considérons comme «utile» en raison de son caractère à la fois neutre, ouvert et précis. De façon générale, nous considérerons qu'une démarche relève du champ de la culture physique lorsqu'elle vise prioritairement le développement maximal, ou tout du moins optimal, des qualités physiques de ses adeptes. Suivant les programmes considérés, les aptitudes visées pourront différer (force maximale, volume musculaire, souplesse ou mobilité, explosivité, capacité cardiovasculaire...) mais leur amélioration objectivable, leur optimisation devra constituer l'objectif premier²: à titre illustratif, le *bodybuilding* insiste en priorité sur une hypertrophie anatomique à visée esthétique quand le *CrossFit* recherche l'amélioration concomitante de dix qualités physiques³. Dans le cadre de la culture physique, le développement des qualités athlétiques constitue une finalité en soi, qui pourrait se suffire à elle-même, même si certains pratiquants l'utilisent comme un moyen au service de l'amélioration de leurs performances dans d'autres disciplines sportives; mais cette fonction de «préparation physique» n'est pas sa raison d'être première. Le critère autotélique (la culture physique pour la culture physique) nous semble essentiel. Par ailleurs, l'haltérophilie compétitive, en tant que discipline sportive *sui generis*, sera exclue de notre acception du champ de la culture physique. Il en ira de même d'autres pratiques corporelles telles que le yoga, la méditation, la sophrologie, la cohérence cardiaque qui visent de façon moins centrale le développement des qualités athlétiques au profit d'une focalisation précellente sur la santé ou le bien-être et, plus généralement, sur l'épanouissement de la personne prise dans sa globalité, en un mot sur l'enrichissement de sa qualité de vie.

2. Rémy Viallon, *Analyse comparée de la dynamique de construction des identités professionnelles dans le secteur du fitness en France et au Royaume-Uni*, thèse de doctorat, université Lyon 1, 2003.

3. Matthieu Quidu, «Les activités sportives "hybrides" comme réponse à l'accélération des rythmes de vie», *Temporalités*, 25, 2017. Matthieu Quidu, «Le *CrossFit*, le *Mixed Martial Arts* et le néolibéralisme», *Esprit*, Avril (4), 2018, p. 131-139.

L'écosystème français contemporain de la culture physique apparaît comme particulièrement diversifié, prolifique, versatile et concurrentiel. L'analyse de ces différentes propriétés sera au cœur des contributions ici rassemblées. L'espace est tout d'abord diversifié dans la mesure où une multiplicité d'acteurs de statuts divers y prend part et ce, dans une variété de contextes : pratique autonome et solitaire réalisée au domicile éventuellement médiée par un dispositif numérique et la participation à une communauté digitale de pratiquants⁴, inscription dans une salle privée⁵ éventuellement franchisée au niveau national ou international⁶, recours à un coach privé, adhésion à une structure associative affiliée à une fédération agréée... De surcroît, le secteur est extrêmement prolifique, un nombre élevé de programmes, de méthodes, de démarches, de systèmes ou encore d'écoles étant mis sur le marché. Ceux-ci se distinguent aussi bien du point de vue de leurs valeurs sous-jacentes, de leurs conceptions respectives de l'entraînement et du fonctionnement corporel que de leurs objectifs spécifiquement visés⁷. Ce foisonnement se double d'une grande versatilité voire d'une instabilité : en effet, la vitesse de renouvellement de l'offre proposée (notamment commerciale) – ainsi que

4. Matthieu Delalandre, « Le forum internet comme lieu de mise à l'épreuve des connaissances scientifiques par les sportifs. Un exemple dans le domaine de la musculation », *Revue d'anthropologie des connaissances*, 8(1), 2014, p. 123-142.

5. Olivier Bessy, « Les salles de gymnastique : un marché du corps et de la forme », *Esprit*, 125(4), 1987, p. 79-94. Olivier Bessy, *De nouveaux espaces pour le corps : approche sociologique des salles de « mise en forme » et de leur public : le marché parisien*, thèse de doctorat, université Paris 5, 1990. Audrey Ernst, Charles Pigéassou, « “Être seuls ensemble” : une figure moderne du lien social dans les centres de remise en forme », *Movement & Sport Sciences*, 56(3), 2005, p. 65-74. Sébastien Haissat, Yves Travaillot, « La pratique dans les centres de remise en forme : des interactions normalisatrices entre les pratiquantes », *Movement & Sport Sciences*, 76(2), 2012, p. 33-37.

6. Jaana Parviainen, “The standardization process of movement in the fitness industry: the experience design of Les Mills choreographies”, *European Journal of Cultural Studies*, 14(5), 2011, p. 526-541. Jesper Andreasson, Thomas Johansson, “Glocalised fitness: the franchising of a physical movement, fitness professionalism and gender”, *Leisure/Loisir*, 42(3), 2018, p. 1-21. Lise Charissou, *Management « par corps » : rencontre entre dispositions individuelles et logiques managériales dans la socialisation professionnelle des « instructeurs » Les Mills®*, thèse de doctorat, université Toulouse 3, 2019.

7. Yves Travaillot, « Le monde culturiste face aux gymnastiques aérobiques dans la première moitié des années 1980 : les conceptions divergentes des acteurs du système d'offre », *STAPS*, 57, 2002, p. 39-52. Brice Favier-Ambrosini, Matthieu Delalandre, Matthieu Quidu, « Revendiquer l'innovation dans le champ de la culture physique : étude de trois méthodes contemporaines », *Loisir et société*, 46(1), 2023, p. 109-135.

des tendances⁸ – est très marquée. Des produits (termes qu’il faut entendre au sens large incluant des méthodes, des programmes ou des équipements) disparaissent parfois aussi vite qu’ils ont émergé et rares sont finalement les écoles qui résistent à ce *turn-over* incessant. Le domaine apparaît enfin particulièrement concurrentiel, la lutte pour attirer de nouveaux clients-pratiquants et conquérir de nouvelles parts de marché (via des adhésions, des ventes d’ouvrages, d’équipements et de formations, des certifications ou encore la croissance de sa visibilité numérique) se trouvant ponctuée par de multiples controverses et polémiques. Celles-ci sont parfois virulentes⁹, notamment sur la scène des réseaux sociaux, au point que le terme de *Fitgame* soit fréquemment utilisé pour décrire le champ, en référence à l’expression *Rap Game*, qui désigne la violence de la concurrence sur la scène des musiques urbaines. La rudesse des dissensions résulte simultanément de l’importance des enjeux économiques impliqués et de la divergence – parfois fondamentale et antagoniste – des valeurs qu’engagent les acteurs dans leurs programmes respectifs de culture physique. Dans ce contexte tensionnel, les promoteurs d’une « nouvelle » démarche sont contraints d’argumenter afin de convaincre, non pas seulement du bien-fondé de leur programme, de son efficacité ou de sa cohérence, mais davantage de son originalité, de sa supériorité, si ce n’est de sa radicalité innovante voire révolutionnaire, comparativement aux propositions alternatives et concurrentes¹⁰. Il faut ici reconnaître la dimension colossale des enjeux économiques d’un secteur, devenu « mature »¹¹ et dont la vitalité ne se dément pas. À titre illustratif, le

8. Au moment où nous achevons d’écrire cet ouvrage, une nouvelle tendance lourde se profile ; elle concerne l’inscription massive d’adolescent·es de plus en plus jeunes dans des salles privées franchisées (souvent *low-cost*) qui les ciblent spécifiquement.

9. Yves Travaillot, *Sociologie des pratiques d’entretien du corps : l’évolution de l’attention au corps depuis 1960*, Paris : PUF, 1998. Matthieu Delalandre, « La musculation en question : série unique ou séries multiples pour l’augmentation de la force des sportifs ? », in Cécile Collinet, Philippe Terral (Eds), *Sport et controverses*, Paris : Éditions des archives contemporaines, p. 269-283, 2013. Cécile Collinet, Philippe Terral, « Une controverse scientifico-technique dans le monde du sport : le cas de l’électrostimulation », *Sociétés contemporaines*, 64, 2006, p. 67-93.

10. Matthieu Quidu, Matthieu Delalandre, Brice Favier-Ambrosini, « Convaincre le lecteur de s’engager dans un projet de transformation corporelle : analyses croisées des techniques argumentaires mobilisées par les concepteurs de trois méthodes de culture physique », *Sciences sociales et sport*, 23, 2024, p. 63-100.

11. Guillaume Routier, Bénédicte Vignal, Guillaume Bodet, “Fitness in France: A Mature Sector Looking for Growing Markets and Segments”, in Jeroen Scheerder, Hanna Vehmas, Kobe Helsen, *The Rise and Size of the Fitness Industry in Europe*, Springer Nature, p. 199-219, 2020.

marché du fitness aurait généré, en 2012, 75,7 milliards de dollars de revenus issus de 153 000 clubs regroupant 131 millions de membres¹². En 2017, le chiffre d'affaires des salles de sport en Europe avoisinait les 26,6 milliards d'euros (rapport Deloitte, 2019), les pays générant les chiffres d'affaires les plus élevés étant l'Allemagne (5,2 milliards d'euros), le Royaume-Uni (5,1 milliards) et la France (2,5 milliards). En 2022, Vallet¹³ estime pour sa part à 4 700 le nombre de salles privées en France. Celles-ci regrouperaient 7 millions d'adhérents, soit 60 % des individus déclarant effectuer du sport régulièrement. La progression de l'adhésion à ce type de salles serait d'environ 4 à 5 % par an.

Le projet d'analyse panoramique s'avère également redoutable au vu de la littérature abondante traitant des différents contextes, acteurs ou méthodes relevant du champ de la culture physique. Au niveau hexagonal, deux auteurs nous semblent pionniers dans son analyse sociologique ; ils nous ont d'ailleurs fait l'honneur de rédiger respectivement la préface et la postface de cet ouvrage. Tout d'abord, Yves Travaillet a consacré sa thèse, soutenue en 1995 et donnant lieu à la publication en 1998 de *Sociologie des pratiques d'entretien du corps*, à la genèse sociohistorique de « l'espace des gymnastiques et des cultures physiques » entre 1960 et 1995. Ce domaine est apparu comme pluriel et générateur de tensions à de multiples niveaux. S'y confrontent, d'une part, des structures associatives et fédérales revendiquant une approche globale et éducative au service de l'épanouissement et de l'émancipation de la personne et, d'autre part, des acteurs privés normés sur la logique du marché et du divertissement. Les différents programmes étudiés véhiculent des conceptions contrastées du corps (et de la manière de l'afficher), de la beauté (avec une variation des normes esthétiques), de la santé et de la « forme ». Les propositions se différencient par exemple en ce qu'elles préconisent respectivement le plaisir, la douceur, l'écoute, la modération et la progressivité *versus* le dépassement systématique de ses limites dans la douleur, alimentant un idéal de perfectibilité infinie et de façonnage volontariste du soi. Les différentes formes de pratique se distinguent donc par des valeurs sous-jacentes parfois antagonistes, génératrices de tensions, à l'image de la « vague aérobic », au début des années quatre-vingts¹⁴. Popularisée par Jane

12. J. Andreasson, T. Johansson, "The Fitness Revolution...", *art. cit.*

13. Guillaume Vallet, *La fabrique du muscle*, Paris : L'échappée, 2022.

14. Pirkko Markula, "Firm but Shapely, Fit but Sexy, Strong but Thin: The Postmodern Aerobicizing Female Bodies", *Sociology of Sport Journal*, 12(4), 1995, p. 424-453.

Fonda, elle débouchera en France sur l'émission « Gym-Tonic » présentée par Véronique et Davina de 1982 à 1986. Cette poussée s'est avérée particulièrement clivante entre des nouveaux acteurs rompus à l'économie libérale et des anciens protagonistes (dont les promoteurs de « culture physique » et de « gymnastique volontaire »), le plus souvent organisés en fédération, qui vont jusqu'à dénoncer une « escroquerie » et à remettre en cause sa valeur novatrice. La reconnaissance institutionnelle par l'État de ces nouvelles pratiques, notamment via l'habilitation de diplômes, a cristallisé de nombreux débats, supposant de déployer des stratégies argumentatives. Yves Travaillot repère alors le recours récurrent à la « Science » ou au pouvoir médical afin de l'emporter dans ces controverses. L'auteur formalise enfin une diversité de stratégies face à l'émergence de contenus « nouveaux » dont l'adaptation de l'offre et la réaffirmation de son identité et de sa logique propres.

De son côté, Olivier Bessy a soutenu en 1990 sa thèse qui propose une approche sociologique des salles de « mise en forme » (en lieu et place des anciennes « salles de culture physique ») et des transformations de leur public sur le marché parisien. Ce doctorat prolonge l'article qu'il a publié en 1987 dans la revue *Esprit*, dans lequel il partait de l'idée d'un renouvellement de l'attention portée à soi via l'émergence d'un véritable « marché du corps et de la forme ». Ces contributions *princeps* n'ont pas manqué d'inspirer un nombre conséquent de travaux en sciences sociales portant sur une diversité de types de salles privées de culture physique : salles non mixtes exclusivement réservées aux femmes¹⁵, salles dans des milieux ruraux¹⁶, salles où prévalent des logiques impersonnelles incitant à « être seuls ensemble »¹⁷. Les approches sociologiques elles-mêmes ont été particulièrement diversifiées, allant de la sociologie clinique¹⁸ à l'analyse des interactions normalisatrices implicites¹⁹ en passant par l'étude dispositionnaliste des modes de socialisation professionnelle des instructeurs évoluant dans des programmes franchisés²⁰

15. Cindy Louchet, *Défense d'entrer, accès réservé aux femmes : Sociologie des salles de remise en forme « non mixtes »*, thèse de doctorat, université Lyon 2, 2020.

16. Marie-Françoise Galy, *La fabrique du genre chez les professionnel-le-s du fitness en milieu rural*, thèse de doctorat, université Toulouse 3, 2021.

17. A. Ernst, C. Pigeassou, « Être seuls ensemble », *art. cit.*

18. Quentin Froment, *La figure hypermoderne du gymner*, thèse de doctorat, université Paris-Cité, 2021.

19. S. Haissat, Y. Travaillot, « La pratique dans les centres de remise en forme », *art. cit.*

20. Lise Charissou, Marie-Carmen Garcia, « Management “par corps” : logiques de mise en place d'un apprentissage corporel chez les professionnels du fitness », *Sciences sociales et sport*, 15, 2020, p. 167-194.

ou encore par la construction de la féminité en lien avec le vieillissement²¹. Plus généralement, au prisme du genre, plusieurs travaux ont souligné comment une majorité de programmes de culture physique concourrait à renforcer la bicatégorisation sexuée (témoignant d'une difficulté à s'émanciper d'une conception « gynécologique » de la culture physique des femmes et de l'emprise justificatrice du discours médical), que cela soit dans une optique sociohistorique²² ou sociologique²³.

Une forme de culture physique a particulièrement été étudiée dans l'espace francophone de la sociologie du sport, le *bodybuilding*. Celui-ci a notamment été approché au moyen d'observations participantes au long cours²⁴, ce qui a permis de révéler son lien avec des pratiques de dopage, d'emprise voire des dérives sectaires²⁵, supposant des rites de conversion²⁶. Ont également été mis en lumière des processus de sacralisation de l'identité sur la base d'un idéal de pureté²⁷, des connexions avec le puritanisme²⁸, l'ascétisme

21. Jeanne-Maud Jarthon, Christophe Durand, « Faire du fitness pour ne pas vieillir ou pour bien vieillir et rester femme », *STAPS*, 107, 2015, p. 45-61. Jeanne-Maud Jarthon, Christophe Durand, « Identités féminines et vieillissement : le fitness entre revendication d'une volonté personnelle et soumission à des normes sociales ? », *Movement & Sport Sciences*, 96, 2017, p. 85-96.

22. Natalia Bazoge, « La gymnastique d'entretien au xx^e siècle : d'une valorisation de la masculinité hégémonique à l'expression d'un féminisme en action », *Clio. Histoire, femmes et sociétés*, 23, 2006, p. 1-9. Anaïs Bohuon, Antoine Luciani, « Biomedical Discourse on Women's Physical Education and Sport in France (1880-1922) », *The International Journal of the History of Sport*, 26(5), 2009, p. 573-593.

23. Matthieu Quidu, Anaïs Bohuon, « La *Méthode Lafay* de musculation : une instance de façonnage anatomiquement différencié des corps des femmes et des hommes », *SociologieS*, 2022. P. Markula, « Firm but Shapely, Fit but Sexy, Strong but Thin », *art. cit.* Vikki Krane *et al.*, « Living the Paradox: Female Athletes Negotiate Femininity and Muscularity », *Sex Roles*, 50, 2004, p. 315-329.

24. Éric Perera, *La production du bodybuilder : ascèse, emprise et lien sectaire*, thèse de doctorat, université Montpellier 3, 2010. Guillaume Vallet, *La fabrique du muscle*, *op. cit.*

25. Éric Perera, *Emprise de poids : initiation au bodybuilding*, Paris : L'Harmattan, 2017.

26. Ronan Coquet, Fabien Ohl, Peggy Roussel, « Conversion to bodybuilding », *international Review for the Sociology of Sport*, 51(7), 2016, p. 1-16.

27. Taina Kinnunen, « Bodybuilding et sacralisation de l'identité », *Ethnologie française*, 34(2), 2004, p. 319-326.

28. Jean-Jacques Courtine, « Les stakhanovistes du narcissisme : *bodybuilding* et puritanisme ostentatoire dans la culture américaine du corps », *Communications*, 56, 1993, p. 225-251.

et plus généralement avec les idéaux néolibéraux²⁹. Parmi ceux-ci, mentionnons la croyance en la transformabilité et la malléabilité corporelles infinies, notamment par la douleur dans une conception hypostasiée du *No pain, no gain*³⁰. Ont également été documentées la délicate compatibilité avec la vie de famille³¹ ainsi que la sacralisation de l'identité masculine³². Les bodybildeuses ont de plus été étudiées de façon spécifique³³; le tout complété par des mises en perspectives historiques³⁴ permettant de relier la genèse européenne du culturisme aux « pères fondateurs » de la gymnastique. Il convient enfin de noter la parution récente, en 2022, de *La fabrique du muscle*, ouvrage écrit par Guillaume Vallet, lequel contribue d'ailleurs à cet opus collectif. L'auteur relie l'obsession contemporaine pour le muscle, qui correspond à une forme de massification de l'imaginaire et des pratiques du *bodybuilding*, à l'ampleur des fragilités et des incertitudes (professionnelles, sanitaires, conjugales...) qui caractérisent nos sociétés devenues instables voire incontrôlables. L'engagement individuel dans un « projet » de transformation corporelle de soi permettrait ainsi de reconquérir une prise, si ce n'est une souveraineté, sur son existence, de « résister face aux imprévus ». Le corps qu'il s'agit de *se* façonner devient finalement une ressource, voire un capital, à faire fructifier (aussi bien socialement qu'économiquement), une sorte de « valeur-refuge », au sein d'un capitalisme dit « des vulnérabilités ».

29. Taina Kinnunen, Guillaume Vallet, « Vertu et vice de la combinaison du contrôle et du désir. Le *bodybuilding* et le capitalisme post-industriel », *STAPS*, 119, 2018, p. 81-94.

30. Éric Perera, Marie Cholley-Gomez, “No pain, no gain: The puritan ethic in bodybuilding”, in Bernard Andrieu *et al.* (Eds), *Body Ecology and Emersive Leisure*, London: Routledge, 2018.

31. Guillaume Vallet, « La famille mise à “mâle” ? Le cas des pratiquants de *bodybuilding* », *Enfances, Familles, Générations*, 26, 2017.

32. Guillaume Vallet, « L'imaginaire collectif du *bodybuilding*: un recours au passé ? », *STAPS*, 101(3), 2013, p. 47-67.

33. Peggy Roussel, Jean Griffet, “The path chosen by female bodybuilders: a tentative interpretation”, *Sociology of sport journal*, 17, 2000, p. 130-150. Peggy Roussel, Jean Griffet, « Le muscle au service de la “beauté” : la métamorphose des femmes culturistes », *Recherches féministes*, 17(1), 2004, p. 143-172. Marie Cholley-Gomez, Éric Perera, « Le muscle au féminin : définition et négociation de l'identité genrée des femmes culturistes », *Movement & Sport Sciences*, 96, 2017, p. 5-18.

34. Jacques Gleyse, « De l'art de la gymnastique (1569) au culturisme et aux premières compétitions organisées (1904) : l'émergence du *bodybuilding* ? », *STAPS*, 119, 2018, p. 27-45.

À l'inverse du *bodybuilding*, et toujours en nous situant dans le champ français des sciences sociales, d'autres programmes de culture physique ont fait l'objet d'attentions beaucoup plus rares et éparées, à l'instar du *Street workout* étudié à l'aune du genre³⁵ ou en tant qu'« art de la résistance » et « quête de la dignité »³⁶ par des populations multiples dominées. Il en va de même du *CrossFit*, qui a été très peu documenté comparativement à l'ampleur de son expansion ; *The sport of fitness* a notamment été discuté en lien avec ses connexions au néolibéralisme (via sa valorisation de la flexibilité, de l'agilité et de la polyvalence)³⁷ ou ses stratégies rhétoriques de revendication de l'innovation³⁸. Plus récemment, d'autres programmes tendent à être inclus dans les analyses sociologiques comme la *Méthode Lafay* de musculation³⁹ ou l'école de force *StrongFirst*⁴⁰ qui revendique une approche « minimaliste » de la culture physique. Mentionnons enfin que quelques travaux sociologiques se sont intéressés aux controverses caractéristiques de cet écosystème tensionnel qu'est la culture physique, par exemple autour de l'efficacité de la méthode de musculation dite de « la série unique »⁴¹. A également été investigué le déplacement des débats sur des scènes « numériques », la prolifération de celles-ci constituant une tendance lourde de renouvellement du champ, à l'image des forums internet considérés comme des « lieux de mise en débat des connaissances scientifiques sur l'entraînement » et de « partage des expériences vécues par les pratiquants »⁴².

35. Alain Müller, « Construire le *Street workout*, faire le genre : *snapshots* ethnographiques sur le bricolage identitaire engagé par les pratiquant-e-s de “fitness des rues” », *Sciences sociales et sport*, 9, 2016, p. 47-82.

36. Aymane Dahane, « En quête de *Street workout* : ethnographie d'un spot de référence forgé dans un quartier populaire strasbourgeois », *Sciences sociales et sport*, 20, 2022, p. 111-138.

37. M. Quidu, « Les activités sportives “hybrides”... », *art. cit.* M. Quidu, « Le *CrossFit*, le *Mixed Martial Arts* et le néolibéralisme », *art. cit.*

38. M. Quidu *et al.*, « Convaincre le lecteur de s'engager... », *art. cit.* B. Favier-Ambrosini *et al.*, « Revendiquer l'innovation dans le champ de la culture physique », *art. cit.*

39. M. Quidu, A. Bohuon, « La *Méthode Lafay* de musculation... », *art. cit.*

40. Matthieu Quidu, « “Vivre ses multiples micro-carrières sportives en accéléré” : réflexions sur la voracité, la versatilité et l'impatience sportives contemporaines », *Loisir et société*, 46(1), 2023, p. 136-154.

41. M. Delalandre, « La musculation en question : série unique ou séries multiples... », *art. cit.*

42. M. Delalandre, « Le forum internet comme lieu de mise à l'épreuve... », *art. cit.*

La littérature anglo-saxonne est également particulièrement abondante, à l'instar de la riche production du binôme suédois Jesper Andreasson-Thomas Johansson. Ces auteurs ont tout d'abord montré que l'autonomisation du marché globalisé du fitness s'est opérée au tournant des années quatre-vingts par l'effet conjugué d'une scission vis-à-vis de la sous-culture de plus en plus marginalisée que constituait alors le *bodybuilding*⁴³ et de l'éclosion de franchises mondialisées comme *Les Mills*⁴⁴. Celles-ci ont conduit à une standardisation⁴⁵ et à une rationalisation mondiale du contenu des pratiques de conditionnement physique ainsi que des valeurs et idéaux, notamment esthétiques, qui les sous-tendent. Les auteurs rapprochent ces tendances lourdes du concept de « *Mcdonaldization* » des pratiques culturelles⁴⁶. L'ampleur de ce processus d'uniformisation se trouve toutefois nuancée par l'identification de spécificités nationales en termes de culture physique, à l'instar de la réticence des Japonais(es) vis-à-vis d'une prise de masse musculaire qui serait jugée excessive⁴⁷. Le concept de « glocalisation » apparaît alors plus adéquat. Andreasson et Johansson⁴⁸ insistent enfin sur la nécessité d'inclure la « blogosphère » dans toute analyse contemporaine du marché du fitness.

Dans la littérature anglophone, deux types de pratiques relevant de la culture physique ont été particulièrement investiguées, le *bodybuilding* et le *CrossFit*. La première activité a été étudiée dans sa genèse sociohistorique américaine en lien avec ses racines européennes du XIX^e siècle et l'émergence des *muscle beaches* en Californie⁴⁹; est ainsi révélée une trajectoire non linéaire de légitimation d'une « musculature visible », impliquant notamment la distanciation

43. J. Andreasson, T. Johansson, "The Fitness Revolution...", *art. cit.*

44. J. Andreasson, T. Johansson, "Glocalised fitness...", *art. cit.*

45. J. Parviainen, "The standardization process of movement in the fitness industry...", *art. cit.*

46. Sur ce mouvement d'homogénéisation, voir aussi : Roberta Sassatelli, *Fitness culture: Gyms and the commercialisation of discipline and fun*, Springer, 2010. Brad Millington, "Fit for prosumption: Interactivity and the second fitness boom", *Media, Culture & Society*, 38(8), 2016, p. 1184-1200.

47. Jesper Andreasson, Thomas Johansson, "The new fitness geography: the globalisation of Japanese gym and fitness culture", *Leisure Studies*, 36(3), 2017, p. 383-394.

48. Jesper Andreasson, Thomas Johansson, "Female Fitness in the Blogosphere: Gender, Health, and the Body", *Sage open*, 2013.

49. Elsa Devienne, "Spectacular Bodies: Los Angeles Beach Cultures and the Making of the 'California Look' (1900s-1960s)", *European journal of American studies*, 14(4), 2019.

vis-à-vis d'une association avec l'homosexualité au profit de l'affirmation d'un glamour hétérosexuel. Le *bodybuilding* a également été interrogé au prisme du dopage⁵⁰ ainsi que du genre⁵¹. Dworkin⁵² montre à ce titre comment les femmes sont assignées spatialement au sein du *gym* à des lieux dédiés au travail cardiovasculaire plutôt qu'à la construction musculaire, ce qui fait écho au concept de *gendered spaces*⁵³.

Le *CrossFit* a également reçu, de la part des sociologues anglophones, une attention massive et proportionnelle à la fulgurance mondiale de son expansion. En effet, le premier numéro du *CrossFit Journal* a été diffusé en ligne, de manière très artisanale, en 2001. Quatre ans plus tard, en 2005, la marque ne comptait que treize salles dans le monde... contre plus de 15 000 *boxes* affiliées dans 120 pays aujourd'hui, dont près de 650 en France⁵⁴. Au sein du marché concurrentiel du fitness, sont recensés chaque année aux États-Unis plus de 50 % de nouveaux adeptes, pour un total de dix millions de pratiquants. Par ailleurs, les *CrossFit Games*, inaugurés dans l'indifférence générale en 2007, constituent aujourd'hui un méga-événement sportif annuel, diffusé en direct sur des chaînes nationales américaines, avec une dotation d'un million de dollars. 650 000 athlètes se sont par exemple inscrits à la compétition *Open* en 2018. Les équipementiers sportifs Reebok (depuis 2010) et Rogue sont successivement devenus des sponsors officiels et exclusifs de la marque. La valeur de la firme *CrossFit* a été estimée, en 2019, par Forbes, à quatre milliards de dollars⁵⁵. À l'échelle internationale, les travaux relatifs au *CrossFit* se sont développés dans des cadres disciplinaires diversifiés,

50. Lee Monaghan, *Bodybuilding, Drugs and Risk*, London: Routledge, 2000.

51. Leslie Heywood, *Bodymakers: a Cultural Anatomy of Women's Bodybuilding*, New Brunswick: Rutgers University Press, 1998. Alan Klein, *Little Big Men: Bodybuilding Subculture and Gender Construction*, Albany: State University of New York Press, 1993.

52. Shari Dworkin, "A woman's place is in the... cardiovascular room? Gender relations, the body, and the gym", in Anne Bolin, Jane Granskog (Eds), *Athletic Intruders: Ethnographic Research on Women, Culture and Exercise*, New York: State University of New York Press, 2006, p. 131-158.

53. Thomas Johansson, "Gendered spaces: The gym culture and the construction of gender", *Young*, 4(3), 1996, p. 32-47.

54. Source: <https://www.crossfit.com/map> [consulté le 22/11/24].

55. M. Quidu, « Le *CrossFit*, le *Mixed Martial Arts* et le néolibéralisme », *art. cit.*

depuis la physiologie⁵⁶ jusqu'aux sciences médicales⁵⁷ en passant par la psychologie⁵⁸ et le marketing⁵⁹.

Du point de vue sociologique et ethnographique, les chercheurs ont enquêté sur le *CrossFit* via des thématiques et des approches théoriques variées comme l'organisation géographique au sein d'une *box*⁶⁰ ou encore en étudiant les modalités de fonctionnement communautaire, entre présence physique et lien numérique⁶¹. Dans une perspective critique, Dawson⁶² soutient par exemple que la sociabilité en *CrossFit* procède sur le mode de la *Reinventive Institution* : les WOD, réalisés collectivement et sous le regard du pair, instaurent en effet un réseau de surveillance mutuelle normée sur l'idéal volontariste d'autoperfectionnement et d'engagement total dans

56. Il s'agit par exemple d'apprécier l'ampleur des adaptations métaboliques générées par sa pratique assidue. Joao Barbieri *et al.*, "A comparison of cardiorespiratory responses between CrossFit® practitioners and recreationally trained individual", *Journal of Physical Education and Sport*, 19(3), 2019, p. 1606-1611.

57. Notamment dans un cadre épidémiologique, au sujet par exemple de la prévalence des blessures. Alicia Montalvo *et al.*, "Retrospective injury epidemiology and risk factors for injury in CrossFit", *Journal of sports science & medicine*, 16(1), 2017, p. 53-59.

58. Ont notamment été étudiés les variations d'humeur induites par la pratique d'un Wod ou encore ses effets motivationnels, notamment sous l'influence du « sens de la communauté ». D'autres auteurs étudient les facteurs favorisant la persévérance dans l'activité ou les risques d'addiction à la discipline. Pour une illustration, voir Mia Lichtenstein, Tanja Jensen, "Exercise addiction in CrossFit: Prevalence and psychometric properties of the Exercise Addiction Inventory", *Addictive Behaviors Reports*, 3, 2016, p. 33-37.

59. Peric discute du positionnement stratégique du *CrossFit* au sein du marché du fitness et de son potentiel de croissance quand Powers et Greenwell s'intéressent aux intérêts et limites d'un fonctionnement par franchise. De leur côté, Larson *et al.* (2019) questionnent l'efficacité de la politique de *sponsoring* lors des *CrossFit games*. Nedad Peric, "The analysis of the market position and marketing potentials of CrossFit", *Sport – Science & Practice*, 9(2), 2019, p. 69-77. Devon Powers, DM Grennwell, "Branded fitness: Exercise and promotional culture", *Journal of Consumer Culture*, 17(3), 2017, p. 523-541. Daniel Larson *et al.*, "CrossFit Athletic Identity's Relationship to Sponsor Recall, Recognition, and Purchase Intent", *international Journal of Kinesiology & Sports Science*, 7(3), 2019.

60. Shaun Edmonds, "Geographies of (cross)fitness: an ethnographic case study of a CrossFit Box", *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 12(2), 2020, p. 192-206. Matthew Crockett, *Chasing RX: a spatial ethnography of the CrossFit gym*, Thesis, San José State University, 2015.

61. Leslie Heywood, "The CrossFit Sensorium: Visuality, Affect and Immersive Sport", *Paragraph*, 38(1), 2015, p. 20-36.

62. Marcelle Dawson, "CrossFit: fitness cult or reinventive institution", *international Review for the Sociology of Sport*, 52(3), 2015.

la refonte globale de son mode de vie. De son côté, Ornella⁶³ montre que la prévalence du sentiment d'appartenance transparait à l'occasion des *Wod Heroes*, où la communauté des *CrossFitters* honore – et se remémore – leurs « frères d'armes » morts au combat (militaires ou pompiers), par une pratique incarnée et partagée du souvenir. Nous pouvons également évoquer les travaux menés dans le cadre de la sociologie du genre: Knapp propose par exemple une analyse de la représentation iconographique des athlètes hommes et femmes dans le *CrossFit Journal*⁶⁴ ainsi qu'une discussion des formes de résistance aux assignations à la féminité⁶⁵. De leur côté, Podmore et Ogle⁶⁶ formalisent la diversité des expériences vécues par les femmes au sein d'une *box* tandis que Washington et Economides⁶⁷ soutiennent que dans le *CrossFit* se perpétue l'idéal attractif et hétéronormatif qui s'impose aux femmes mais de manière renouvelée par une association inédite de la force et de l'attractivité (« *Strong is the new sexy* »). C'est enfin la sociologie de l'imaginaire et des valeurs qui a été convoquée, qu'il s'agisse de celles des pratiquants ou des coachs. A notamment été mise en évidence l'importance de « sentiment de fierté et d'appartenance à sa salle », de « l'inclusivité » et du « sens de la communauté »⁶⁸. De son côté, Musselman⁶⁹ souligne l'affinité axiologique du *CrossFit* aux thèmes de l'incertitude, de la menace et de l'imprédictibilité du futur, en lien avec la croyance en l'imminence d'une catastrophe mondiale; en effet, il s'agit, par le *CrossFit*, de « se préparer à l'inconnu et à l'inconnaissable », en refusant toute forme de spécialisation,

63. Alexander Ornella, "Sport as Bodily Practice of Remembrance: Remembering Heroes, Remembering Nations", in Marie-Therese Mäder, Alberto. Saviello, Baltassare Scolari (Eds), *Highgate Cemetery: Image Practices in Past and Present*, Baden-Baden: Nomos Verlagsgesellschaft, p. 149-172, 2020.

64. Bobbi Knapp, "Gender representation in the CrossFit Journal: a content analysis", *Sport in Society: Cultures, Commerce, Media, Politics*, 18(5), 2015, p. 688-703.

65. Bobbi Knapp, "Rx'd and shirtless: An examination of gender in a CrossFit box", *Women in Sport and Physical Activity Journal*, 23(1), 2015, p. 42-53.

66. Miranda Podmore, Jennifer Paff Ogle, "The lived experience of CrossFit as a context for the development of women's body image and appearance management practices", *Fashion & Textiles*, 5(1), 2018.

67. Myra Washington, Megan Economides, "*Strong Is the New Sexy: Women, CrossFit, and the Postfeminist Ideal*", *Journal of sport and social issues*, 40(2), 2015.

68. Brogan Bailey *et al.*, "Investigating the organizational culture of CrossFit", *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(3), 2017, p. 197-211.

69. Cody Musselman, "Training for the 'Unknown and Unknowable': CrossFit and Evangelical Temporality", *Religions*, 10(11), 2019, p. 624-644.

dans le cadre d'une temporalité qualifiée d'évangélique. Ornella⁷⁰ insiste pour sa part sur la signification religieuse que certains pratiquants évangélistes de *CrossFit* attribuent à la douleur éprouvée durant des séquences éreintantes, ce qui leur permettrait d'entrer en résonance avec la souffrance christique. Plus généralement, est défendue l'idée d'une connexion profonde avec l'idéologie néolibérale autour de ses fondements axiologiques que sont l'auto-engendrement, la perfectibilité et la responsabilité⁷¹.

Une troisième forme d'activité fortement documentée aurait pu être ajoutée à ce panorama ; elle concerne la galaxie des pratiques dont les racines puisent dans l'*aérobic* et la culture du fitness des années soixante ; il en va ainsi de la franchise *Les Mills*, qui valorise une logique de l'*exertainment* (néologisme issu de la fusion d'*exercise* et d'*entertainment*)⁷².

Rappelons que ce rapide survol des littératures francophone et anglophone n'avait aucune prétention à l'exhaustivité ni à la systémativité. Il visait simplement à souligner la densité des travaux sociologiques portant sur cet espace pluriel et foisonnant, la culture physique, connaissant une très forte expansion mondiale. Si la littérature est incontestablement abondante, rares sont en revanche les ouvrages de synthèse ambitionnant de construire un panorama global de la diversité et de la complexité de cet écosystème, tout à la fois champ concurrentiel et marché lucratif. C'est à ce défi que se propose de s'atteler le présent ouvrage. Devant l'ampleur de la tâche, la réponse ne pouvait selon nous que revêtir une dimension collective. L'enjeu était tout d'abord de prêter attention à une diversité satisfaisante d'approches et de programmes de culture physique (*CrossFit*, *Movnat*, *Les Mills*, *bodybuilding*, *Street workout*...) ⁷³. Notre acception large de la culture physique inclut la problématique de la « fabrique du muscle », centrale chez Vallet (2022),

70. Alexander Ornella, "Suffering in, for, and with Christ: Painful CrossFit Bodies", in *Corps, religion et diversité*, Paris: L'Harmattan, p. 191-220, 2019.

71. Leslie Heywood, " 'We're In This Together': neoliberalism and the disruption of the coach / athlete hierarchy in CrossFit", *Sports Coaching Review*, 5(1), 2016, p. 116-129. Eric James, Rebecca Gill, "Neoliberalism and the Communicative Labor of CrossFit", *Communication & Sport*, 6(6), 2017, p. 1-25. Meredith Nash, "Let's work on your weaknesses: Australian CrossFit coaching, masculinity and neoliberal framings of healthand fitness", *Sport in Society*, 21(9), 2019, p. 1432-1453.

72. Jesper Andreasson, Thomas Johansson, "From exercise to 'exertainment'. Body techniques and body philosophies within a differentiated fitness culture", *Scandinavian Sport Studies Forum*, 6, 2015, p. 27-45.

73. D'autres méthodes n'ont malheureusement pu être incluses dans les analyses, faute de place et de sociologues spécialistes, à l'instar des propositions, sur l'échelon français, d'Olivier Lafay, Rudy Coia, Frédéric Delavier, Christophe Carrio...

mais sans s'y restreindre. En effet, s'y joue également l'optimisation d'autres qualités physiques, dont la capacité cardiorespiratoire. Il s'agissait ensuite d'envisager une variété d'acteurs impliqués dans cette filière : pouvoirs publics (dont le ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative) qui interviennent notamment dans la régulation de ce marché par le truchement de l'habilitation de diplômés, secteur privé à but non lucratif (fédérations et associations) ou secteur privé à but lucratif (salles privées, franchisées ou indépendantes). Il convenait en outre de s'intéresser tout à la fois aux concepteurs de programmes de culture physique, aux instructeurs responsables de leur enseignement et aux pratiquants, tout en appréhendant la diversité des « scènes » où la culture physique se pratique : salles collectives physiques, supports digitaux (dont les réseaux sociaux), pratique en autonomie au domicile (renforcée par les confinements successifs liés à la pandémie de la Covid-19). Nous avons également voulu que soit représentée une complémentarité de regards sociologiques tissant des relations variées avec les autres sciences sociales : sociologie économique, sociologie des politiques publiques, sociologie des professions et des dispositions, sociologie du genre, sociologie clinique, approche ethnographique... La diversité s'exprime enfin dans notre volonté de donner la parole à une variété de personnes intéressées par le territoire de la culture physique, sa structure, son fonctionnement et ses évolutions : interviendront des chercheurs sur les trois premières parties de l'ouvrage puis des acteurs, professionnels et praticiens de la culture physique, à travers trois entretiens auxquels un accès intégral est donné.

L'ambition est donc élevée, synthétique, globale et panoramique. Toutefois, compte tenu de l'extrême complexité, du foisonnement et de la versatilité de cet espace de la culture physique, il nous semble nécessaire de congédier toute prétention à l'exhaustivité. Notre opus collectif pourrait toutefois contribuer à prolonger, actualiser et éventuellement discuter l'ouvrage de Travaillot⁷⁴, paru en 1998, qui fait toujours référence dans le domaine des pratiques d'entretien du corps ; celui-ci interrompt l'analyse à la fin des années quatre-vingt-dix. Depuis, les mêmes débats, tensions et controverses traversent-ils le champ de la culture physique ? Travaillot avait par exemple mis en évidence la divergence entre des approches préconisant, d'une part, le dépassement de soi dans la douleur et, d'autre part, l'appel à la douceur. Des antagonismes peuvent-ils toujours être identifiés entre des démarches prônant une vision globale et fonctionnelle de la culture physique *versus*

74. Y. Travaillot, *Sociologie des pratiques d'entretien du corps*, op. cit.

un développement analytique, anatomiquement exhaustif et à visée prioritairement esthétique? Des phénomènes de résurgences cycliques peuvent-ils être mis en lumière? Les mêmes types d'acteurs et de scènes sont-ils représentés ou doit-on constater leur diversification? À l'inverse, des zones de tensions significatives jusque dans les années quatre-vingt-dix (comme le débat entre acteurs publics *versus* privés) n'ont-elles pas aujourd'hui perdu de leur vigueur?

Pour ce faire, nous avons structuré l'ouvrage en quatre parties, les trois premières correspondant à des contributions de sociologues du sport spécialisés dans la culture physique. La première partie questionne les processus de diversification et de transformation des méthodes de culture physique. L'enjeu consiste ici à souligner le foisonnement important (*Street workout, Movnat, CrossFit*) ainsi que la forte instabilité qui caractérisent cet écosystème. La diversité ne porte pas seulement sur les contenus techniques des programmes mais aussi sur les valeurs qu'ils incarnent (avec parfois des dissensions internes au sein d'une méthode donnée, comme chez les adeptes de callisthénie valorisant respectivement la force ou l'acrobatie) et sur les fonctionnements communautaires des espaces (eux-mêmes variés et inextricablement physiques et numériques) où ils se pratiquent. En outre, le plus souvent, les « nouvelles tendances », loin de se substituer aux précédentes, viennent s'y ajouter, composant ainsi une galaxie protéiforme, également marquée par des phénomènes de résurgence cyclique. Il s'agira par exemple de questionner l'émergence du *Movnat* en discutant son rapport ambivalent à la méthode naturelle de Georges Hébert produite dans le premier tiers du xx^e siècle: s'agit-il d'une forme de « retour aux sources » ou bien d'une réactualisation d'un système de valeurs ajusté à notre contemporanéité? Cette première partie montrera également que, pour exister dans un champ aussi concurrentiel, chaque programme se trouve contraint de « se positionner contre » (contre ses prédécesseurs et contre ses concurrents actuels) afin de souligner, par le contraste, sa propre singularité.

La deuxième partie va déplacer la focale d'analyse sur les pratiquants et pratiquantes de culture physique ainsi que sur le réseau de normes auxquelles ils et elles sont soumis et soumises. Plus précisément, il s'agira de documenter les rapports complexes (et parfois paradoxaux) que les adeptes développent à l'égard d'un corps à (se) façonner, entre désir et volontarisme. Quelles significations revêtent leur engagement dans un projet de transformation corporelle de soi, entre contrainte sociale incorporée (« devenir et conquérir la meilleure version de soi-même ») et projet individuel, entre quête de performance et aspiration au bien-être? La réalisation de soi passe alors souvent

par une mise en projet et une objectivation des progrès. L'engagement dans la culture physique apparaîtra alors comme saturé d'injonctions paradoxales à l'instar de ce que soutient Quentin Froment à propos du « *gymner* » qui ne peut devenir libre qu'en s'assujettissant au modèle performatif. Comment ces adeptes parviennent-ils à (se) construire un corps esthétique, performant ou compétent ? De quelles manières l'exposent-ils ? À noter que les deux premiers chapitres de cette partie vont documenter l'expérience des femmes engagées dans une pratique de culture physique en salles privées (mixtes et non mixtes) au prisme des rapports de pouvoir et de domination entre les sexes.

La troisième partie fait le choix de considérer l'espace de la culture physique en tant que marché, à la fois clivé, concurrentiel et lucratif. Comprendre ce marché supposera d'en examiner simultanément la structure (sa segmentation, la diversité des stratégies de positionnement) et les dynamiques. Il s'agira en premier lieu de considérer la pluralité des acteurs (s'y) investissant : acteurs privés marchands (franchises, autoentreprises...) et acteurs privés non marchands (associations et fédérations). Une attention particulière sera accordée aux professionnels et professionnelles intervenant dans la filière, qu'il s'agisse d'instructeurs ou d'institutrices en salles privées (franchisées ou non, urbaines ou rurales), de coachs pour particuliers ou d'« influenceurs fitness » sur les réseaux digitaux. Seront alors saisies la nature de leur « engagement par corps » ainsi que les diverses contraintes (en termes de formations, de logiques managériales, de rapports sociaux de sexe, de concurrence) qui leur sont adressées.

La quatrième et dernière partie comporte un changement de points de vue par rapport aux trois précédentes puisqu'il s'agit désormais de laisser la parole, la plus brute possible, aux acteurs, professionnels et praticiens impliqués dans le champ de la culture physique et ce, sous la forme d'entretiens reproduits en intégralité et accessibles via *QR codes*. Les trois acteurs interrogés, dont les parcours professionnels ont été sondés, sont Julian Festor, *Country manager* de la marque *CrossFit*, chargé de son développement en France ; Frédéric Mompo, l'un des premiers bodybuilders français à participer à des compétitions internationales, aujourd'hui gérant d'une salle privée non franchisée ; enfin, Aurélien Broussal-Derval, ancien étudiant Staps et actuel préparateur physique d'athlètes de haut niveau, ex-cadre d'État au sein de la Fédération française d'haltérophilie-musculation, auteur d'ouvrages visant le développement des qualités athlétiques et très présent sur la scène numérique. L'intérêt de ces entretiens – et surtout de leur croisement – sera développé en préambule de cette quatrième partie. Indiquons simplement

ici qu'il nous semblait indispensable de rendre davantage audible la parole d'acteurs directement concernés par – et impliqués dans – les transformations du champ des pratiques de culture physique (digitalisation et construction d'une communauté de pratiques, émergence de la logique du sport-santé, concurrence entre acteurs, formation des intervenants...) qui ont fait l'objet des contributions de cet ouvrage dont nous vous souhaitons une bonne lecture.