

Synthèse des résultats du questionnaire autour des activités sportives et de bien-être

Mise en ligne 3 semaines du questionnaire sur le mois de mai 2026

Activités souhaitées pour la rentrée 2026 - 2027

Nombre total de participants

- 152 répondants

Répartition par établissement

- UT Capitole : 128
- TSE : 19
- Sciences Po : 4

Répartition par lieu de travail

- Toulouse : 149
- Rodez : 1
- Montauban : 0
- Autre : 0

Statut des répondants

- Titulaires : 83
- Contractuel(le)s : 59

Répartition des titulaires

- Personnel administratif / technique : 86
- Personnel des bibliothèques : 14
- Personnel enseignant / enseignant-chercheur : 7

Répartition des contractuels

- Personnel administratif / technique : 57
- Personnel des bibliothèques / contrat étudiant : 7
- Personnel enseignant / enseignant-chercheur : 5
- Doctorant(e) contractuel(le) : 1
- Contrat d'apprentissage : 0

Participation aux activités collectives avec le SCAS depuis 2023

Participation

- Oui : 105
- Non : 46

Activités déjà pratiquées

- Pilates : 40
- Activités de renforcement (Body sculpt, CAF) : 37
- Sports collectifs (Badminton / Pickel ball / Volley) : 28
- Yoga : 20
- Sophrologie : 13
- Autres avant 2025 (Taï-chi, musculation, boxe) : 9
- Escalade : 7

Créneaux horaires proposés (12h30 / 17h)

Adaptation des horaires

- Oui : 93
- Partiellement : 39
- Non : 8

Jours et horaires préférés

- Jeudi 12h30 : 89
- Mardi 12h30 : 84
- Lundi 12h30 : 69
- Jeudi 17h00 : 55
- Mardi 17h00 : 53
- Vendredi 12h30 : 50
- Mercredi 12h30 : 47
- Lundi 17h00 : 46
- Mercredi 17h00 : 34
- Vendredi 17h00 : 18

Nouvelles activités sportives et de bien-être souhaitées pour 2026 -2027

Grandes catégories

- Sports et activités douces ou ludiques : 90
- Danse et expression corporelle : 56
- Cours de natation intermédiaire / piscine Léo Lagrange : 26

Danse et expression corporelle

- Danse fitness type Zumba : 47
- Salsa : 26
- Danse africaine / Afro danse : 17
- Bachata : 16
- Line Dance : 13
- Danse orientale : 10
- Danse freestyle : 5
- Kizumba : 5

Sports

- Fitness boxing / Body combat : 45
- Marche active / marche nordique : 41
- Vélo RPM : 38
- Cross training : 37
- Ping-pong : 27
- Running débutant : 21
- Running perfectionnement : 15
- Volley : 14

Cours de natation / piscine Léo Lagrange

- Cours de natation intermédiaire en fin de journée : 20
- Cours de natation intermédiaire à midi : 12
- Cours de natation bon niveau à midi : 4
- Cours de natation bon niveau en fin de journée : 4

Accès gratuit à la salle de musculation du gymnase du Rempart

Créneaux horaires souhaités

- 12h00 – 14h00 : 62
- 17h00 – 18h30 : 55
- 16h30 – 18h00 : 52
- 7h30 – 9h00 : 30
- 8h00 – 9h00 : 10

Jours souhaités

- Jeudi : 79
- Lundi : 72
- Mardi : 68
- Mercredi : 57
- Vendredi : 50

Avis sur les cours pendant les vacances scolaires

- Plutôt d'accord sur le fait qu'il n'y a pas de cours pendant les vacances scolaires (octobre, février et avril) : 67
- Tout à fait d'accord sur le fait qu'il n'y ait pas de cours pendant les vacances scolaires (octobre, février et avril) : 33
- Pas du tout d'accord sur le fait qu'il n'y ait pas de cours pendant les vacances scolaires (octobre, février et avril) : 26

Propositions suggestion en champs d'expression libre

Voici une synthèse avec le **nombre approximatif de personnes ayant exprimé chaque demande** (certaines réponses regroupent plusieurs idées, donc une même personne peut être comptée dans plusieurs catégories).

<u>Thématique / demande</u>	<u>Nombre de personnes</u>
Maintien des cours pendant au moins 1 semaine des vacances scolaires	14
Maintien des cours pendant toutes les vacances scolaires	4
Accord avec arrêt des cours pendant vacances	3
Extension des horaires / nouveaux créneaux	9
Accès plus large à la salle de musculation	8
Ouverture salle musculation pendant vacances	5
Plus d'activités à la Manufacture	2
Plus d'activités au Rempart	3
Créneaux à 18h ou après 17h30	3
Créneaux du midi adaptés (12h15–13h15)	2
Éviter le mardi	1
Éviter le mercredi	1
Sophrologie : ajout de créneaux ou autre pratique de relaxation	3
Pilates avec accessoires	1
Golf	1
Marche nordique	1
Randonnée raquettes	1
Fitness/cardio en musique	1
Aquagym	3
Basketball	1
Volley / sports collectifs	2
Self-défense	1
Danses (house, dancehall, jazz...)	1
Bachata	1
Charleston / Lindy hop	1
Œnologie	1
CAF (Cuisses-Abdos-Fessiers)	1
Natation / piscine	2
Questions transport / parking piscine	2
Escalade : séances plus longues	2
Escalade : accès libre	1
Matériel cardio / marche en musculation	1
Demandes des personnels hébergés (INRAE/CNRS)	4
Harmonisation des tarifs personnels hébergés	3
Priorité d'accès pour personnels hébergés	2
Priorité donnée aux personnels actifs	1
Communication plus anticipée des créneaux de rentrée	1
Satisfaction générale / remerciements pour les actions en place	6

Tendances générales observées

Synthèse des résultats du questionnaire SCAS – Activités sportives et bien-être

Le questionnaire a recueilli **152 réponses dont 46 qui ne participent à aucune activité à ce jour**, majoritairement issues des personnels de l'UT Capitole et principalement localisés sur le site de Toulouse. Les répondants sont essentiellement des personnels administratifs et techniques, titulaires ou contractuels.

Une forte adhésion aux activités proposées

La majorité des participants a déjà pratiqué une activité proposée par le SCAS depuis 2023. Les activités les plus suivies sont :

- le Pilates,
- les activités de renforcement musculaire (CAF, Bodysculpt),
- les sports collectifs,
- et le Yoga.

Ces résultats montrent un intérêt marqué pour les activités accessibles, favorisant à la fois :

- le bien-être,
- la santé,
- la convivialité,
- et la gestion du stress.

Des attentes fortes autour des activités de remise en forme et de danse

Les activités les plus demandées pour les prochaines années concernent principalement :

- **le fitness boxing / body combat,**
- **la marche active ou marche nordique,**
- **le vélo RPM,**
- **le cross training,**
- **le ping-pong au Rempart,**
- **ainsi que les activités dansées.**

Les disciplines de danse rencontrent un fort intérêt, notamment :

- **la Zumba,**
- **la Salsa,**
- **les danses afro,**
- **la Bachata.**

Ces attentes traduisent une recherche d'activités dynamiques, conviviales et motivantes.

Des créneaux du midi toujours privilégiés

Les créneaux de 12h30 restent les plus adaptés pour une majorité des répondants, particulièrement :

- le mardi,

- le jeudi,
- et le lundi.

Les créneaux de fin de journée conservent également un intérêt important, notamment à 17h00.

Les commentaires libres mettent en avant plusieurs demandes :

- davantage de créneaux après 17h30,
- des horaires légèrement décalés (12h15–13h15),
- et une meilleure adaptation aux contraintes professionnelles et familiales.

Une forte demande autour de la salle de musculation

L'accès libre à la salle de musculation du Rempart constitue une attente importante. Les agents souhaitent principalement :

- des horaires élargis sur la pause méridienne,
- davantage d'accès en soirée,
- un maintien de l'ouverture pendant certaines vacances universitaires en l'absence des cours collectifs,
- et une plus grande flexibilité d'utilisation (problème de la surveillance et de la sécurité).

Un intérêt pour les activités aquatiques

Les propositions de cours de natation à la piscine Léo Lagrange suscitent un intérêt réel, principalement pour des créneaux intermédiaires en fin de journée. Plusieurs répondants évoquent également un intérêt pour l'aquagym.

Des questions pratiques restent toutefois soulevées concernant :

- le transport,
- l'accès au parking,
- et l'organisation logistique.

Vacances scolaires : une attente de maintien partiel des activités

Même si une majorité des répondants comprend l'arrêt des cours pendant les vacances scolaires, plusieurs participants souhaitent :

- le maintien d'au moins une semaine d'activités sur les deux semaines de vacances,
- un accès libre à la salle de musculation élargie

Cette demande s'explique notamment par le fait que les personnels ne sont pas systématiquement absents durant ces périodes même si beaucoup posent des congés.

Autres demandes exprimées

Les commentaires libres font également émerger plusieurs attentes complémentaires :

- davantage de créneaux de sophrologie / relaxation,
- aquagym,
- sports collectifs supplémentaires,

- self-défense,
- randonnée,
- activités de danse variées,
- ou encore activités de loisirs comme l'œnologie = présent dans l'autre questionnaire.

Des demandes spécifiques concernent également :

- les personnels hébergés (INRAE, CNRS),
- les conditions tarifaires,
- et les priorités d'accès aux activités.

Conclusion

Globalement, les résultats mettent en évidence une forte attente autour :

- **d'activités favorisant le bien-être et la santé,**
- **de pratiques accessibles et conviviales,**
- **d'une plus grande flexibilité des horaires,**
- **et d'un accès élargi aux équipements sportifs.**

Les évolutions futures devront néanmoins tenir compte :

- **des contraintes budgétaires,**
- **de la disponibilité des salles,**
- **et des possibilités de mobilisation d'intervenants qualifiés.**

Le SCAS remercie chaleureusement l'ensemble des personnels ayant pris le temps de répondre à ce questionnaire. Leur participation et leurs nombreuses propositions contribueront à nourrir la réflexion autour de la mise en place d'activités et d'ateliers pour l'année 2026-2027.

À l'appui des résultats de ce questionnaire et en concertation avec la Gouvernance, le SCAS s'attachera à explorer toutes les pistes possibles afin de proposer, pour l'année 2026-2027, des activités ou des ateliers répondant au mieux aux attentes exprimées par les personnels, tout en tenant compte des contraintes organisationnelles, budgétaires, logistiques ainsi que des ressources et intervenants mobilisables.