

» c'est qu'ils multiplient les formats et les supports : des lives pour garder le sens de la communauté mais aussi des contenus à la demande, sans contrainte d'horaires ; des cours dynamiques pour se muscler et se challenger et cours doux et « restauratifs », de la méditation aussi. Je pense que, même après la fin du confinement, cette tendance va s'installer dans la durée, à la fois parce que le public apprend à se servir de façon accélérée de ces outils mais aussi parce que beaucoup de gens vont continuer à limiter leurs sorties.

### En général, quand un nouveau client vient vous voir, quel est le cahier des charges à remplir pour lui et pour vous avant de voir surgir une nouvelle plateforme ?

Techniquement, si le contenu vidéo existe, nous n'avons besoin que de 4 à 6 semaines pour lancer une nouvelle plateforme. Pendant ce temps de lancement, nous accompagnons notre client dans le rubricage de son catalogue, la personnalisation du site et des applis, le paramétrage des métadonnées pertinentes, etc. Pour certains clients, nous démarrons la discussion plus en amont et les accompagnons dans la finalisation de leur business model. Nous pouvons aussi les conseiller et les accompagner sur leur marketing digital et leur growth hacking.

### Quelle est la demande la plus surprenante que vous ayez eue ?

La vidéo concerne aujourd'hui tous les thèmes et tous les secteurs ! C'est ce qui est passionnant dans notre métier, nous avons des discussions sur plein de sujets différents, parfois très institutionnelles, et parfois plus farfelues. Nous apprenons plein de choses sur des sports que nous n'avons jamais pratiqués, des musiques que nous n'avons jamais écoutées, des sujets historiques que nous n'avons jamais soupçonnés. Connaissez-vous, par exemple, le médiévalisme ? C'est pour ça que nous croyons beaucoup aux offres SVOD de niche qui s'adressent à des communautés de passionnés : les plateformes généralistes ne pourront jamais satisfaire tous les centres d'intérêt. À nous d'enrichir le paysage audiovisuel en facilitant la création de services thématiques faits par des experts !

## LE MINISTÈRE DES SPORTS CHOISIT 3 PLATEFORMES SPÉCIALISÉES PROPOSANT DES CONTENUS GRATUITS POUR FAIRE DU SPORT CHEZ SOI



Roxana Maracineanu  
Ministre des Sports

« Face à la situation sanitaire exceptionnelle que connaît notre pays, et pour permettre aux Françaises et Français de poursuivre la pratique d'une activité physique adaptée et régulière à leur domicile, le ministère des Sports a accordé son haut-patronage aux plateformes numériques **Be Sport**, **Activiti** et **Goove.app** dont les contenus correspondent à des critères de qualité vérifiés », expliquait, il y a quelques jours, la ministre des Sports. Avec cette reconnaissance, ces acteurs, déjà fortement impliqués auprès du mouvement sportif, se sont engagés à proposer gratuitement, pendant toute la durée de la crise sanitaire, à tous les publics, leurs contenus conçus par des professionnels du sport, de la santé et de l'activité physique adaptée.

### LES 3 ACTEURS CHOISIS PAR LE MINISTÈRE DES SPORTS

#### Be Sport

**Be Sport**, rappelons-le, est la plateforme sociale du sport, destinée à tous ceux qui aiment, pratiquent et font le sport au quotidien. Pendant la crise, la plateforme s'adapte pour proposer du contenu adapté, revivre des grands moments du sport et entretenir les liens au sein des équipes et des clubs de sport : communiquer ensemble, organiser des séances d'entraînement à distance,

poster des vidéos pour les coaches avec des exercices sportifs à faire de chez soi, etc. Disponible sur Apple Store et Google Play  
Plus d'informations sur [www.about.besport.com](http://www.about.besport.com)

#### Activiti by My Coach

En partenariat avec le CHU de Nice, la société **MyCoach** a développé une nouvelle application, **Activiti**, qui propose gratuitement des exercices simples et adaptés à tous, pour petits et grands : réveil musculaire en famille, renforcement musculaire, travail du cardio... Présentées sous forme de fiches et de vidéo, ces activités travaillées avec des coaches peuvent se réaliser à domicile, avec ou sans matériel. Disponible sur Apple Store et Google Play  
Plus d'informations sur [www.activiti.fr/app](http://www.activiti.fr/app)

#### Goove.app

La société **Goove**, dont l'ambition est de faire de l'activité physique un accompagnement thérapeutique non médicamenteux accessible à tous et partout, a conçu un espace dédié pendant cette période de confinement où elle met à disposition gratuitement des séances d'activités physiques adaptées (renforcement musculaire, stretching, souplesse, etc.) issues de leur logiciel sport-santé qui peuvent être réalisées à tout moment chez soi et avec une évaluation du niveau de forme. Web-application disponible sans téléchargement sur [www.goove.app](http://www.goove.app)

Pour mémoire, l'Organisation Mondiale de la Santé recommande une pratique minimale d'activités physiques dynamiques correspondant à 1 heure par jour pour les enfants et les adolescents, et à 30 minutes par jour pour les adultes. En complément, il est également recommandé de réaliser plusieurs fois par semaine des activités variées qui renforcent les muscles et améliorent la souplesse et l'équilibre.

# GOOVE PROPOSE DES CONTENUS GRATUITEMENT PENDANT LA CRISE !

**C'**est l'une des 3 plateformes spécialisées proposant des contenus gratuits pour faire du sport chez soi. Goove.app

**Jean-Paul Sousa, si vous deviez vous présenter en quelques mots pour nos lecteurs, que diriez-vous ?**

J'ai 42 ans, je vis à Paris et suis originaire de Haute-Savoie, je suis directeur de création de métier, j'ai fondé et je dirige mon agence de communication Thalamus depuis plus de 15 ans. Je suis le fondateur et le président de Goove, que j'ai créée il y a plus de 2 ans maintenant.

Goove est née quand le médecin traitant de mon père, diabétique et dialysé, lui prescrit du sport sur ordonnance ; je me suis vite aperçu qu'il n'était pas le seul dans ce cas, mais ce sont 11 millions de personnes qui sont susceptibles d'avoir une prescription de sport sur ordonnance. Les réponses proposées n'étaient pas satisfaisantes car très éloignées des attentes de mon père. J'ai donc mobilisé des acteurs du sport de haut niveau, de la santé, de la recherche, mais aussi des partenaires comme le groupe VYV (1<sup>er</sup> acteur mutualiste de santé et de protection sociale en France).

Ensemble, nous avons développé Goove.app, ouvert une Maison Sport-Santé à Angers et développé des conventions avec des partenaires du sport et de la santé pour faciliter et accélérer notre maillage territorial. Ces conventions nous ont permis de lancer un réseau de proximité pour répondre à notre objectif : faire de l'activité physique adaptée un accompagnement thérapeutique accessible à tous et partout.

**Goove.app, en détail, c'est quoi ?**

Goove.app est une web app métier sport-santé à destination des professionnels du sport et de la santé qui leur permet d'accompagner les personnes atteintes de maladies chroniques, mais aussi les seniors et les sédentaires de façon personnalisée dans l'entretien, l'amélioration, la programmation et le suivi de leur condition physique. Elle a été conçue par des professionnels du sport de haut niveau, des professionnels de santé et des professionnels de l'activité physique adaptée. Nous avons une particularité : notre outil s'appuie sur notre retour d'expérience au sein de notre Maison Sport-Santé à Angers, notre centre de recherche. Nous testons ainsi en temps réel toutes nos évolutions de contenus et les fonctionnalités de Goove.app. Son développement informatique est d'ailleurs assuré par nos propres développeurs.

Goove.app s'adresse aux structures et professionnels du sport, aux collectivités, aux Maisons ou Réseaux Sport-Santé, mais également aux structures et aux professionnels de santé (kinésithérapeutes, psychomotriciens, ergothérapeutes) ainsi qu'aux Enseignants en Activité Physique Adaptée, qui souhaitent mettre en œuvre des programmes et parcours sport-santé.

Goove.app permet de faire passer des tests de condition physique, adaptés aux profils des usagers et à leurs besoins. Les professionnels peuvent s'appuyer sur nos bilans (expert, seniors...), ou créer le leur pour répondre à leurs objectifs. Elle permet également de créer des programmes et des parcours sport-santé sur mesure. Et, pour finir, Goove.app permet de gérer l'activité de sa structure, avec notamment la facturation et le paiement en ligne, la réservation et planning en ligne, de pouvoir stocker des données sur des serveurs de santé, d'être en conformité RGPD, entre autres...

**Quels sont ces différents types de parcours ?**

Aujourd'hui, nous avons trois types de parcours. On a tout d'abord Goove Activ', qui permet de proposer un programme sur mesure issu de notre algorithme qui s'appuie sur le bilan de condition physique et qui génère 28 séances adaptées aux besoins, à la condition physique de chaque participant. Puis, Goove Coach qui propose une bibliothèque de séances conçues par nos experts et qui permet de composer ses programmes et de les mettre en œuvre sur des petits groupes. Les professionnels peuvent également créer leurs propres séances et ainsi enrichir leur propre base de données. Aujourd'hui, nous disposons de près de 600 exercices en média vidéos (renforcement musculaire, proprioception, stretching, mouvements fondamentaux, massages...) que nous continuons à alimenter. »

**« Pendant le confinement, nous proposons des séances d'activités physiques pour tous, basées sur un travail autour du corps en mouvement »**



» Nous avons également conçu un Goove multisport à destination des collectivités, des structures sportives des Maisons ou Réseaux Sport-Santé, qui permet la création de parcours avec une programmation libre du nombre et de la typologie d'activités sportives s'appuyant sur leur base de données d'associations, de fédérations et de partenaires présents sur leur territoire.

### **Le ministère des Sports a choisi 3 plateformes spécialisées proposant des contenus sportifs gratuits, dont la vôtre. Comment s'est fait ce choix ? Quel est le cahier des charges pour votre plateforme ?**

Le choix s'est fait sur la base des travaux déjà engagés avec le ministère des Sports, notamment dans le cadre de la Stratégie Nationale Sport-Santé, et pour ce qui concerne notre Web app [www.goove.app](http://www.goove.app), c'est en lien avec le déploiement des Maisons Sport-Santé afin d'appuyer les équipes dans la gestion de leurs programmes et parcours individualisés pour les usagers. Le Ministère s'est également fondé sur des critères de qualité de l'offre, c'est-à-dire liée aux compétences mobilisées pour élaborer les exercices et séances proposés, d'accessibilité – gratuité/ format du message, d'adaptation à différents groupes de niveaux.

### **Quel contenu proposez-vous ?**

Pendant le confinement, nous proposons des séances d'activités physiques pour tous, basées sur un travail autour du corps en mouvement. Nous avons préparé 3 types de programmes : renforcement musculaire, souplesse et senior/débutant, chaque programme compte 12 séances.

### **Concrètement, comment mettez-vous à jour et faites-vous évoluer vos contenus pendant cette période exceptionnelle ?**

Goove.app intègre le programme Goove Coach qui permet, entre autres, de composer des séances adaptées. Nous disposons d'une bibliothèque de près de 600 exercices pour l'instant, il nous est donc facile de faire évoluer nos séances et d'en créer au fil des jours. Nous avons tout de même dû nous adapter et pour cela nos 2 APA ont créé des exercices depuis leur domicile avec les moyens à leur disposition. Encore une fois l'outil permet une grande souplesse et réactivité.

### **À quel public vous adressez-vous ?**

Nous nous adressons à un public débutant, séniore et senior.

## « Le digital, pour moi, ce n'est qu'un outil, il doit être au service du professionnel, en aucun cas il ne doit se substituer à l'humain surtout pour nos usagers »

### **La crise sanitaire que nous traversons actuellement ne vous est-elle pas finalement « bénéfique » ?**

Oui, elle l'est mais pas sous l'angle que vous sous-entendez. Simplement parce que nous avons décidé très rapidement de mettre à disposition de tous, gratuitement et sans connexion, des contenus. Elle est bénéfique de façon plus large, notamment par la mise en avant de l'intérêt pour tous de pratiquer de l'activité physique quotidienne et peut être vue comme une première étape avant de poursuivre chez un professionnel.

### **Pensez-vous que ce confinement va entraîner de nouveaux modes de consommation ? Une généralisation du coaching ou du sport à distance (yoga, gym ou remise en forme, etc.) ?**

Non, je ne pense pas et je ne le souhaite pas. Le digital, pour moi, ce n'est qu'un outil, il doit être au service du professionnel, en aucun cas il ne doit se substituer à l'humain surtout pour nos usagers. Il est là pour faciliter leur travail afin de leur laisser plus de temps pour l'accompagnement de leurs usagers. Notre accompagnement passe par un encadrement spécifique et nous travaillons actuellement à la création d'un réseau de professionnels du sport et de la santé, qui est d'ailleurs très avancé.

## ADIDAS ET SON MOUVEMENT #HOMETEAM INCITENT À RESTER CONFINÉ ET À FAIRE DU SPORT À DOMICILE



Antoine Lillet  
Directeur de la Newsroom d'adidas

Les marques n'échappent pas à la règle... adidas a ainsi décidé d'offrir un accès gratuit à son application adidas training by Runtastic et lance le Fit From Home Challenge. Les éclairages d'Antoine Lillet, directeur de la Newsroom d'adidas, qui regroupe la communication sociale et digitale de la Marque en France, ainsi que les relations avec les médias.

### **adidas donne un accès gratuit à votre application adidas training by Runtastic. Pour combien de temps ? L'application a-t-elle été modifiée à l'occasion du confinement ?**

Nous offrons, en effet, 3 mois d'accès gratuit au service Premium de l'application adidas Training by Runtastic. Le contenu de l'application a été ajusté pour le confinement afin de mettre en avant les exercices les plus adaptés à la pratique du sport à la maison. Nous avons, par ailleurs, lancé le Fit From Home Challenge, qui vise à atteindre le million d'heures cumulées de pratique jusqu'au 19 avril. L'idée est de parvenir à créer un élan collectif malgré la quarantaine, et d'en-