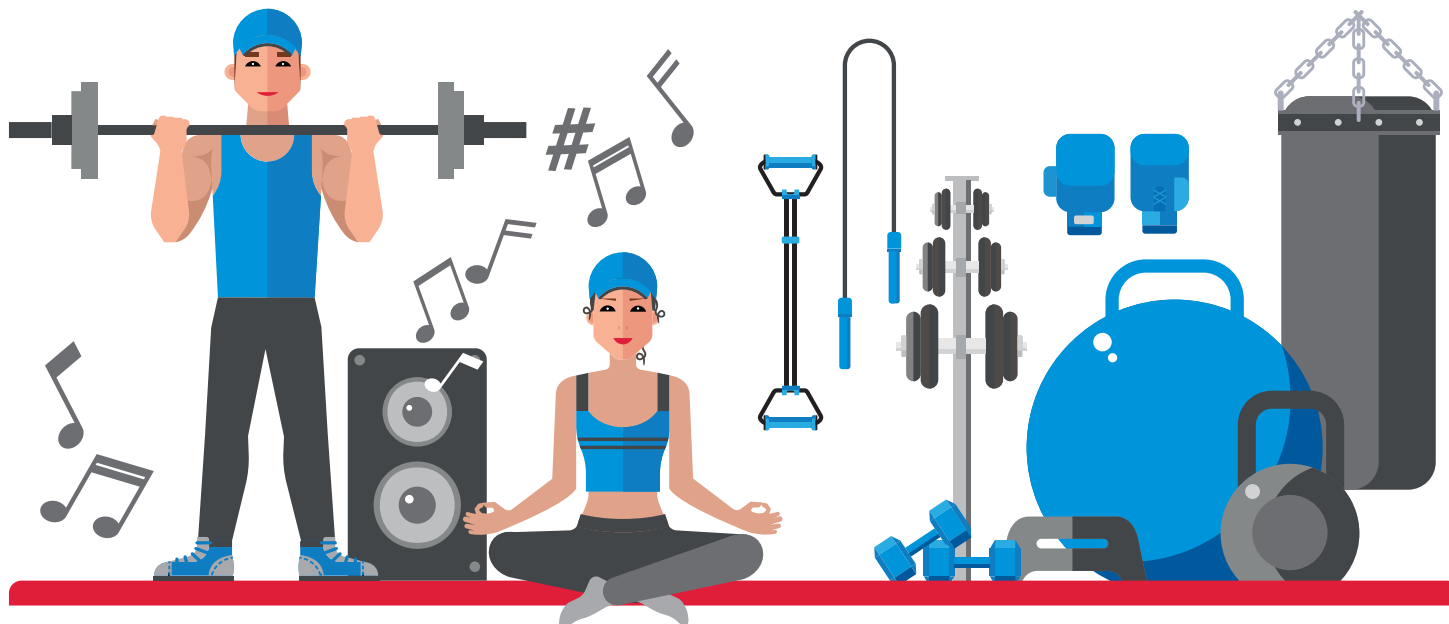


EXERCICE + MUSIQUE = MOTIVATION

Les bienfaits de la musique pendant un entraînement physique sont évidents : les gens actifs physiquement disent que la musique enchante leurs exercices. Selon une nouvelle étude SOCAN, la musique arrive en tête de liste des sources de motivation qui font bouger les Canadiens.



Près de

8/10 **88 %**

Canadiens actifs physiquement affirment que de la bonne musique est aussi importante que des souliers et des vêtements confortables ou de l'eau.

croient qu'écouter de la musique en s'entraînant est avantageux : près de 60 % des gens affirment que le temps paraît ainsi passer plus vite tandis que 56 % affirment qu'elle les motive à bouger.



Lorsque les Milléniaux entendent une bonne liste de lecture au gym,

1/3 le perçoivent comme un gym haut de gamme, tandis qu'un sur quatre perçoit le gym comme « in » ou « cool ».



1/2 La musique est magique pour votre image de marque ! Plus de la moitié des gens ont affirmé que lorsqu'ils entendent de la bonne musique dans un cours de conditionnement physique, ils en parlent à leurs amis.

LA MUSIQUE EST BONNE POUR L'ÂME.



Environ

50 % des Canadiens disent se tourner vers la musique lorsqu'ils sont tristes et veulent se remonter le moral, ce qui est donc plus populaire que de parler avec un ami, lire ou manger.



9/10 affirment écouter au moins un genre de musique pour combattre le stress, et c'est le rock qui se classe en première position.

Les faits sont là : la musique apporte une valeur ajoutée. Avec tant de gens qui affirment que la musique est importante pour leur routine de conditionnement physique, les propriétaires de gym ont tout intérêt à l'utiliser judicieusement. Une solide liste de lecture et une licence Autorisé à vous divertir de la SOCAN leur assureront des clients satisfaits. La SOCAN et ses près de 150 000 membres remercient les entreprises qui utilisent de la musique et les encourage à continuer tout en s'assurant de détenir une licence Autorisé à vous divertir de la SOCAN.

SOCCAN