



Lo sport non è solo vittoria

Negli ultimi anni il modo di vivere lo sport è cambiato radicalmente. Sempre meno persone praticano attività esclusivamente per competere: oggi contano benessere mentale, socialità e soprattutto condivisione. Molte discipline stanno crescendo più degli sport tradizionali.

Per decenni lo sport è stato sinonimo di agonismo: vincere, classifiche, competizione, sacrificio e disciplina. Oggi molte persone, soprattutto giovani, cercano invece maggiormente esperienze inclusive e piacevoli. Le generazioni stanno cambiando non solo nel contesto lavorativo ma anche in quello sportivo. Porto l'esempio dei tornei amatoriali di padel; community di running; palestre "social" o eventi sportivi condivisi sui social media.

E sono appunto i social media che stanno avendo un ruolo preponderante in questa trasformazione. Oggi lo sport è soprattutto contenuto, racconto personale e stile di vita. Su social milioni di utenti condividono allenamenti, progressi fisici, sfide e routine quotidiane. Allenarsi oggi significa anche esprimere la propria identità. Per molti giovani conta tanto partecipare quanto raccontare l'esperienza vissuta e donare beneficio anche agli altri sui risultati ottenuti oppure sulle sconfitte ricevute. Lo sport diventa linguaggio sociale oltre che attività fisica. L'estetica e il lifestyle spesso contano quanto il risultato sportivo. Anche gli eventi sportivi stanno adottando: highlights brevi, contenuti immediati e maggiore attenzione alle personalità degli atleti rispetto alla sola competizione. Spesso i nostri idoli sportivi sono seguiti più sulla loro vita personale che sulla loro vita sportiva.

Mi piace sottolineare come discipline sempre più popolari, come il padel, il fitness funzionale, il ciclismo urbano e il running non competitivo, siano sport accessibili, veloci da imparare e soprattutto sociali. Gli sport tradizionali come il calcio o l'hockey continuano invece a mantenere numeri ele-



vati, ma faticano ad attrarre i più giovani con la stessa forza del passato. Tra i fattori limitanti ci sono probabilmente i costi elevati, il minor tempo libero e le nuove abitudini digitali, che stanno cambiando il rapporto con il tifo e con la pratica sportiva.

Molti giovani, e non solo, praticano sport per ridurre stress e ansia, migliorare il benessere mentale o semplicemente costruire

relazioni sociali. Le community sportive stanno sostituendo lentamente le vecchie logiche individuali: gruppi di running che si incontrano all'alba, tornei amatoriali di padel organizzati via social, allenamenti collettivi nei parchi cittadini. In questo nuovo approccio conta meno il livello tecnico, la capacità e molto di più il senso di appartenenza e la condivisione.

Lo sport del futuro probabilmente non abbandonerà la competizione, ma sarà sempre più orientato al benessere, alla condivisione e all'esperienza personale. Vincere conterà ancora, ma sentirsi parte di un gruppo potrebbe contare di più. Perché ammettiamolo, oggi, per molti, praticare sport non significa soltanto vincere, ma indica sentirsi bene, stare insieme e trovare il proprio spazio dentro una collettività. Il futuro potrebbe essere meno ossessionato dalla vittoria e più orientato al benessere personale, alla salute mentale e alla costruzione di relazioni. In altre parole: meno individualismo, più condivisione. Temi che la nostra Associazione TNV ha sempre cavalcato e veicolato ai giovani. Torneremo presto da voi con nuovi eventi e serate per toccare ancora questi argomenti!

Di Maura Montenegro, coordinatrice di TNV

INQUADRAMI ORA!



ACCOMPAGNA I GIOVANI
DALLO SPORT AL MONDO DEL LAVORO

