

# SPORT E ATTIVITÀ FISICA DI BASE: INTROSPEZIONI E PREVISIONI

*I dintorni dell'attività fisica e le sfide dello sport*

 **SPORT**  
E SALUTE



**SWG**



**KRATESIS**

Ottobre 2022  
REPORT B1.2



# INDICE DEI CONTENUTI

Nota metodologica	<b>3</b>
Sintesi delle evidenze	<b>5</b>
<b>1. Salute, forma fisica e rapporto con il medico</b>	<b>10</b>
<b>2. Dentro l'attività fisica e sportiva: comportamenti e motivazioni</b>	<b>16</b>
<b>3. Attività fisica e sportiva: contesti e livello di strutturazione</b>	<b>25</b>
<b>4. Il ruolo del digitale nello sport</b>	<b>32</b>
<b>5. Diritto allo sport e istituzioni</b>	<b>36</b>

# NOTA METODOLOGICA

Indagine nazionale sulla popolazione adulta

Indagine Cawi (*Computer Aided Web Interview*) svolta da SWG per Sport e Salute **tra il 20 e il 30 settembre 2022 su un campione nazionale di 2.000 soggetti di età compresa tra i 18 e i 90 anni**, rappresentativi della popolazione italiana per genere, età, zona di provenienza e titolo di studio.

I metodi utilizzati per l'individuazione delle unità finali sono di tipo casuale, come per i campioni probabilistici. I dati sono stati ponderati per genere, età e zona di residenza, secondo i più recenti dati forniti da ISTAT al fine di garantirne la rappresentatività rispetto alla popolazione di riferimento. Questa numerosità campionaria consente di **contenere l'errore statistico assoluto sotto la soglia del 2,5%** (a un intervallo di confidenza del 95%).

Il dato medio del campione nazionale è stato posto a confronto con quello relativo alle precedenti indagini Sport e Salute / SWG, per un **monitoraggio continuativo** sull'attività fisica degli italiani che si estende **da luglio 2020 ad oggi**.



# GUIDA ALLA LETTURA

## Indicatori e segmenti d'interesse

Tra tutte le caratteristiche richieste ai rispondenti, alcune proprietà rilevanti nella lettura dei risultati sono state ricodificate per rendere più chiara ed efficace la presentazione dei dati:

GENERAZIONI	Età
Generazione Z	da 18 a 25 anni
Millennials	da 25 a 39 anni
Generazione X	da 40 a 55 anni
Baby Boomer	da 56 a 74 anni
Generazione Silent	più di 74 anni

ISTRUZIONE	Titolo più alto conseguito
Laureati	Laurea e post-laurea
Diplomati	Diploma superiore
Meno istruiti	Licenza media / professionale

AUTOPERCEZIONE ECONOMICA	Arriva a fine mese...
Ceti medio-alti	senza difficoltà
Ceti medio-bassi	con qualche difficoltà
Ceti fragili	con molte difficoltà

AMPIEZZA CENTRO	N. Abitanti del comune di residenza
Grandi città	>100.000 abitanti
Città media	tra 10.000-100.000 abitanti
Piccoli centri	<10.000 abitanti

ATTIVITÀ FISICA	Frequenza attività fisica attuale
Attivi	più volte a settimana / quotidiana
Saltuari	una volta a settimana o meno
Sedentari	mai

IMC	Indice di massa corporea
Sottopeso	valori <18,49
Normopeso	valori tra 18,50-24,99
Sovrappeso	valori tra 25,00-29,99
Obesità	valori >30,00

**K**

**SINTESI DELLE  
EVIDENZE**

# SINTESI: Salute, attività fisica e rapporto con il medico

1. Parlando della **percezione della salute e del benessere** l'indagine di settembre 2022 conferma la stabilità del quadro registrato a luglio 2020, ovvero che sono oltre 3 su 4 i cittadini che si vivono in salute, una quota lievemente minore si sente bene con se stessa, mentre sono 6 su 10 a definirsi sereni. Il vissuto risulta in generale migliore tra chi svolge attività fisica, ma riflette anche un divide socio-economico, per cui si sente generalmente meglio sulle tre dimensioni chi ha un reddito più alto.
2. Testando la **percezione delle propria forma fisica** in due situazioni tipo, il divide si approfondisce e acquista maggiore dettaglio. Il 23% dei cittadini afferma che non sarebbe in grado di fare attività fisica per più di 105 minuti, mentre il 33% si dice in grado di correre continuativamente per oltre 5 km. Tra i primi troviamo anziani con problemi di salute, ceto medio-basso e meno istruito, casalinghe e soggetti a rischio obesità; mentre tra i secondi primeggiano lavoratori autonomi, genitori di figli minorenni, operai, uomini e Millennials di ceto culturale ed economico medio-alto.
3. Parlando sempre di salute i **fattori riconosciuti come determinanti** sono soprattutto il livello di stress e la qualità dell'alimentazione, seguiti dal fattore genetico e dal livello di pratica fisica e sportiva, indicata dal 37%. A riconoscere più degli altri l'importanza di quest'ultima componente sono in particolare i più attivi, i ceti medio-alti e i laureati.
4. Le attese circa **le informazioni auspiccate dal medico di base** risultano elevate, non solo in materia di farmaci da assumere, ma anche riguardo all'alimentazione (74%) l'attività fisica e sportiva (58%). Tuttavia, interrogati circa all'attuale **rapporto con il curante**, i cittadini riferiscono di aver ricevuto più spesso generiche esortazioni al movimento (23%) e alla dieta equilibrata (19%) piuttosto che indicazioni precise sui comportamenti da tenere o la raccomandazione di visite specialistiche (il 5% è stato inviato da un medico dello sport). La figura del **medico dello sport** risulta di per sé poco conosciuta e sfruttata: solo il 4% si è rivolto ad esso per questioni che esulassero dalla semplice richiesta di certificazione di idoneità sportiva. Parzialmente diversa la situazione riportata da chi soffre di disturbi e patologie specifiche, tra i quali è più frequente la prescrizione di approfondimento attraverso l'invio a specialisti.

# SINTESI: pratica sportiva e prospettiva autunnale

5. I **motivi che spingono i cittadini a mettersi in movimento** partono innanzitutto dalla salute, la prevenzione e la volontà di perdere peso, ma riguardano anche - soprattutto tra i più giovani – il bisogno di sfogarsi, rilassarsi e staccare la spina. Se per i più giovani il movimento è, in seconda battuta, un modo per esercitare la propria disciplina, sono invece gli anziani a ricercare più degli altri in essa un modo per stare con gli altri.
6. I **livelli di attività fisica** di fine settembre, risentono dell'oscillazione stagionale seguente alle ferie: a fronte di un picco di sedentarietà del 33%, che va però letto in prospettiva, molti si stanno organizzando per riattivarsi in autunno, con un pieno di buoni propositi che portano a prevedere a breve un -10% di sedentari e un + 8% di attivi.
7. Merita quindi approfondire **il tema della sedentarietà**. L'attuale 33% di sedentari, può infatti essere scomposto a sua volta in un terzo di sedentari "stagionali", che sono stati attivi in altri periodi del 2022 e prevedono quindi di riprendere l'attività, e due componenti di drop-out: un 14% che ha smesso di muoversi negli ultimi 3 anni e un 52% di sedentari "cronici", inattivi da 4 anni o più. Tra i più citati **motivi della propria inattività** emerge innanzitutto un'auto-rappresentazione di se come persona pigra e svogliata (riportata ad esempio dal 47% dei sedentari in sovrappeso), seguita dalla percezione di non avere tempo (più diffusa tra laureati e genitori di bambini piccoli) e dalla valutazione di inadeguatezza del proprio stato di salute (tra i più anziani e malati).
8. Passando alla **componente degli attivi** (coloro che attualmente svolgono attività fisica o sportiva più volte a settimana), va a sua volta tenuto conto del fatto che solo la metà di questi è attiva 12 mesi l'anno, mentre uno su cinque interrompe la pratica nel periodo estivo e gli altri praticano solo alcuni mesi all'anno o comunque in modo discontinuo.
9. In generale i praticanti discontinui si dicono favorevoli all'idea di fare attività fisica e sportiva con maggiore costanza nel tempo, ma per farlo invocano innanzitutto la possibilità di ottenere maggiori sconti e detrazioni, oltre a una maggiore capillarità delle strutture e impianti sportivi sul territorio. Si stima che il bacino di praticanti sportivi del 22% potrebbe giungere a una cassa di espansione potenziale di un ulteriore 20%.

# SINTESI: Contesti, organizzazioni sportive e servizi online

10. Arrivando ai **contesti della pratica sportiva**, la proiezione autunnale mostra un tendenziale rientro in impianti sportivi, palestre e piscine al chiuso (+9% da aprile), così come alla pratica domestica (+7%). Il contesto elettivo per la pratica rimangono gli spazi pubblici all'aperto non attrezzati ai quali, seppure con una flessione del 15%, guarda ancora il 42% dei praticanti.
11. In merito alla **pratica organizzata**, svolta attraverso l'iscrizione a organizzazioni sportive, settembre costituisce una fase di transizione per cui risulta iscritto solo il 16% dei cittadini (un terzo dei praticanti totali) ma emerge una forte propensione all'iscrizione nel periodo autunnale (fino al 55%). Questa va tuttavia letta come la fotografia di un desiderio, più che come una previsione, che per essere attivato merita un'analisi della dimensione motivazionale, individuando leve e freni della pratica organizzata.
12. Tra i principali **killer dell'iscrizione** alle organizzazioni sportive si fa sempre più strada il tema dei costi, che, citato dal 28%, supera di misura il timore del contagio da Covid-19 che ha pesato di più nel 2021. A farne le spese potrebbero esserne soprattutto i giovani e il ceto fragile. Si registra inoltre già ora un 21% (+4 rispetto al 2020) di soggetti che affermano di aver ridotto le proprie spese sportive.
13. Passando alle possibili **leve motivazionali**, va segnalato che del 60% di soggetti che si dicono non intenzionati a iscriversi, soltanto la metà risulta inamovibile. Gli altri affermano invece che una riduzione dei prezzi, bonus e detrazioni fiscali, associati ad una maggiore flessibilità di orario, costituirebbero elementi dirimenti che potrebbero far cambiare loro idea.
14. Anche il **digitale** mostra un ruolo rilevante nella messa in movimento della cittadinanza, in particolare tra alcune fasce più fragili. In linea con il 2021 la quota di cittadini che praticano attività fisica e sportiva tramite servizi online è del 17%, ma sale a oltre il 30% tra chi soffre di patologie croniche, così come a oltre un quarto di coloro che si dicono particolarmente attenti alla salute e alla forma fisica. Tra **servizi preferiti** primeggiano le video-lezioni su Youtube e sui social, seguite da app per l'allenamento scaricate dall'e-market o legate all'organizzazione sportiva di riferimento. Anche in questo caso l'adesione di soggetti con disturbi cronici risulta molto elevata.

# SINTESI: Il diritto allo sport e il ruolo delle istituzioni

15. A detta dei cittadini il **diritto allo sport in Italia e tutt'altro che garantito**, per oltre 4 su 10 è un “diritto di pochi”. Le categorie più penalizzate risulterebbero le persone con difficoltà economiche, i disabili fisici e mentali e chi vive nelle aree più remote del Paese. Migliore risulta invece la situazione delle donne, di coloro che vogliono tenersi attive senza competere e dei praticanti gay ed Lgbtq.
16. Su fronte istituzionale, la proposta di inserire il **diritto allo sport in Costituzione** è conosciuta da pochi (solo il 5% ha chiaro di cosa si tratti). Pensando ai **soggetti che più degli altri dovrebbero impegnarsi** per garantire a tutti questo diritto vengono citati in primis sia il Governo centrale sia gli enti locali. Solo dopo compaiono le regioni, l'ordinamento sportivo e il sistema dell'istruzione.
17. L'importanza di garantire il diritto allo sport non è però associata al riconoscimento del suo ruolo strategico. Nonostante crescano le evidenze circa il potenziale sollievo generato dalla diffusione dell'attività fisica e sportiva sul bilancio del sistema sanitario in termini di prevenzione alla salute – secondo cui “1 euro per lo sport = 8 euro di risparmio per la sanità” – **l'investimento pubblico sullo sport** viene messo dai cittadini in secondo piano rispetto a quello invocato sul sistema sanitario.

# 1

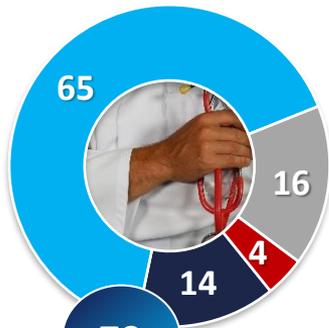
## **SALUTE, FORMA FISICA E RAPPORTO CON IL MEDICO**

# Sentirsi in salute, sereni e bene con se stessi

Una condizione stabile rispetto al 2020, favorita dalla posizione socio-economica e dal livello di attività fisica

Attualmente si sente..

...IN SALUTE



% MOLTO + ABBASTANZA

79

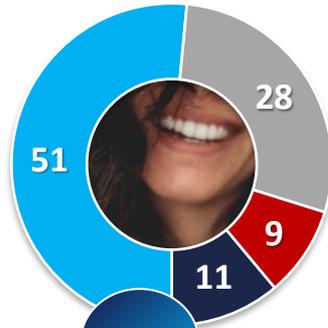
1% non sa

differenza da luglio 2020

=

Studenti	96
Generazione Z	89
Attivi	89
Ceti medio-alti	87

...SERENO/A



% MOLTO + ABBASTANZA

62

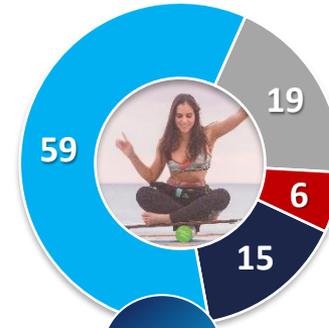
1% non sa

differenza da luglio 2020

=

Ceti medio-alti	76
Studenti	73
Attivi	71

...BENE CON ME STESSO/A



% MOLTO + ABBASTANZA

74

1% non sa

differenza da luglio 2020

+3

Attivi	84
Ceti medio-alti	83
Baby Boomer	79
Laureati	78

molto

abbastanza

poco

per nulla

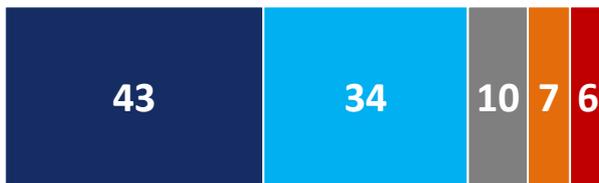
# La percezione delle proprie capacità fisiche

Uno su quattro ritiene di non essere in grado di fare attività fisica per più di 15 minuti, ma 1 su 3 è in grado di correre per 5 km.

Dietro ai due poli si celano profili socio-anagrafici molto diversi

*In questo momento lei sarebbe in grado di...*

*...fare attività fisica per più di 15 minuti*



**SOMMA NO  
O INCERTI**



Silent	55
con problemi di salute	52
ceti fragili	44
casalinghe	42
obesi	39
meno istruiti	35
pensionati	35
donne	29
residenti al Sud	27

- sicuramente sì
- credo di sì
- non saprei
- credo di no
- sicuramente no

*...correre continuativamente per più di 5 km*



**SOMMA SÌ**

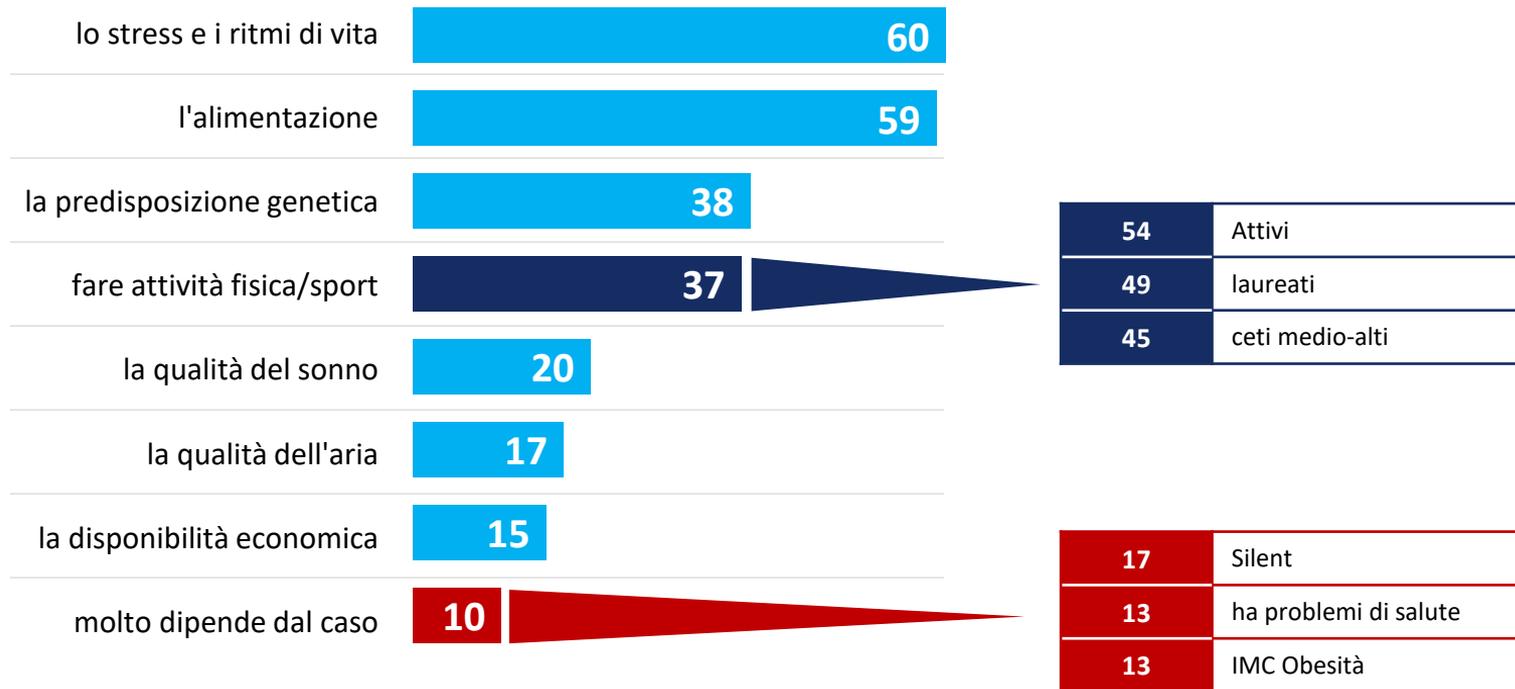


lavoratori autonomi	50
con figli minori	48
operai	45
uomini	44
Millennial	44
ceti medio-alti	41
laureati	41
grandi città	38

# I fattori determinanti lo stato di salute: il 37% cita l'attività fisica

Stress e alimentazione ritenuti i primi fattori di impatto sulla salute, seguono predisposizione genetica e attività fisica

Quali sono a suo avviso i principali fattori che determinano il fatto di essere o meno in salute? (3 possibili risposte)



# Sport e alimentazione: il ruolo del medico

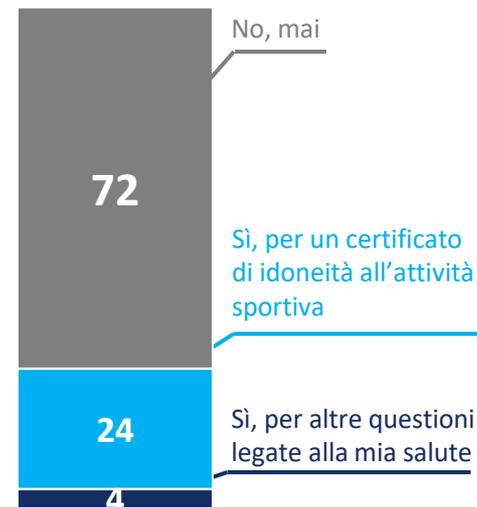
Prevale lo sprono generico a mangiare meglio e muoversi di più, più raro il suggerimenti di specifiche diete o attività fisiche /sportive.

Il medico dello sport entra in gioco quasi esclusivamente per i certificati di idoneità alla pratica sportiva.

*Nell'ultimo anno il suo medico di base...  
(possibili più risposte)*

		ha problemi articolari	ha altre patologie croniche
mi ha suggerito di avere un'alimentazione corretta	23	28	26
mi ha suggerito di fare attività fisica generica	19	25	21
mi ha inviato da un ortopedico / fisiatra / fisioterapista	14	35	18
mi ha suggerito di fare specifiche attività fisiche/sportive	9	8	14
mi ha suggerito una dieta specifica / determinati alimenti	8	8	10
mi ha inviato da un nutrizionista / dietologo / allergologo	7	11	14
mi ha inviato da un medico dello sport	5	3	10
nell'ultimo anno non ho parlato con il mio medico	20	13	12

*Negli ultimi 5 anni si è mai rivolto a un medico dello sport?*

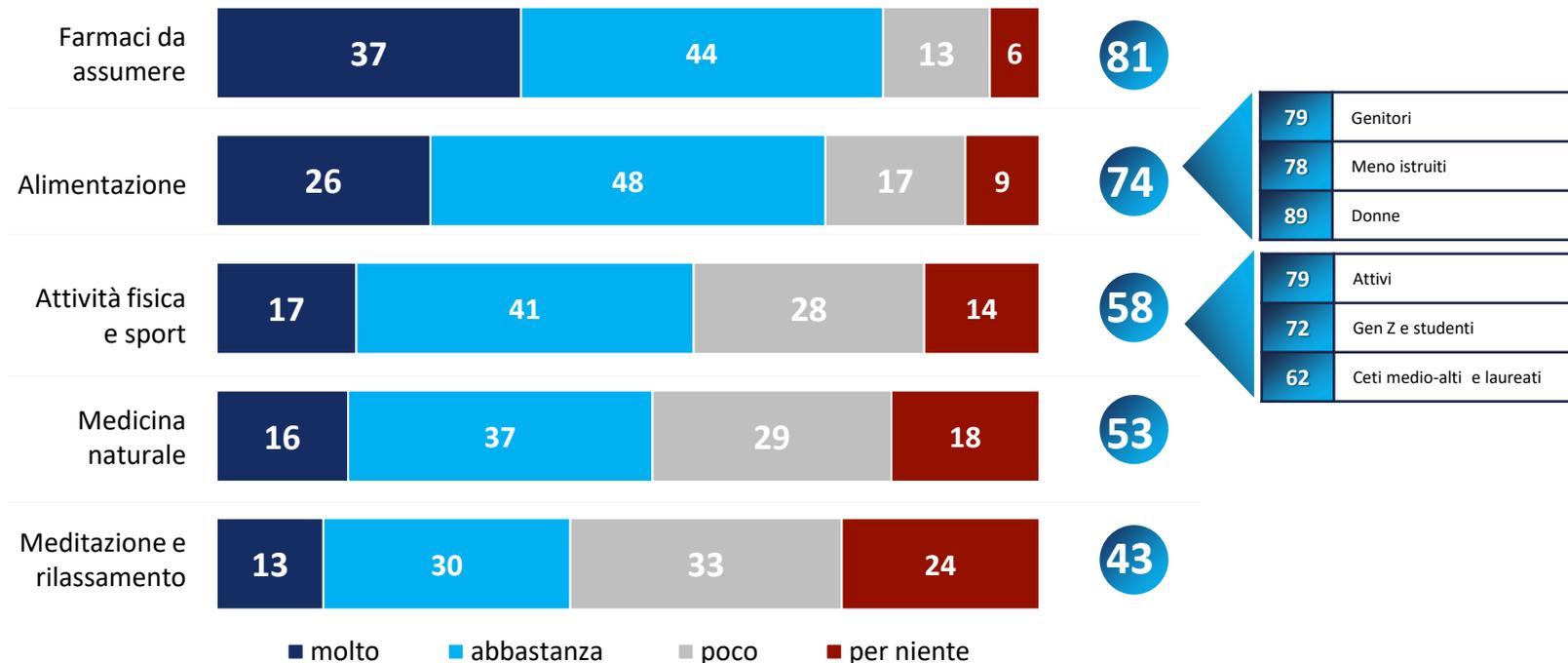


# Le informazioni attese dal medico di base: non solo i farmaci

La maggioranza vorrebbe avere indicazioni soprattutto sulla dieta, ma anche sullo sport. Interesse elevato anche verso medicina naturale, meditazione e tecniche di rilassamento.

Nei seguenti ambiti, quanto è interessato a ricevere informazioni e indicazioni dal suo medico?

Somma MOLTO + ABBASTANZA (%)



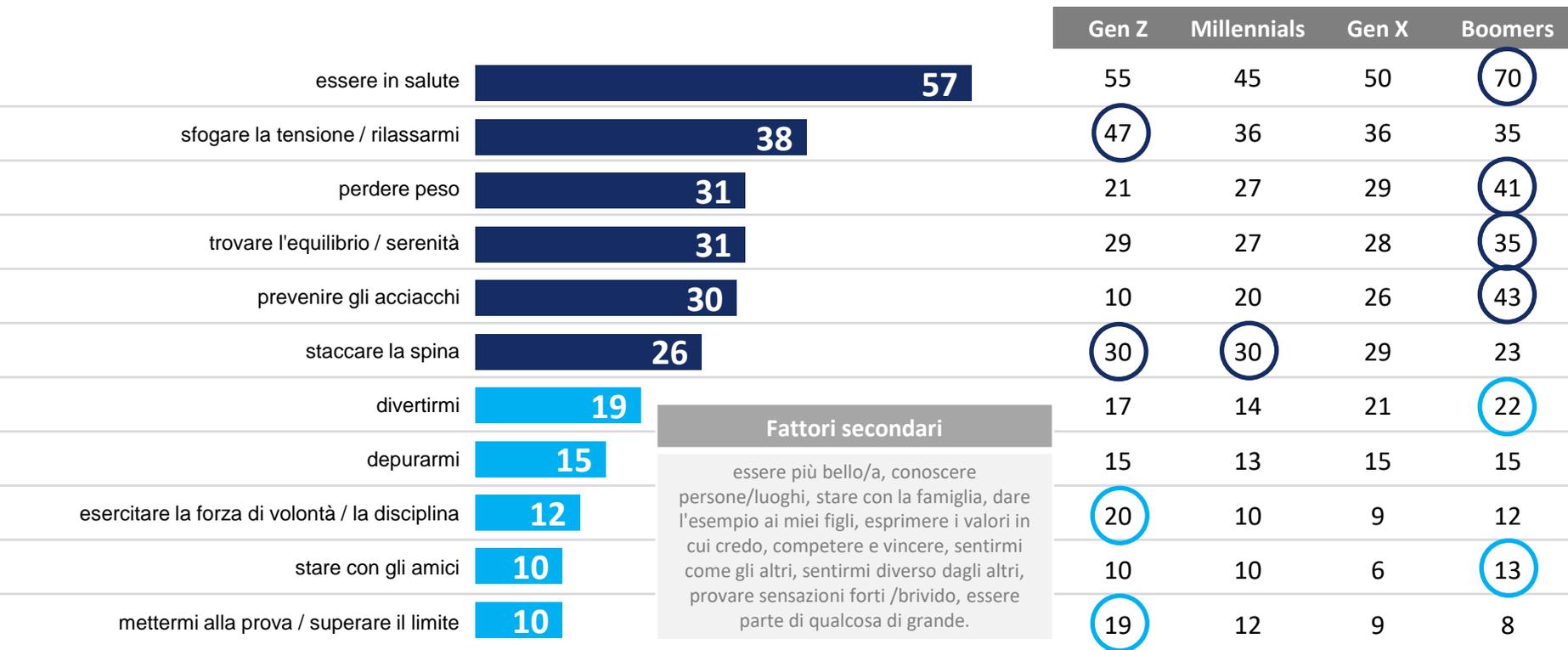
# 2

## **DENTRO L'ATTIVITÀ FISICA E SPORTIVA: COMPORTAMENTI E MOTIVAZIONI**

# Il senso dell'attività fisica e sportiva: 11 motivi per mettersi in moto

Al centro la salute, la prevenzione e il benessere psico-fisico, ma anche lo sfogo, il divertimento e la socialità.

Per lei fare attività fisica o sportiva è principalmente un modo per... (più risposte possibili)

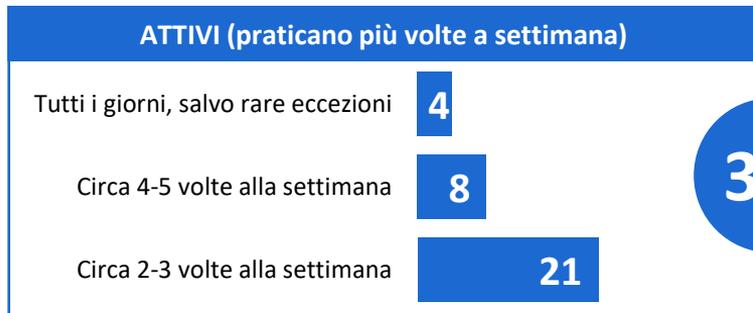


# Attività post-ferie: un terzo degli italiani si dice costante

Confermato l'impatto dell'età e del divide socio-economico: maggiore sedentarietà tra i meno istruiti, i meno abbienti e a rischio obesità

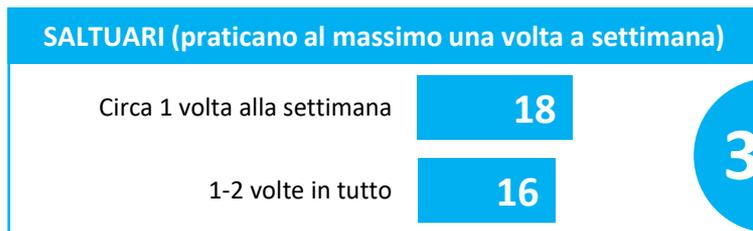
*Pensi all'ultimo mese. Quanto spesso ha praticato 30 o più minuti di attività fisica/sportiva in questo periodo?*

*In generale le attività fisiche si riferiscono a quelle attività svolte per almeno 10 minuti consecutivi che fanno respirare in modo più veloce del normale (il cuore aumenta i battiti e la temperatura corporea aumenta).*



**33%**

Gen Z	Studenti	Laureati	Ceto medio-alto	IMC Normopeso
44	47	42	39	37



**34%**



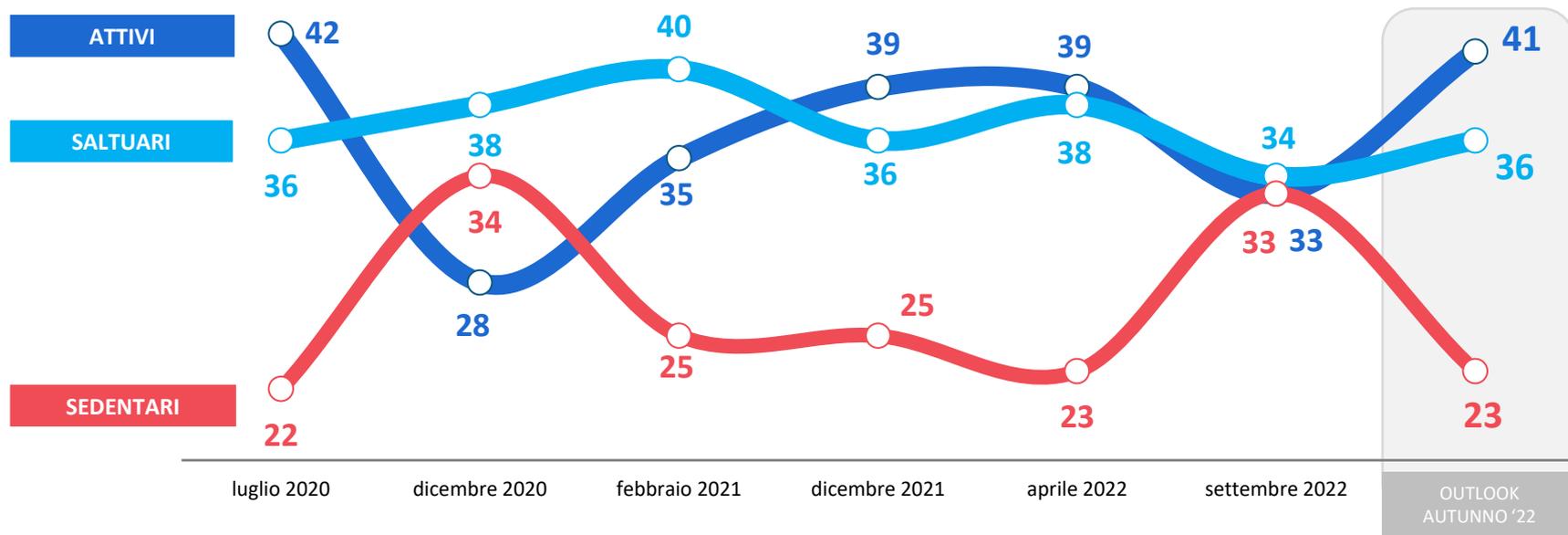
Silent	Donne	Meno istruiti	Ceto fragile	IMC Obesità
49	40	47	49	52

# Attività fisica e sportiva: trend stagionale e outlook autunnale

L'interruzione delle attività strutturate nel periodo estivo conferma il trend stagionale, con un +10% di sedentari.

La prospettiva autunnale tuttavia ricondurrebbe i sedentari allo zoccolo duro del 23%

*Pensi all'ultimo mese. Quanto spesso ha praticato 30 o più minuti di attività fisica/sportiva in questo periodo?/  
Pensi ora al periodo autunnale, da domani circa a fine anno, quanto spesso prevede di praticare 30 o più minuti di attività fisica / sportiva?*



# Analisi della sedentarietà

Oltre la metà dei sedentari non svolge attività fisica regolare da più di 3 anni o non l'ha mai svolta: a pesare l'età, ma anche altre condizioni di fragilità. Il 14% ha perso l'abitudine con la pandemia, mentre in un terzo dei casi si tratta di una sedentarietà momentanea.

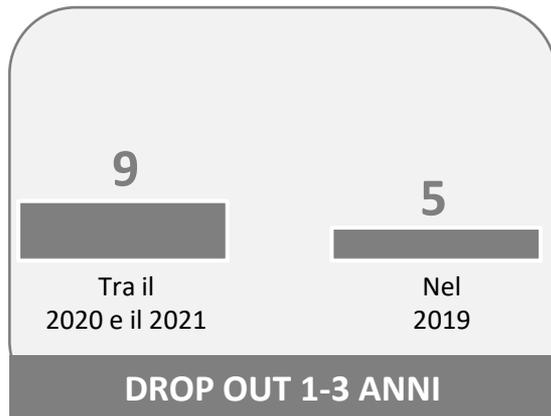
*E quando è stato l'ultimo periodo nel quale ha praticato attività fisica o sportiva almeno una volta a settimana?*

*(RISPONDONO I SEDENTARI, n = 669)*



34%

- Soggetti giovani
- studenti
- iscritti a centri sportivi,
- di ceto medio-alto istruito



14%

base dati debole  
(n = 80)



52%

- Soggetti anziani
- Condizioni di salute precarie e sovrappeso
- Ceti medio-bassi e meno istruiti
- Operai, casalinghe e pensionati
- Chi ha figli piccoli
- Residenti al sud e in piccoli centri

# I motivi della sedentarietà: il peso della rassegnazione

Quattro sedentario su dieci si ritengono troppo pigri per praticare, soprattutto nelle fasce sovrappeso, seguono la mancanza di tempo e le condizioni di salute tra i più anziani

Per quale motivo non pratica attività fisica o sportiva? (possibili 3 risposte)

(RISPONDONO I SEDENTARI, n = 669)

## I MOTIVI PRINCIPALI...



## ...E QUELLI SECONDARI

non trovo persone con cui praticare	6
perché non mi interessa	6
faccio un lavoro che vale come attività fisica	5
l'idea mi mette in imbarazzo	4
mai fatto, non saprei da dove cominciare	4
ho avuto brutte esperienze	1

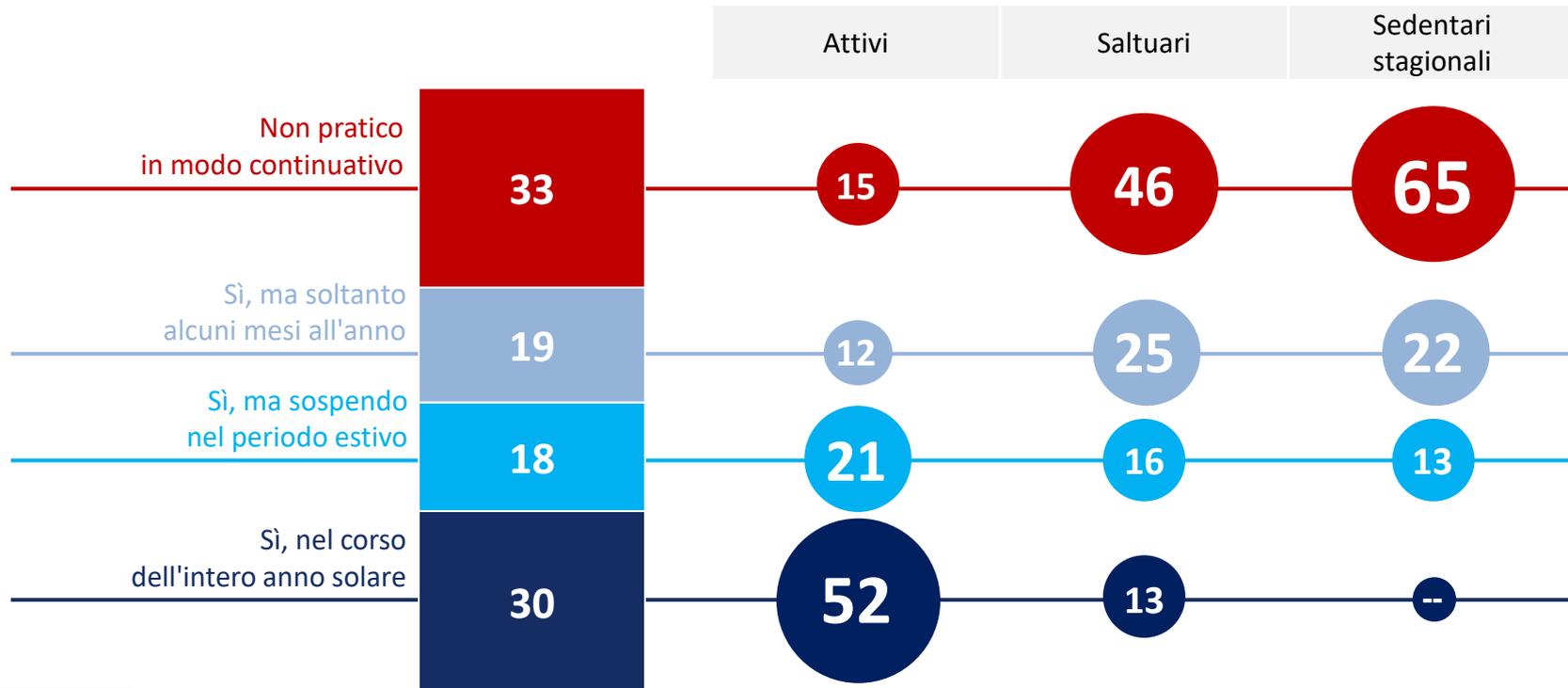
# La continuità della pratica sportiva: tutto l'anno solo 3 praticanti su 10

Concedendo la sospensione nel periodo estivo la pratica continua sale a quasi la metà dei praticanti,  $\frac{3}{4}$  degli attivi.

Tra i saltuari e i sedentari stagionali prevale una pratica discontinua o continua per qualche mese all'anno

*Lei pratica fisica e sportiva **IN MODO CONTINUATIVO?***

*(CAMPIONE TOTALE AL NETTO DEI SEDENTARI «DROP OUT» CHE NON HANNO PRATICATO ATTIVITÀ FISICA NEL 2022, n = 1.446)*



# Attività fisica e sportiva: le leve per aumentare la continuità

Oltre alla centrale leva economica (prezzi, sconti e detrazioni) si invoca una maggiore capillarità degli impianti sportivi

*Lei ha affermato che pratica attività fisica o sportiva con continuità soltanto in certi periodi dell'anno.*

*Cosa potrebbe spingerla a praticare in modo continuativo per 12 mesi l'anno? (possibili 3 risposte)*

*(RISPONDE CHI PRATICA CON REGOLARITÀ SOLO IN CERTI PERIODI DELL'ANNO, n = 537)*



## A CAMPIONE TOTALE

**22%**

Pratica con continuità 12 mesi all'anno

**27%**

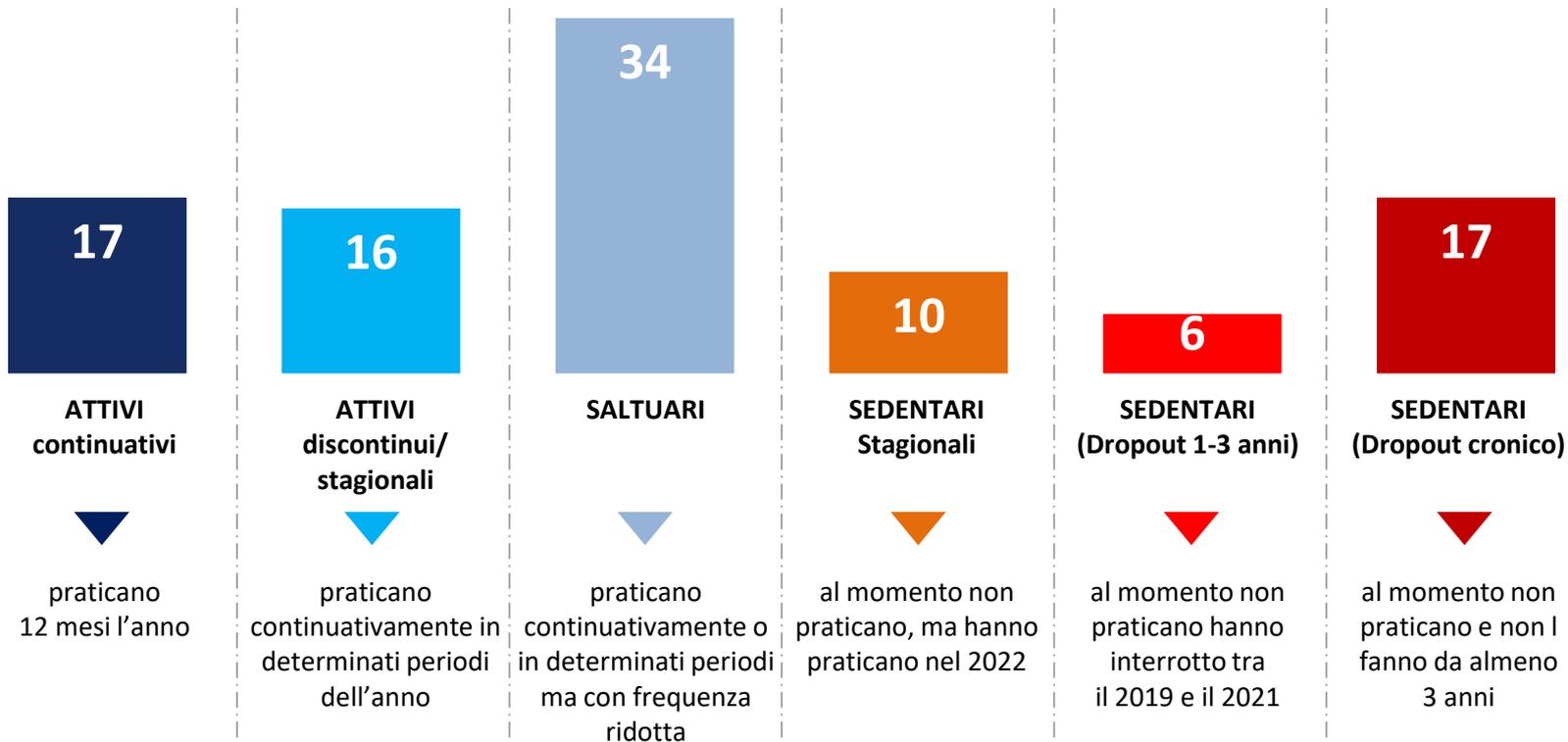
Pratica con continuità soltanto in alcuni periodi

**20%**

Potenzialmente attivabile 12 mesi all'anno

# Quadro di sintesi dell'attività fisica e sportiva

Una tipologia che tiene conto del livello di attività fisica e sportiva in prospettiva temporale



# 3

## **ATTIVITÀ FISICA E SPORTIVA: CONTESTI E LIVELLO DI STRUTTURAZIONE**

# Outlook autunnale sui contesti della pratica sportiva

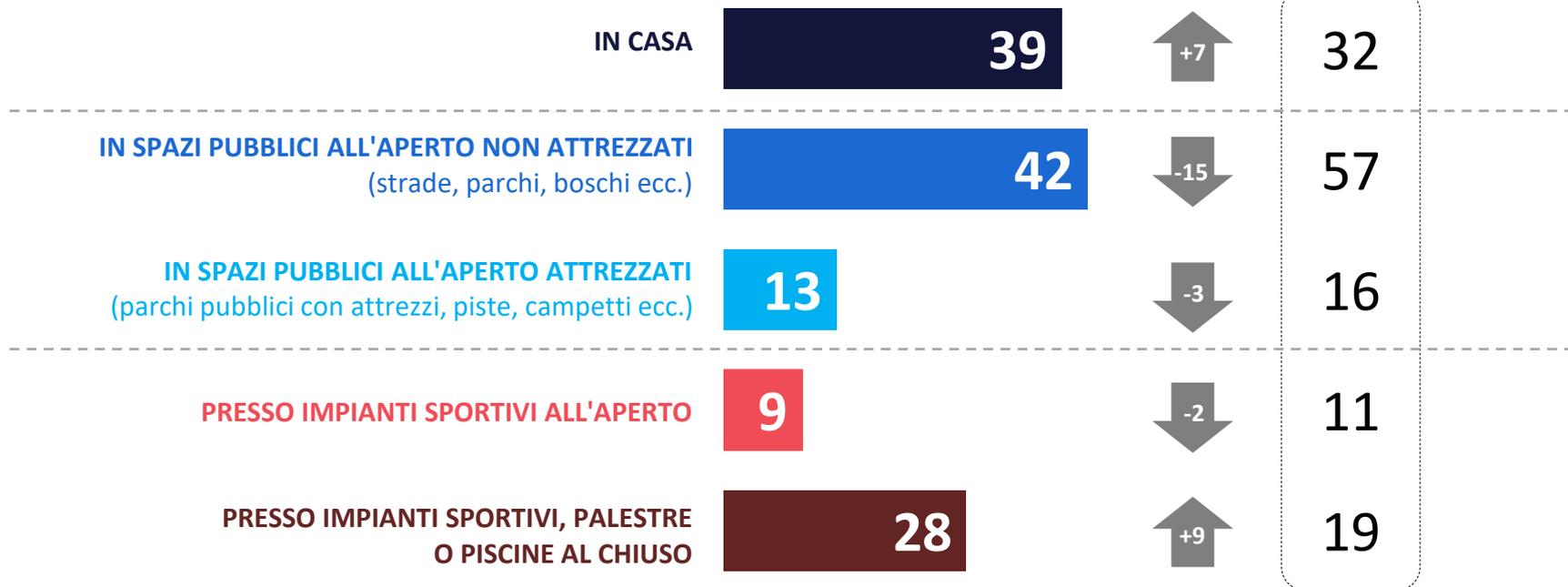
Rispetto alla primavera si prospetta un significativo rientro negli impianti sportivi indoor così come alla pratica domestica. Se da un lato si prevede di fare molta meno attività fisica nelle aree verdi non attrezzate, queste rimangono il contesto elettivo

*Sempre pensando all'autunno, dove prevede di svolgere attività fisica / sportiva? (possibili più risposte)*

*[Risponde chi prevede di praticare attività fisica in autunno, 77% del campione di cittadini]*

OUTLOOK AUTUNNO '22

Aprile 2022



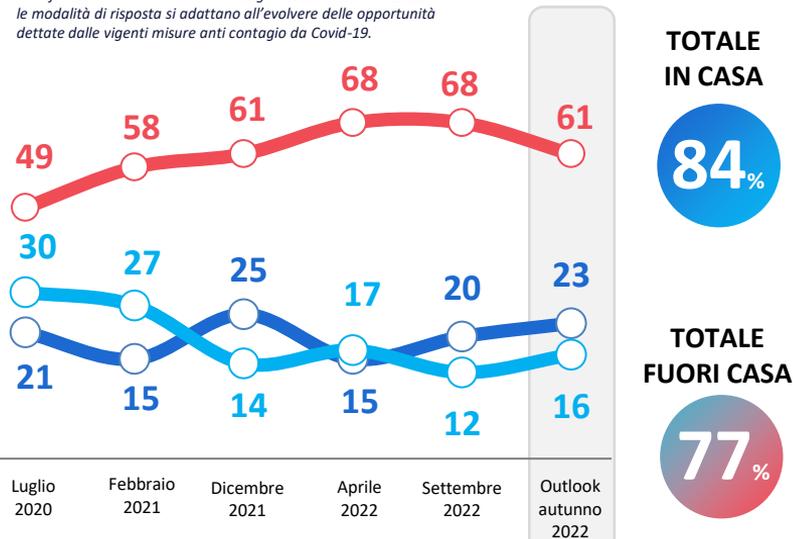
# I contesti dell'attività fisica negli ultimi 2 anni

In vista della stagione fredda si prevede una pratica fuori casa sui livelli di dicembre 2021.

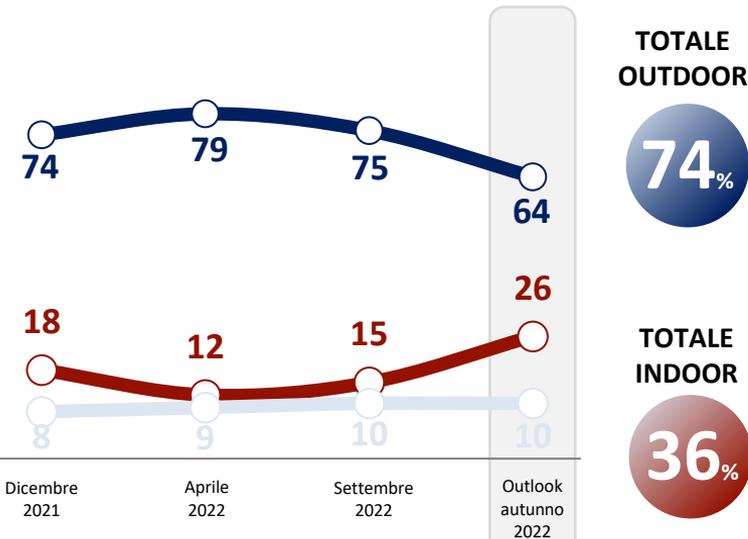
Anche tra chi prevede di uscire dalle mura domestiche, cresce la spinta alla pratica indoor, presso centri sportivi al chiuso

[RISPONDE CHI HA PRATICATO ATTIVITÀ FISICA NELL'ULTIMO MESE,  
67% del campione di cittadini]

\*Confronto indicativo con i dati di Luglio 2020 e Febbraio 2021:  
le modalità di risposta si adattano all'evolvere delle opportunità  
dettate dalle vigenti misure anti contagio da Covid-19.



[RISPONDE CHI HA PRATICATO ATTIVITÀ FISICA FUORI CASA NELL'ULTIMO MESE,  
54% del campione di cittadini]



SOLO  
IN CASA

SIA IN CASA  
SIA FUORI

SOLO  
FUORI CASA

solo fuori casa  
OUTDOOR

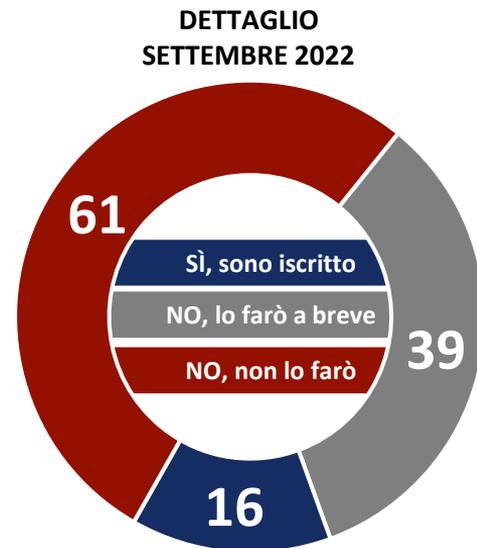
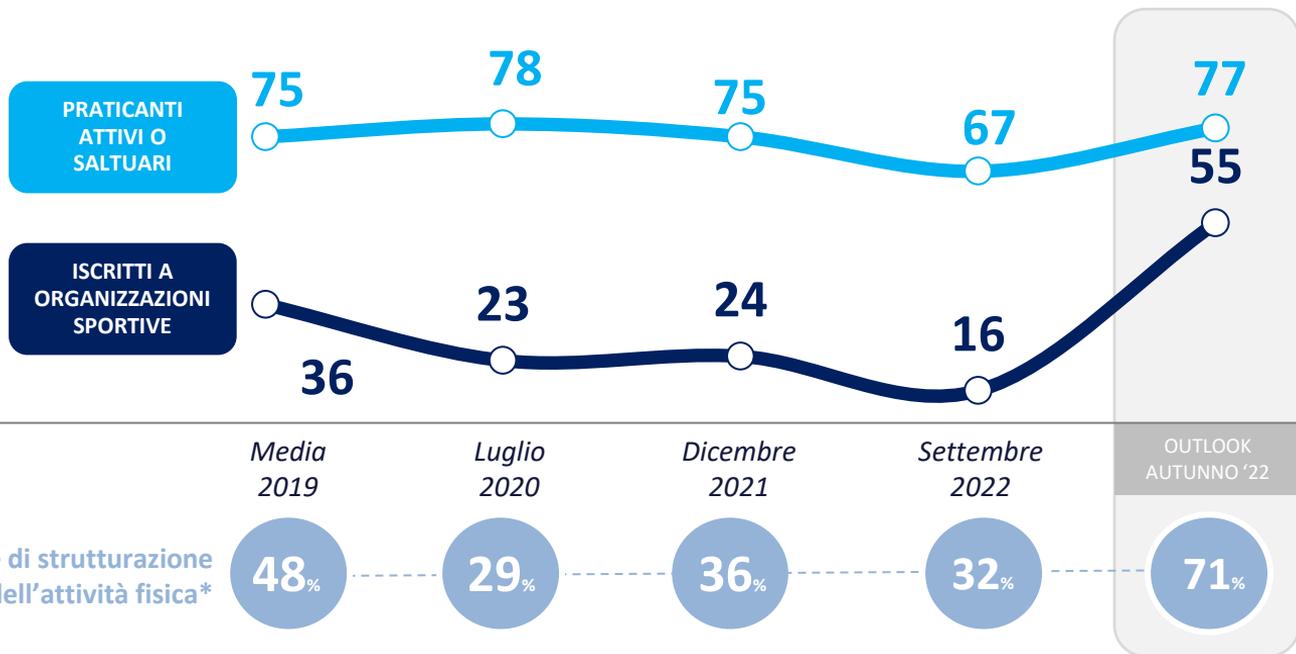
sia INDOOR  
sia OUTDOOR

solo in casa  
INDOOR

# Livello di strutturazione dell'attività fisica

L'estate registra un calo fisiologico, ma anche un forte spinta potenziale all'iscrizione in autunno

Lei è attualmente iscritto a un centro sportivo, palestra, piscina o servizi simili?



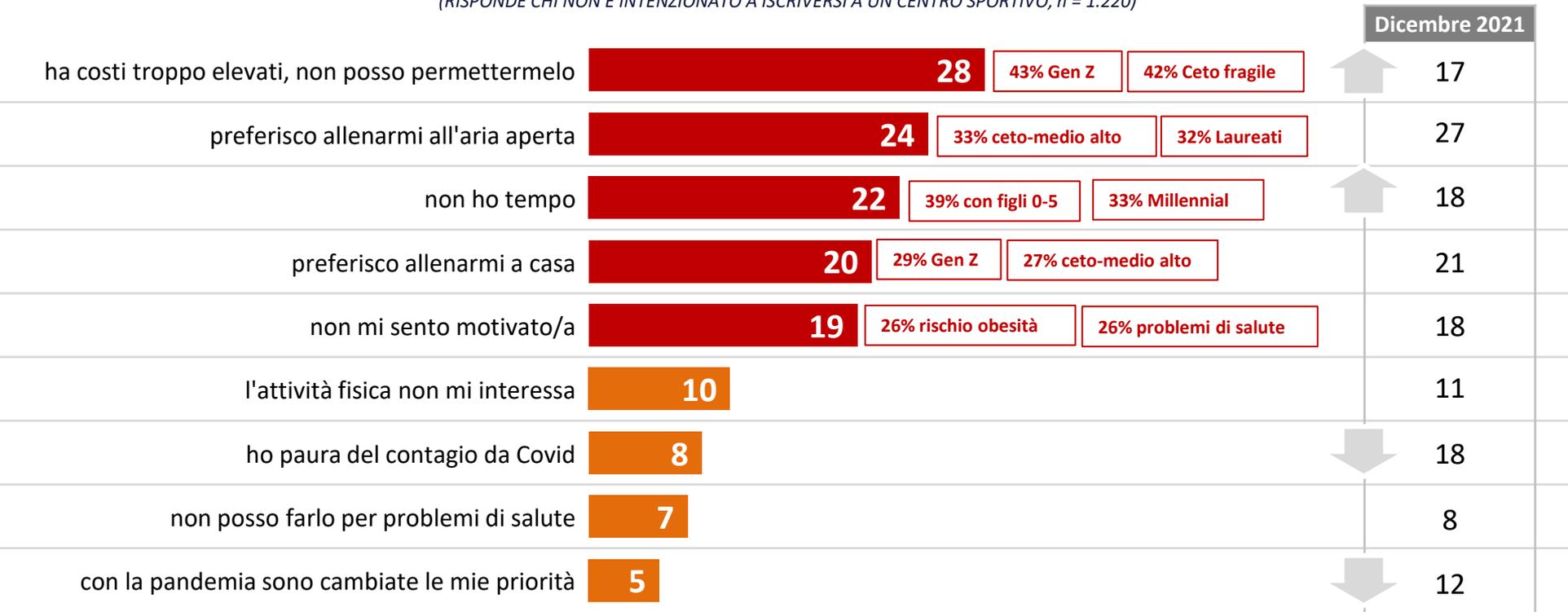
\*L'indice di strutturazione SWG è inteso come il rapporto tra iscritti a centri sportivi, palestre e piscine e il totale delle persone che svolgono attività fisica almeno saltuariamente

# I killer della pratica organizzata: in crescita il tema dei costi

Se a dicembre il primo killer delle iscrizioni era la paura del contagio, a settembre è invece la spesa

Per quali ragioni non è intenzionato a praticare attività sportiva presso centri sportivi, palestre o piscine? (3 possibili risposte)

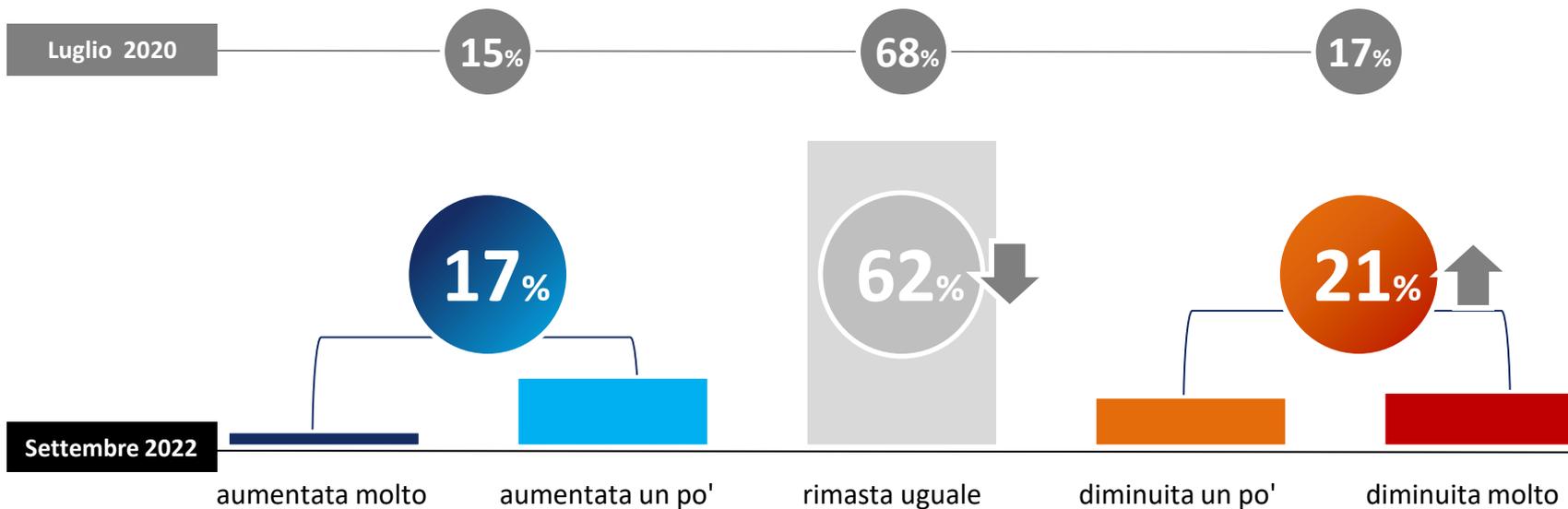
(RISPONDE CHI NON È INTENZIONATO A ISCRIVERSI A UN CENTRO SPORTIVO, n = 1.220)



# La spesa per l'attività fisica e sportiva rispetto al pre-Covid

Cresce la quota di coloro che affermano di aver contratto le spese, oggi sono oltre 1 su 5. Ma il 17% spende più di prima

*Rispetto a prima dell'emergenza Coronavirus lei ritiene che la sua spesa per l'attività fisica/sportiva sia aumentata o diminuita?*



# I driver dell'iscrizione: prezzi più bassi, sconti e flessibilità di orario

Solo la metà di chi si dice non intenzionato a iscriversi si dimostra inamovibile: a certe condizioni un terzo del campione ci potrebbe pensare

*Lei ha affermato che non intende iscriversi a un centro sportivo, palestra o piscina nei prossimi mesi.*

*Quali tra i seguenti elementi potrebbero farle cambiare idea, quali farebbero davvero la differenza? (possibili 4 risposte)*

*(RISPONDE CHI NON È INTENZIONATO A ISCRIVERSI A UN CENTRO SPORTIVO, n = 1.220)*

prezzi più bassi, sconti per famiglie ecc. **24**

bonus e detrazioni fiscali **18**

orari più flessibili **14**

presenza di centri sportivi  
più vicini a dove vivo/lavoro **9**

offerta dedicata a specifiche esigenze  
e condizioni di salute **9**

nuove forme di abbonamento/pacchetti di servizi **6**

un buon livello di sicurezza sanitaria  
(mascherine, green pass ecc.) **5**

non interessati/inamovibili **49**

## Fattori secondari

la garanzia che non vi siano restrizioni/chiusure, servizi online per l'allenamento a distanza, nuovi corsi, impianti sportivi nuovi e attrezzati, socializzazione, attenzione ai temi legati all'inclusione

Chi potrebbe essere convinto a iscriversi

**31%**

del campione totale

Profilo:

- Millennials
- Reddito medio
- Più istruiti
- Lavoratori autonomi
- Genitori di figli 0-5

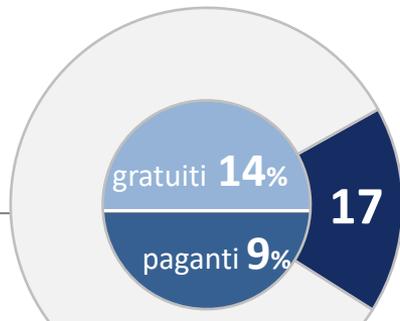
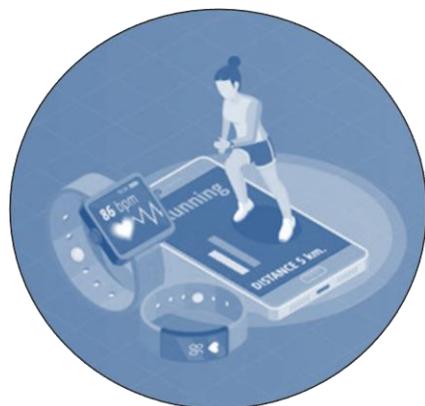
# 4

## IL RUOLO DEL DIGITALE NELLO SPORT

# La fruizione di servizi online per fare attività fisica

Il 17% degli italiani, stabile negli ultimi due anni, si dichiara fruitore di servizi online per l'attività fisica e sportiva. Oltre all'età giovanile, la propensione all'online pare legata in particolare alla presenza di disturbi cronici e all'elevata attenzione alla salute e alla forma fisica

*Lei attualmente utilizza servizi online per fare attività fisica e sportiva?*



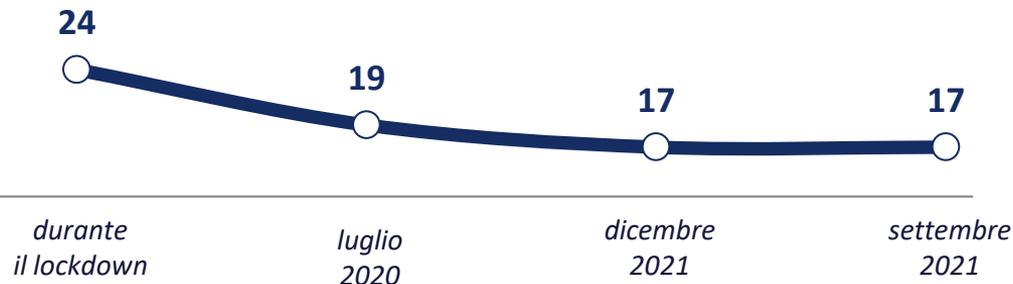
**Fruitori di servizi online per fare attività fisica**

Gen Z	28
Millennials	29
Gen X	18
Boomers	8

**32%** Tra chi soffre di disturbi e patologie croniche

**27%** Tra più attenti a salute e forma fisica

**ANDAMENTO NEL TEMPO**



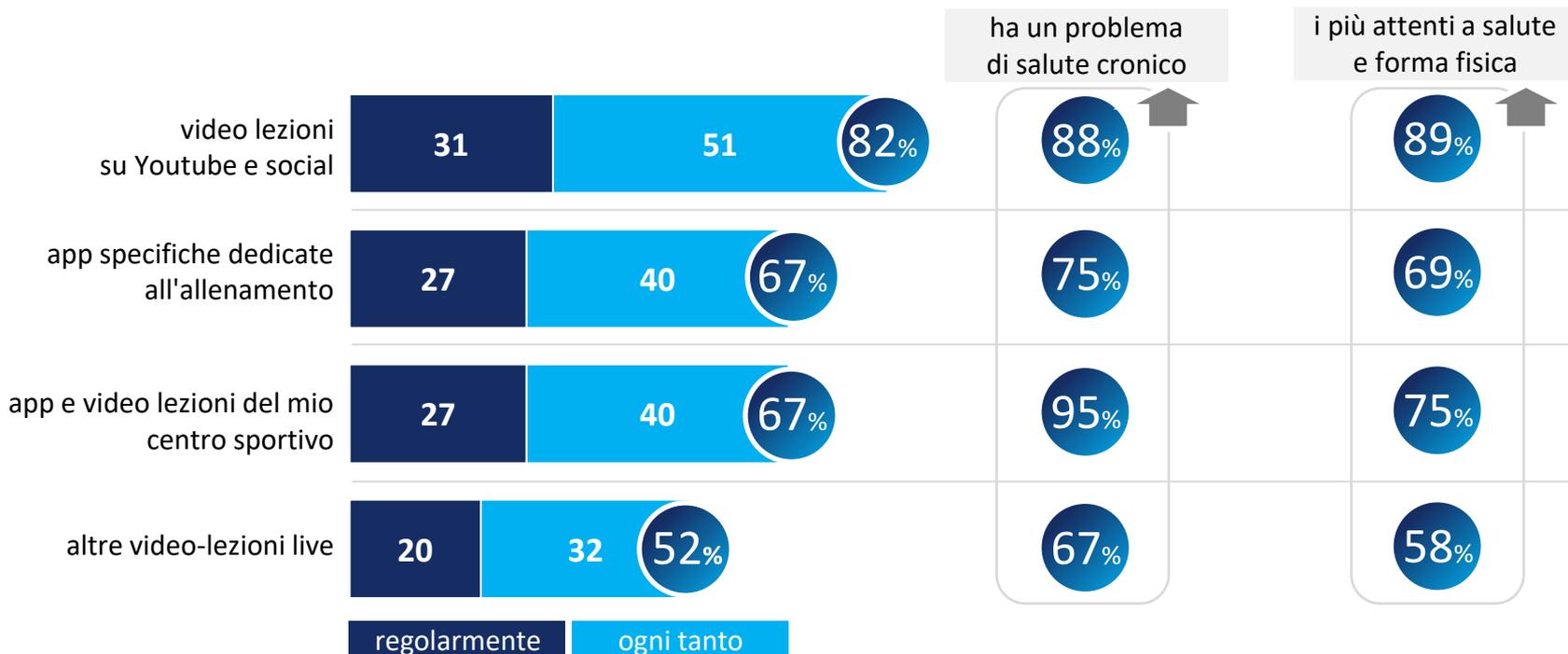
# La fruizione di servizi online per fare attività fisica

Tra i contenuti primeggiano video lezioni su Youtube e gli altri social, seguiti dalle app specifiche per l'allenamento.

Chi ha un problema di salute cronico utilizza di più tutti i tipi di servizi online per lo sport

Quali tipi di servizi online utilizza per fare attività fisica / sportiva?

(RISPONDE CHI USA SERVIZI ONLINE, n = 341)



# Smartphone e wearable: due terzi li utilizza per movimento e salute

Il contapassi è ormai uno strumento di massa, trasversale alle età. Seguono diversi strumenti di monitoraggio, valutazione e pianificazione

E lei utilizza le seguenti funzioni dello smartphone, dello smartwatch o di altri strumenti tecnologici indossabili per.. (possibili più risposte)

		Gen Z	Millennials	Gen X	Boomers	Silent
contare i passi	47	48	49	47	49	31
monitorare i parametri vitali	25	35	30	27	21	12
tracciare gli itinerari a piedi o in bici	23	26	24	23	25	7
valutare la qualità del sonno	17	20	22	21	12	10
monitorare i miei miglioramenti	13	18	18	13	9	6
seguire programmi di allenamento	12	23	15	14	6	2
ricevere consigli alimentari	10	14	16	10	8	5
no, nessuna di queste funzioni	35	27	28	32	40	59

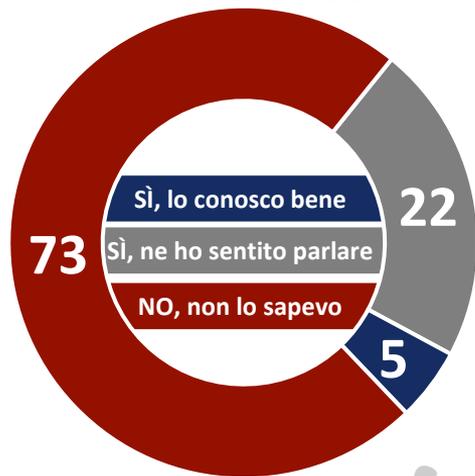
# 5

## DIRITTO ALLO SPORT E ISTITUZIONI

# Il diritto allo Sport: troppi ancora sono tagliati fuori

Solo il 16% lo ritiene pienamente garantito: penalizzato chi non ha soldi, i disabili e chi vive in aree remote. Meglio la situazione delle donne, di chi è interessato alla pratica non competitiva, dei praticanti gay ed lgbtq

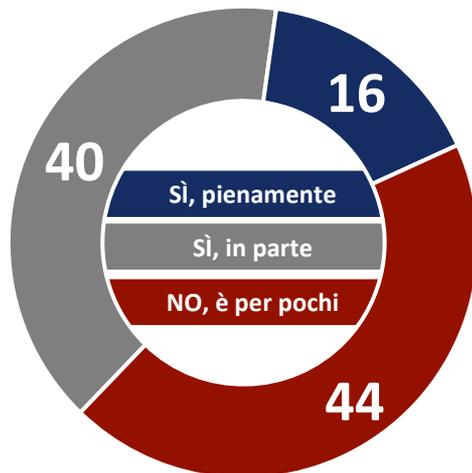
Lei era al corrente del fatto che a breve lo sport diverrà un diritto sancito dalla Costituzione Italiana?



**27%**

NE HA ALMENO SENTITO PARLARE

Ad oggi, ritiene che lo sport sia un diritto garantito per tutti i cittadini?



**84%**

TOT. DIRITTO NON PIENAMENTE GARANTITO



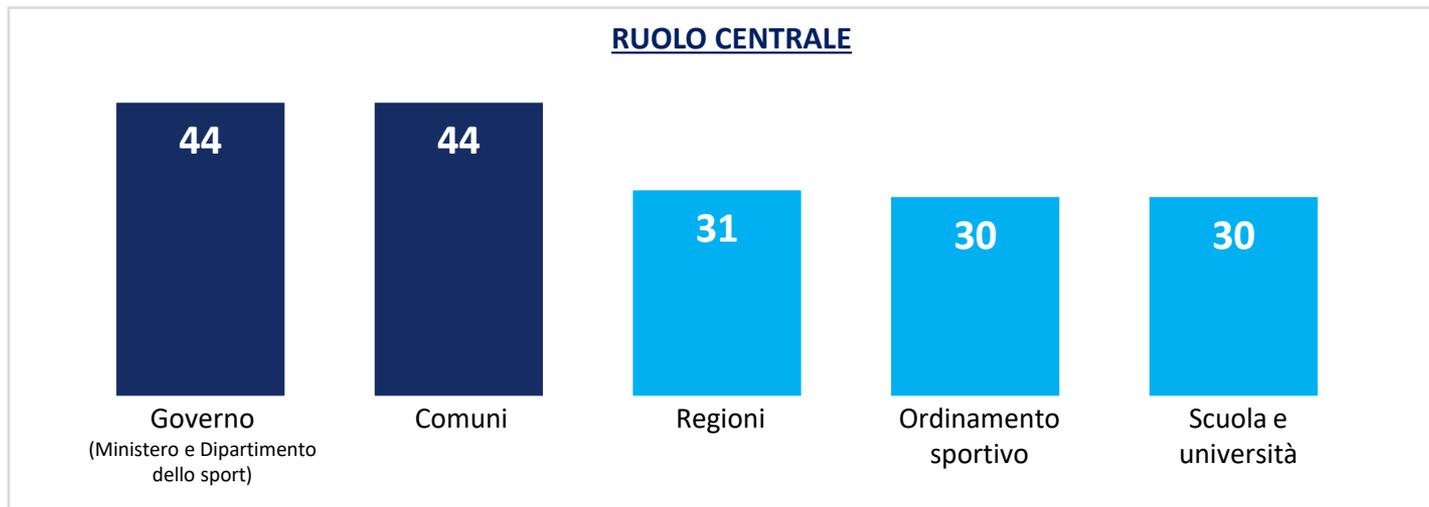
Secondo lei in Italia esistono **barriere/ostacoli** alla pratica sportiva per le seguenti categorie? (SOMMA MOLTE + ABBASTANZA)

in difficoltà economiche	66
disabili fisici	59
disabili mentali	57
residenti in aree remote	52
lavoratori con orari atipici	49
persone anziane	47
persone in sovrappeso	43
studenti e scolari	33
stranieri, minoranze etniche	33
gay ed LGBTQ	32
persone non competitive	30
donne	29

# Gli alfieri istituzionali del diritto allo sport

Invocato un ruolo di prima linea al Governo centrale e agli enti locali, seguiti dall'ordinamento sportivo e dal sistema educativo.  
Residuale il ruolo attribuito alle imprese private, sportive e non

E a suo avviso quali istituzioni dovrebbero essere in prima linea per garantire il diritto allo sport a tutti i cittadini italiani? Indichi le 3 principali.



**RUOLO MARGINALE**

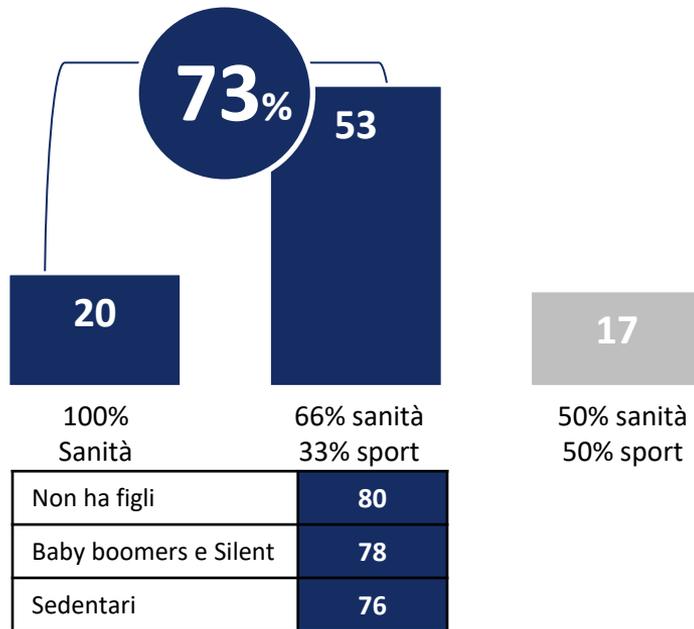
Grandi aziende	9	4	Banche e Big Tech
Chiesa	4	3	Associazioni datoriali
Partiti	4	3	Sindacati

# Potenziare la sanità o lo sport? La maggioranza guarda alla prima

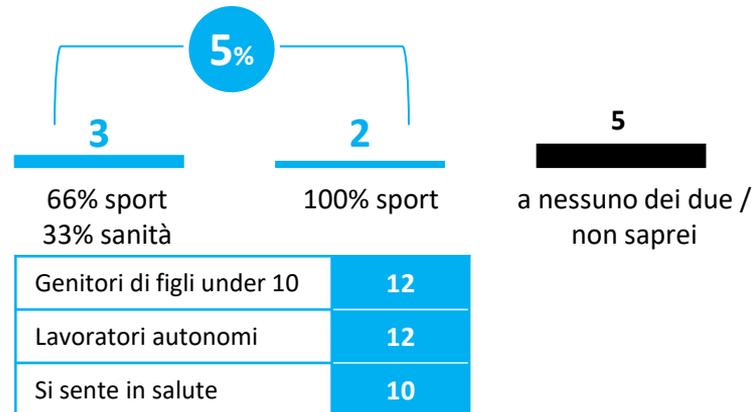
Nonostante le evidenze circa il sollievo generato dall'attività fisica e sportiva sul sistema sanitario, la spesa per lo sport fatica a essere percepita come un investimento strategico

*Immagini di essere al Governo e ricevere dall'Unione Europea 4 miliardi di euro da destinare alla sanità e/o allo sport, oltre ai fondi ordinari che i due settori già ricevono annualmente. Come distribuirebbe questi 4 miliardi aggiuntivi?*

## IN PREVALENZA ALLA SANITÀ



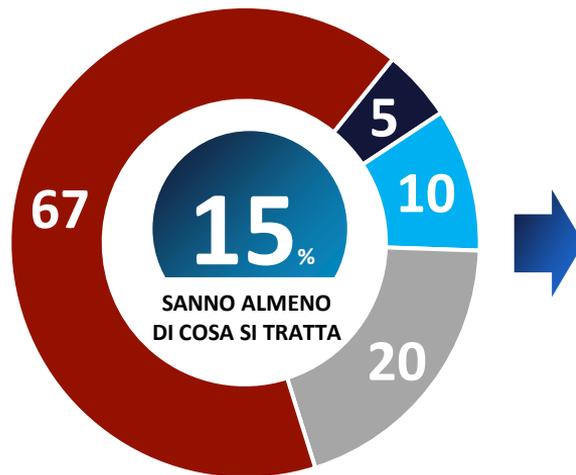
## IN PREVALENZA ALLO SPORT



# Awareness di Sport e Salute: il 15% sa di cosa si tratta

Dato 2022 stabile rispetto al 2021. Oltre ¼ dei cittadini iscritti a un organizzazione sportiva conosce Sport e Salute

Lei conosce la società SPORT E SALUTE?



SOPRA LA MEDIA

iscritti a una società sportiva	27%
genitori di figli minorenni	24%
Generazione Z	24%
Millennials	20%
Saltuari e Attivi	20%



 **SPORT**  
E SALUTE



**SWG**



**KRATESIS**

