

## Il corpo sportivo attraverso le politiche di controllo, il culto del corpo e la trasformazione dei modelli corporei

*Lavinia Falese*

*Ricercatore di Metodi e didattiche delle Attività Motorie  
Università degli Studi di Cassino e del Lazio Meridionale*

### Riassunto

Nulla è più personale del nostro corpo e la nostra rappresentazione del corpo è essenziale nella costruzione dell'identità individuale di ciascuno di noi. Il corpo, infatti, si colloca all'intersezione di natura e cultura, di individuo e società, di spazio e tempo, di materia e mente. Sottoposto al controllo sociale, è però anche il luogo dell'individualità, il substrato materiale dell'esistenza fisica, del pensiero e delle relazioni sociali. Nella riflessione qui proposta, si analizzerà il corpo sportivo o meglio sportivizzato partendo dal concetto di sportivizzazione intesa non solo come istituzionalizzazione e regolazione delle discipline, bensì come elaborazione e diffusione di stili di vita, modelli di comportamento e linguaggi ispirati alla complessa e mutevole cultura dello sport nelle sue connessioni con il più generale mutamento sociale. In questa indagine non si presterà attenzione soltanto a come il corpo sportivo viene solitamente rappresentato, cioè nella figura dell'atleta e del campione bensì anche a tutte le altre manifestazioni fisicamente e simbolicamente identificabili, argomentando come al mutamento del modello sportivo corrisponda una trasformazione dei modelli corporei. Dall'ideale del "corpo abile", docile e utile, forte ed efficiente, funzionale allo svolgimento delle attività previste dalle principali istituzioni moderne (lo Stato e la fabbrica), si passa al "corpo sensibile", piacevole e in forma, capace cioè di far sperimentare sensazioni e di proiettare un'immagine positiva di sé all'esterno in una società sempre più fondata sulle transazioni e sui servizi.

*Parole chiave:* corpo, sportivizzazione, identità

**Abstract.** *Sporty Body Through Control Policies. The Cult of the Body and the Transformation of Body Models*

Body is extremely personal and its image and representation is fundamental to develop individuals' identities. The body can be considered as an intersection between nature and culture, individual and society, space and time, mind and substance. Despite it is subjected to the social control, the body is the place for the development of individuality, personal thinking, behaviours and social relationships. In this paper, the sporting body will be analysed starting from the analysis of the "sportivization" process considered not only as sport institutionalization and regulation but also as lifestyles and development of behavioural models connected to the sport culture changes and the more general social changes. The changes in the sporting body ideal and the representation of the sporting body in the society will be the focus of this research.

*Keywords:* body, sportivization, identity

### 1. Introduzione

Nulla è più personale del nostro corpo e la nostra rappresentazione del corpo è essenziale nella stessa costruzione dell'identità individuale di ciascuno di noi. Il corpo, infatti, si colloca all'intersezione di natura e cultura, di individuo e società, di spazio e tempo, di materia e mente. Sottoposto al controllo sociale è, però, anche il luogo dell'individualità, il substrato materiale dell'esistenza fisica, del pensiero e delle relazioni sociali.

Attraverso la storia del corpo si può raccontare la storia dell'umanità, i suoi percorsi dalle comunità primitive alla civilizzazione, sino alla modernità e alla cosiddetta postmodernità.

Pierre Bourdieu (1987) ha definito il corpo “un linguaggio da cui siamo parlati”, una provocazione che ci spinge a voler capire che linguaggio parli il corpo sportivo. La comprensione sociologica del problema richiede, a sua volta, un altro chiarimento preliminare. Se vogliamo rispettare la raccomandazione di Norbert Elias (1982) a rifiutare ogni rappresentazione riduzionistica della società, bisogna assumere il punto di vista dell'azione sociale. Ogni azione sociale individua un proprio specifico spazio di azione, come il mercato per l'azione economica o le istituzioni per l'azione politica. Nello sport, come nella sessualità e nella malattia, lo spazio dell'azione sociale è occupato dal corpo.

Il corpo che definiamo “sportivizzato” è distinto dalla più banale definizione di corpo sportivo e costituisce un vero e proprio sistema di significati costruiti dall'azione sociale, cioè da quel tipo peculiare di azione sociale storica che Elias definisce “sportivizzazione” (Elias e Dunning, 1986).

La sportivizzazione è intesa non solo come istituzionalizzazione e regolazione delle discipline, nella loro transizione dai *loisir* aristocratici alle moderne pratiche sportive, bensì come elaborazione e diffusione di stili di vita, modelli di comportamento e linguaggi ispirati alla complessa e mutevole cultura dello sport nelle sue connessioni con il più generale mutamento sociale (Porro, 2001).

La medicina, l'igiene, le terapie cliniche, l'uso del corpo nel tempo libero, ma anche le regole imposte dalla moda o dalla pubblicità, i gusti alimentari e le discipline dietetiche si sono accompagnate e intrecciate ai processi della sportivizzazione e hanno contribuito a disegnare i corpi sportivizzati della modernità.

La storia sociale del corpo ci mostra come l'attuale cultura fisica intesa come l'insieme di rappresentazioni, valori, simboli, modelli, norme, pratiche inerenti il corpo, sia il risultato di un lungo processo di mutamento socioculturale attraverso il quale si è formata quella sensibilità che noi oggi percepiamo come naturale (il senso del pudore e dell'intimità, la soglia della vergogna, il “nudo domestico”<sup>1</sup>, i confini del gusto e del disgusto, ecc.)

Elias (1988) ha sottolineato come la trasformazione della cultura corporea, attraverso il processo di civilizzazione, sia uno dei canali privilegiati di affermazione della modernità. Il passaggio dalla società feudale medievale alla società di corte rinascimentale ha implicato

<sup>1</sup> Il sociologo Patrizio Paolinelli (2014) definisce il “nudo domestico” come «la rappresentazione della sensualità come liberamente circola dentro e fuori i media».

un raffinamento dei costumi nella direzione di un sempre maggiore autocontrollo corporeo, di un uso simbolico del corpo sulla base di complessi codici espressivi (l'etichetta) e di un'accettazione della violenza, che assume una forma mimetica, come nei nascenti sport moderni. In questo senso il corpo si socializza, perché diviene oggetto di regolazione sociale, ma al tempo stesso si individualizza, perché assume la valenza di un confine invalicabile dell'identità personale e sociale dell'individuo (Pasi, 1994).

È ancora Elias a spiegarci come attraverso lo sport sia possibile fondare una teoria sociale delle emozioni. Attraverso lo sport e le sue complesse e molteplici logiche di azione, il corpo sottoposto ai processi della civilizzazione è infatti permeato dal sociale. Questa intuizione contiene in sé una critica radicale alle epistemologie mentalistiche, da Platone a Cartesio, e si alimenta del contributo della psicoanalisi che distingue il corpo materia, il corpo interno (*Körper*), dal corpo esperienza, fonte delle eccitazioni (*Leib*). Il primo è il corpo materiale, visibile e tangibile, spazialmente esteso e dotato di una sua coerenza anatomica. L'altro è il corpo inteso come principio della vita, soggetto dell'individuazione. Il corpo, cioè, che viene influenzato dai paradigmi della corporeità sportiva descritti nei processi di sportivizzazione-civilizzazione.

Il corpo sportivizzato riflette dunque le forme sociali e i simboli della sportivizzazione occidentale, le loro relazioni con il potere e i media (Porro, 2013).

Esso è capace di assumere rappresentazioni e canoni esteriori differenti anche in base alle diverse discipline sportive, e, al tempo stesso, di utilizzare codici simbolici e comunicativi eterogenei e persino fra loro contraddittori.

Attraverso il corpo oggi si privilegia l'espressione del proprio sé individuale, autentico, svincolato dai ruoli sociali: il corpo come un luogo di libertà, dopo che una storia millenaria lo aveva relegato nella posizione di vincolo, zavorra, prigionia, tomba.

## **2. Lo sport moderno come razionalizzazione del corpo**

Gli sport moderni implicano una razionalizzazione dell'uso del corpo che ne disciplina le pratiche, sottoponendole a regolamenti, e lo espone a minori rischi di lesioni fisiche,

diminuendo la violenza diretta e punendo le trasgressioni. Tuttavia, sin dalle loro origini gli sport moderni risentono di un'ambivalenza (Elias, 1988). Da un lato essi costituiscono una delle tante espressioni del processo di civilizzazione della vita sociale, che comporta un crescente raffinamento dei costumi e della sensibilità (si pensi ad esempio al progressivo innalzamento della soglia del pudore), che, però, implica lo spostamento dell'espressione delle emozioni e della fisicità nella sfera privata e nell'interiorità, producendo un effetto di ingabbiamento per cui l'individuo moderno è chiuso in una sorta di armatura costituita dall'autocontrollo. Dall'altro lato, lo sport svolge una funzione di valvola di sfogo e allentamento del controllo e delle tensioni da stress, offrendo occasioni di esercizio fisico a una popolazione prevalentemente occupata in attività sedentarie<sup>1</sup>. Lo sport, infatti, genera emozioni e sensazioni forti, tipiche di situazioni stressanti, in un contesto soggetto a controllo, creando un effetto sia catartico, di sfogo dello stress, sia eccitante, di mantenimento di un livello gestibile e piacevole di tensione, senza con questo essere pericoloso per l'individuo e per l'ordine sociale. Si può parlare così dello sport come di un'invenzione tipicamente moderna che favorisce, all'interno di un contesto organizzato, la ricerca di un'attivazione emozionale al di fuori delle routine che genera tipologie diverse di piacere, da quello affettivo-sensoriale, relativo alla performance, a quello cognitivo, legato alle competenze, a quello estetico, legato al gesto sportivo (Dunning, 1999).

Lo sport moderno è dunque una forma di civilizzazione che esprime un mutamento nella sensibilità culturale. Uno dei tratti più rilevanti di questo processo può essere riassunto nell'opera di Guttman (1978) *Dal rituale al record*<sup>2</sup>. Il concetto di record espresso, rimanda a una cultura del corpo come materiale plasmabile che il duro lavoro dell'allenamento, e a volte l'assunzione di sostanze al limite del lecito, può trasformare all'infinito, spostandone in avanti i limiti e migliorandone le prestazioni. Attraverso l'affermazione di una nuova cultura del corpo, lo sport appare non solo un'espressione della civilizzazione, ma anche un

---

<sup>1</sup> L'origine stessa del termine "sport" sembra implicare quest'ambivalenza, in quanto Elias la fa discendere dal francese *desport*, ovvero diversione, cioè qualcosa che distoglie dalle attività ordinarie e che genera piacere.

<sup>2</sup> Secondo Guttman gli elementi che distinguono gli sport moderni sono: la razionalizzazione dello sport; l'affermarsi di un principio di eguaglianza tra i contendenti che tiene conto esclusivamente la prestazione misurata; la specializzazione della pratica sportiva; la creazione di un complesso apparato burocratico di gestione dello sport, dalle federazioni ai comitati alle commissioni a livello nazionale e internazionale; l'enfaticizzazione della misurazione della prestazione, per cui la dimensione quantitativa prende il sopravvento su quella qualitativa.

suo strumento, dal momento che ha contribuito al formarsi negli individui di una “mentalità” adeguata alle richieste del mondo moderno.

### **3. Verso un corpo individualizzato: la cultura sportiva post-moderna**

Lo sport permette all'individuo di riappropriarsi di una forma di regolazione del proprio corpo e di gestire autonomamente strategie di perseguimento e mantenimento del benessere fisico, in cui la finalità è di tipo soggettivo. Lo sport diventa così uno strumento di individualizzazione, ovvero un luogo in cui i soggetti possono costruirsi come individui dando forma al proprio corpo.

La persona sana attenta al proprio corpo è sempre esistita; i greci classici, esaltando il culto del corpo, crearono così dei canoni artistici tuttora validi. Anche al di fuori delle loro convenzioni artistiche, nessuna cultura successiva è stata così esplicita nella sua attenzione al corpo, se non la nostra. Sta rapidamente diventando evidente a milioni di persone che lo sport è un'invenzione troppo importante per essere riservata solo ad atleti dagli elevati risultati e all'industria che li circonda e sta iniziando a diventare ispirazione per una vita più piena e più felice (Mandell, 1989).

Lo sport allora si converte progressivamente da forma di educazione del cittadino a via d'accesso al successo e a un'esistenza piacevole. Questo spostamento di accento verso una pratica soggettiva di costruzione del corpo e del sé, rappresenta lo snodo del passaggio dalla prima modernità industriale alla fase attuale della modernità avanzata post-industriale.

Al mutamento del modello sportivo corrisponde, infatti, una trasformazione dei modelli corporei. Dall'ideale del corpo “abile”, docile e utile, forte ed efficiente, funzionale allo svolgimento delle attività previste dalle principali istituzioni moderne (lo Stato e la fabbrica), si passa al corpo “sensibile”, piacevole e in forma, capace cioè di far sperimentare sensazioni e di proiettare un'immagine positiva di sé all'esterno in una società sempre più fondata sulle transazioni e sui servizi.

Nel '900 lo sport subisce un incremento nella varietà di attività, nella popolarità e nella pratica e nelle motivazioni e declinazioni espressive, tanto che alcuni definiscono questo periodo come «era dello sport» (Pivato, 1994).

La cultura del narcisismo<sup>3</sup> che si diffonde intorno agli anni Settanta, prevede che le nuove pratiche della corporeità diventino gratificanti solo se si adattano ai bisogni strumentali degli individui mentre perdono attrattiva se vengono sottoposte a codici e imposizioni (Porro, 2001).

Che cosa è cambiato nell'universo sportivo contemporaneo? Perché accanto alle discipline sportive tradizionali si registra una sempre maggiore varietà di pratiche caratterizzate dalla ricerca di emozioni forti, di un'immersione nella natura, di evoluzioni fisiche al di fuori di schemi e di regolamenti consolidati?

A partire dagli anni '80 del XX secolo si è progressivamente diffusa una nuova cultura sportiva sulla scia di una pluralità di pratiche differenziate (Porro, 2006).

Tale fenomeno, confermato da recenti statistiche sulla pratica sportiva in Italia (CONI, 2014), trova spiegazione nella tendenza alla personalizzazione delle attività e alla ricerca di realizzazione e di autonomia personali nelle tipologie di pratica<sup>4</sup>. Questa personalizzazione conduce i soggetti a rivolgersi sempre più a strutture private favorendo un'estrema diversificazione delle pratiche e delle modalità di esercizio<sup>5</sup> (SWG, 2003; D'Arcangelo, 2013). È frequente, inoltre, la tendenza a “combinare” più pratiche tra loro, fenomeno che Pociello (1999) definisce «zapping sportivo».

Nello scenario sportivo attuale, accanto a pratiche che mantengono le caratteristiche tipiche della prima modernità, se ne affermano altre in cui viene meno la tradizionale competizione con un avversario per fare posto ad una sfida sia contro se stessi sia con gli elementi naturali, siano essi il vento, l'onda, la pendenza di una parete o la curva di una

---

<sup>3</sup> Christopher Lasch definisce «cultura del narcisismo» il bisogno di soddisfare i bisogni espressivi centrati sulla gratificazione dell'io e quindi egocentrici che cominciavano a manifestarsi sin dagli anni Settanta nel culto del fitness.

<sup>4</sup> I dati sulla pratica sportiva in Italia mostrano come negli ultimi 50 anni si sia assistito ad una crescita in termini di democratizzazione dell'accesso e di pluralizzazione delle attività fruibili, ma anche di affermazione di una pratica più libera, pensata su ritmi individuali e autonomi. Un dato fra tutti: il calo registrato dal CONI nei tesseramenti a partire dalla metà degli anni '90.

<sup>5</sup> In un'indagine demoscopica realizzata dall'istituto di ricerca SWG su un campione di sportivi si è registrato un dato storico: il superamento delle discipline sportive tradizionali (calcio e calcetto, 25,7%) da parte delle nuove pratiche sportive (fitness e body building, 39,9%).

pista, ecc. Alla prestazione e al risultato si sostituisce il piacere dell'attività, garantito dalla sperimentazione di sensazioni inusuali e dalla messa alla prova di sé in evoluzioni acrobatiche il cui valore estetico prevale su quello agonistico.

Anche se pensiamo all'offerta, in continua evoluzione, delle palestre di fitness, ritroviamo il valore dell'essere in forma inteso come il prodotto di un lavoro su di sé che non esclude però la dimensione del piacere, ma al contrario unisce sudore e divertimento. Nei nuovi sport all'aria aperta, invece, ciò che appassiona è il trovarsi faccia a faccia con la natura e le sue energie, con cui ci si misura nel duplice senso del termine, ovvero ci si confronta e si ricava la "misura" di se stessi, il proprio valore. In assenza di criteri ascrivibili che permettano di dare un solido fondamento all'identità personale e sociale, è attraverso le attività ludico-espressive da un lato e sportivo-avventurose dall'altro che si può costruire un'adeguata immagine di sé. Si tratta così di avere la certezza di essere autenticamente se stessi, in maniera provvisoria o durevole, interpretando il corpo come un "contenitore del sé" che permetta di trovare un limite fisico alla propria identità in assenza di limiti simbolici (Le Breton, 1995). La soddisfazione personale, ovvero la risposta a questa domanda di senso e di legittimazione ad esistere in modo pieno, conta dunque più del risultato in termini sportivi tradizionali.

Dall'agonismo si passa dunque alla sperimentazione, e la pratica sportiva nelle sue diverse forme diviene una modalità per costruire e/o manifestare il proprio Io, come una scoperta dei territori ancora selvaggi del proprio mondo interiore rappresentati da quelle potenzialità fisiche ancora inesprese che attendono di venire alla luce. Tale ricerca dell'identità però non si configura come un pellegrinaggio sulla falsariga degli itinerari spirituali religiosi, bensì come una esplorazione che enfatizza le dimensioni del piacere, dell'emozione, dell'improvvisazione, del gioco e della vertigine. Questa ricerca di elementi nuovi nella pratica sportiva può tradursi in una forma dura (come nei cosiddetti "sport estremi") oppure in una forma ludico-acrobatica (come nei cosiddetti sport di scivolata o *glisse*) o ancora in una forma ludico-ricreativa (come nel fitness e nelle attività autogestite come il *jogging* o il *walking*). Ma in tutti questi casi l'accento è posto sul piacere dell'attività stessa e non soltanto sul perseguimento di un risultato, e il risultato stesso viene valutato sulla base di criteri qualitativi più che quantitativi (lo stile più che il record).

Un'indagine dell'*American College of Sport Medicine* (Thompson, 2016), che si ripete ogni anno dal 2006, descrive le principali tendenze, a livello mondiale, relative alle attività di fitness.

Confrontando le classifiche degli ultimi dieci anni, è evidente come tale mercato sia in continua evoluzione e si nota una tendenza che sembra confermare quanto detto finora. Le discipline che enfatizzano piacere ed emozioni, come lo yoga ad esempio, vengono identificate come dei trend che sembrano destinati a persistere nel tempo.

È infine molto interessante notare come per il 2016/2017, in testa a tale classifica, troviamo l'attività fisica svolta con il supporto di dispositivi hi-tech indossabili, a dimostrazione di una emergente tendenza alla tecnologizzazione dello sport.

Lo sport dunque, nato come momento di festa, si è poi autonomizzato e specializzato, seguendo valori di concorrenza e competizione. Oggi sembra invece tornare a valori più edonistici di sviluppo personale e auto-realizzazione, di piacere e di socialità. A differenza però dei giochi premoderni, lo sport tardo moderno, da istituzione che incanalava i soggetti attraverso modelli d'identità e di comportamento predefiniti, si frantuma in una pluralità di attività che sottendono un ampio ventaglio di modelli culturali possibili.

In questa metamorfosi dello sport, il corpo, liberatosi dall'ossessione per il risultato e dai vincoli di rigidi regolamenti, acquisisce nuovi modi di comunicare e nuovi significati.

#### **4. Conclusioni**

Riassumendo, si può dunque affermare che la corporeità è uno dei linguaggi attraverso cui si esprime la vita sociale e a cui gli individui attingono per dare forma alla propria identità personale.

Alcuni autori hanno parlato di una visione "somatizzata" della vita sociale<sup>6</sup> (Turner, 1992), per cui nel corpo trovano espressione conflitti, ansie, paure, ma anche successi, valori e miti della società contemporanea. L'idea del corpo fisico come metafora del corpo sociale (Douglas, 1979) quindi è ancora valida, ma con una nuova accezione: il corpo non

<sup>6</sup> Lo studioso inglese Bryan Turner parla di "società somatica" per indicare come oggi i principali temi dell'agenda politica e personale sono problematizzati ed espressi nel corpo.



rappresenta soltanto l'immagine o la mappa dei punti di vulnerabilità e di pericolo della società, ma è anche un simbolo della capacità dei soggetti di assumere positivamente dei rischi e di ampliare il proprio orizzonte di esperienze. Si diffonde un orientamento flessibile verso la vita, per cui i limiti sono solamente un confine provvisorio che attende di essere spostato e il soggetto è responsabile di quello che vuole essere. Al principio della regolazione, che ha rappresentato nella prima modernità il paradigma dominante in campo sociale, e conseguentemente anche in quello sportivo, si affiancano valori tipicamente post-materialistici dell'autorealizzazione attraverso il recupero delle emozioni, dell'espressività, della ludicità e della spontaneità. Siamo di fronte ad un corpo insomma pienamente individualizzato, di cui cioè il soggetto si occupa, e spesso si preoccupa, in prima persona e in piena autonomia: il corpo quindi come primo luogo di esercizio del fondamentale diritto e dovere all'autodeterminazione e all'autogratificazione.

La padronanza e la coscienza del proprio corpo, spiega Michel Foucault in un'intervista del 1972<sup>7</sup>, sono state raggiunte attraverso l'investimento del corpo da parte del potere: la ginnastica, gli esercizi, lo sviluppo muscolare, la nudità, l'esaltazione del corpo perfetto, sono frutto di un lavoro ostinato e meticoloso. Ma, dal momento in cui il potere ha raggiunto il suo obiettivo, emerge la rivendicazione del proprio corpo contro il potere e il disciplinamento (Dini, 2006).

In questo mutamento di scenario, lo sport ha cambiato ruolo e significato divenendo un libero mercato di attività che rispondono agli interessi puramente soggettivi dei praticanti/consumatori. Lo sport, da veicolo di un'identità collettiva, diviene repertorio simbolico di una pluralità di modelli e pratiche a cui i soggetti possono attingere per costruire la propria identità. Si assiste ad un'esplosione di forme di corporeità disponibili, fruibili e attivabili sotto forma di esperienze e attività componibili.

Che cosa offrono dunque le nuove pratiche sportive all'individuo contemporaneo? Esse riportano la vita sociale ad una sfida corpo a corpo con la realtà, ad una messa alla prova di se stessi in termini fisici. Come ricorda Le Breton (1995), oggi ci sono molte persone che puntano sulla molteplicità delle esperienze, sul *carpe diem*, sulla ricerca dell'intensità e della brevità dell'azione.

---

<sup>7</sup> Nell'intervista per la rivista *Quel Corps*, l'autore descrive le relazioni tra volontà, corpo e potere.

Dal percorso analizzato si vede chiaramente come la concezione di “corpo” sia andata mutando nel tempo e come questa rispecchi perfettamente la società e la cultura nel cui contesto è collocata. Oggi inoltre si va affermando sempre di più l’idea di un corpo influenzato dalla tecnologia e di corpo “virtuale”, un corpo che può essere modificato geneticamente o rimodellato con nuove tecnologie farmacologiche e di chirurgia plastica, o manipolato nell’immagine attraverso i videogames.

A questo punto non resta che un interrogativo: cosa rimane del corpo?

Ma una questione così impegnativa delinea un ampio filone di ricerche multidisciplinari o interdisciplinari, i cui risultati daranno indicazioni molto utili per il lavoro dei professionisti delle scienze umane, sociali e della salute.

## **Bibliografia**

- Bourdieu P. (1987). *Il corpo tra natura e cultura*. Milano: Franco Angeli.
- CONI (2014). *Lo sport in Italia. Numeri e contesto*. Roma: Centro Studi e Osservatori Statistici per lo Sport.
- D’Arcangelo E. (2013). La pratica sportiva in Italia: sviluppo, tendenze e criticità. *Rivista Trimestrale di Scienza Dell’amministrazione*, 1: 133. DOI: 10.3280/sa2013-001008.
- Dini V. (2006). La disciplina del corpo. In: Rauty R., a cura di, *Le contraddizioni del corpo: presenza e simbologia sociale*. Milano: FrancoAngeli.
- Douglas, M. (1979). *I simboli naturali. Sistema cosmologico e struttura sociale*. Torino: Einaudi.
- Dunning E. (1999). *Sport matters. Sociological studies of sport, violence and civilization*. London-New York: Routledge. DOI: 10.4324/9780203025291.
- Elias N. (1982). *La civiltà delle buone maniere*. Bologna: Il Mulino.
- Elias N. (1988). *Il processo di civilizzazione*. Bologna: Il Mulino.
- Elias N., Dunning, E. (1986). *Quest for Excitement: Sport and Leisure in the Civilizing Process*. Oxford: Blackwell.

- Foucault M. (1972). Potere-corpo. In Fontana A., Pasquino P. (1977), a cura di, *Microfisica del potere*. Torino: Einaudi.
- Guttmann, A. (1978). *From Ritual to Record The Nature of Modern Sports*. New York: Columbia University Press. DOI: 10.1017/S0021875800007167 (trad. it: *Dal rituale al record. La natura degli sport moderni*. Napoli: ESI, 1994).
- Lasch C. (1979). *The culture of Narcissism*. New York: Norton & Co.
- Le Breton D. (1995), *Passione del rischio*. Torino: EGEA.
- Mandell R. D. (1989). *Storia culturale dello sport*. Bari: Laterza.
- Paolinelli P. (2014). *Spogliare il corpo, vestire lo sguardo. Il lavoro del nudo domestico*. Catania: Bonanno.
- Pasi F. (1994). *The Consuming Body*. London: Sage. DOI: 10.4135/9781446250648.
- Pivato S. (1994). *L'era dello sport*. Firenze: Giunti.
- Pociello C. (1999). *Les cultures sportives: pratiques, représentations et mythes sportifs*. Paris: Presses Universitaires de France - PUF. DOI:10.3917/puf.poci.1999.01.
- Porro N. (2001). *Lineamenti di sociologia dello sport*. Roma: Carocci.
- Porro N. (2006). *L'attore sportivo*. Bari: La Meridiana.
- Porro N. (2013). *Movimenti collettivi e culture sociali dello sport europeo. Le stagioni della sportivizzazione*. Catania: Bonanno.
- Thompson W.R. (2016). Worldwide survey of fitness trends for 2017. 10th Anniversary Edition. *ACSM's Health & Fitness Journal*, 20, 6: 8. DOI: 10.1249/FIT.0000000000000164.
- Turner B.S. (1992). *Regulating Bodies. Essays in Medical Sociology*. London-New York: Routledge.
- Weber R., SWG, Nomisma (2003). *Dentro lo sport. Primo rapporto sullo sport in Italia*. Milano: Edizioni il Sole 24 ore.