

Giornata Nazionale dello Sport

L'attività sportiva in Trentino

Aumenta il numero di chi pratica sport nel tempo libero in

Trentino. Nel 2023 il 47,8 per cento della popolazione trentina dichiara di praticare nel tempo libero uno o più sport con continuità o saltuariamente (in crescita rispetto al 43,4% del 2013). Questa quota è stabilmente superiore al Nord-est (45,2% nel 2023) e alla media nazionale (36,9% nel 2023).

47,8%

dei residenti in
Trentino pratica
sport

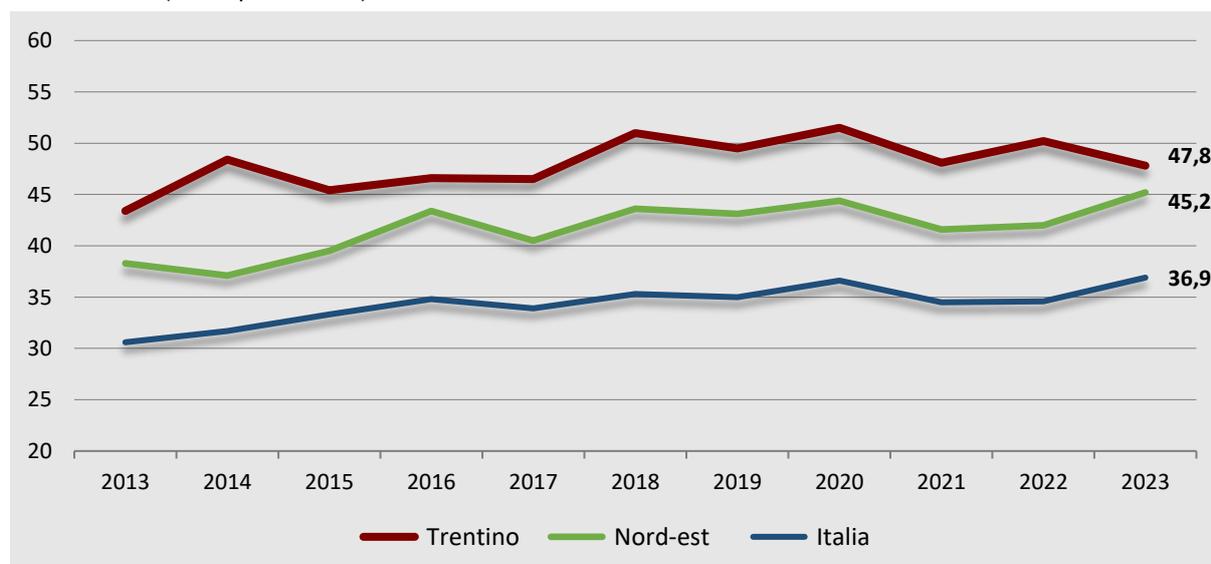
55,7%

degli sportivi
svolge più di due
ore di attività alla
settimana

In crescita anche il numero di ore dedicate all'attività sportiva.

Tra chi pratica sport, nel 2023 il 35,7% svolge fino a due ore di attività in una settimana, un livello analogo al 2013 (36,3%). Il 30,9%, invece, svolge dalle due alle quattro ore e il 24,8% più di quattro ore, un chiaro aumento rispetto ai corrispondenti valori del 2013 (rispettivamente 20,1% e 20,8%).

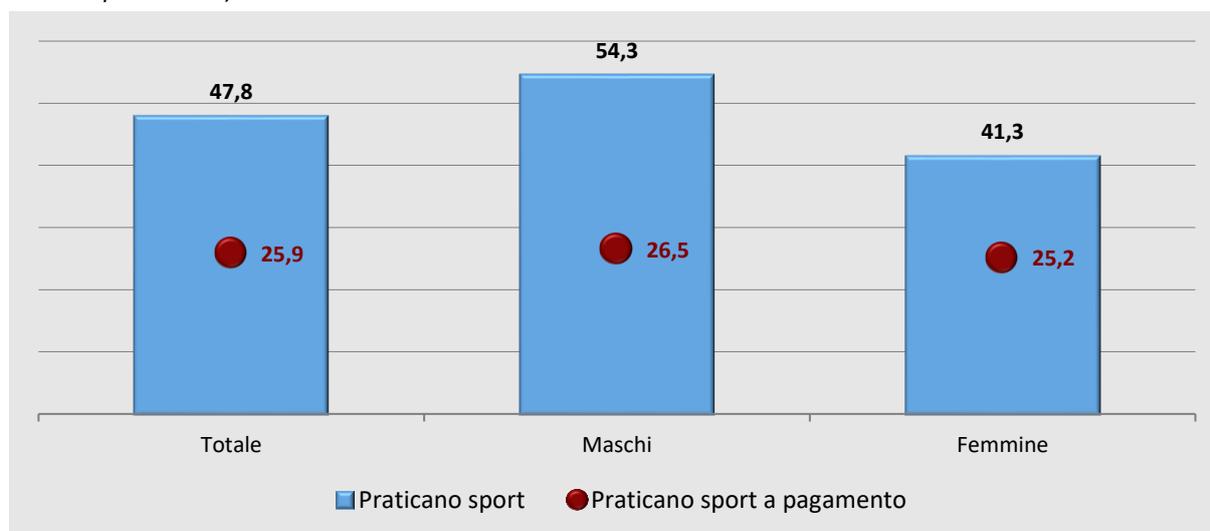
Fig. 1 – Quota di popolazione (da 3 anni in su) che pratica sport in modo continuativo o saltuario. Anni 2013-2023 (valori percentuali)



Fonte: Istat, Aspetti della Vita Quotidiana – Elaborazione ISPAT

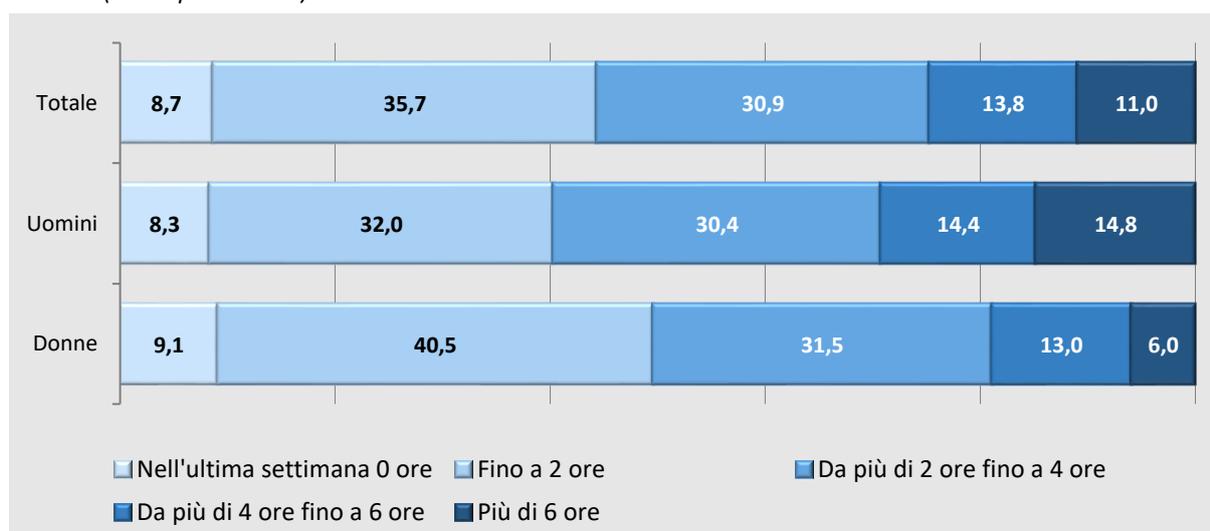
Genere e attività sportiva. Nel 2023 in Trentino una percentuale maggiore di uomini pratica sport rispetto alle donne (54,3% vs 41,3%), ma la quota di coloro che praticano sport in luoghi a pagamento, oppure frequentano lezioni private o corsi di sport a pagamento oppure pagano una retta per l'iscrizione ad un circolo o club sportivo (per brevità indicati come persone che "praticano sport a pagamento") è simile tra uomini e donne (uomini 26,5%, donne 25,2%). Guardando alla frequenza con cui si fa sport, tra gli uomini la quota di chi pratica molto sport (oltre 6 ore a settimana) è maggiore rispetto alla corrispondente quota tra le donne (uomini 14,8%, donne 6%).

Fig. 2 – Persone che praticano sport per genere e modalità libera/a pagamento. Trentino, anno 2023 (valori percentuali)



Fonte: Istat, Aspetti della Vita Quotidiana – Elaborazione ISPAT

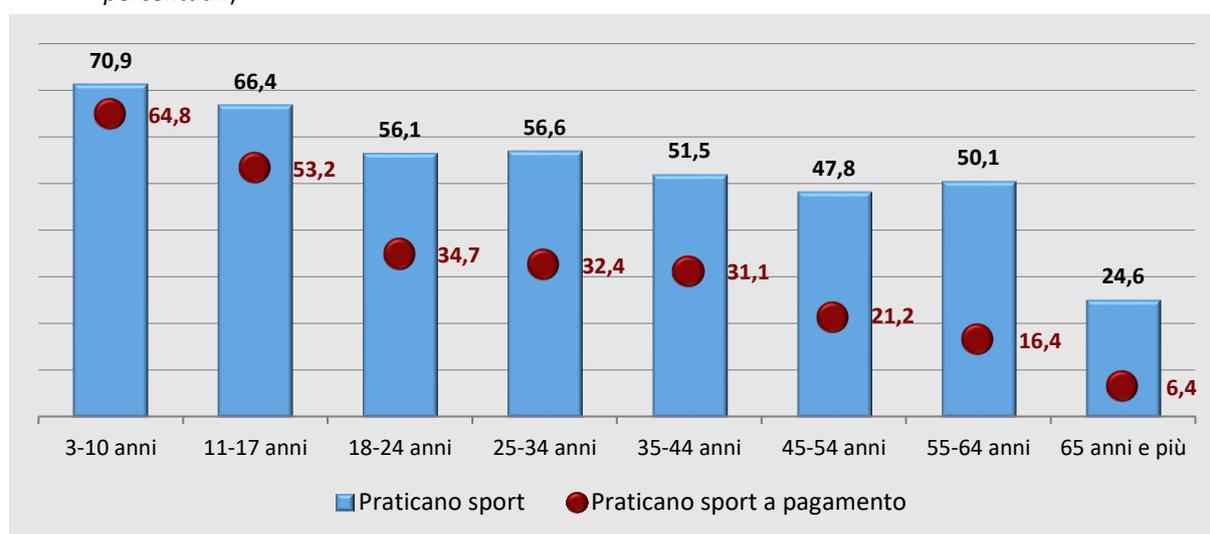
Fig. 3 – Popolazione che fa sport per genere e numero di ore dedicate nell'ultima settimana. Trentino, anno 2023 (valori percentuali)



Fonte: Istat, Aspetti della Vita Quotidiana – Elaborazione ISPAT

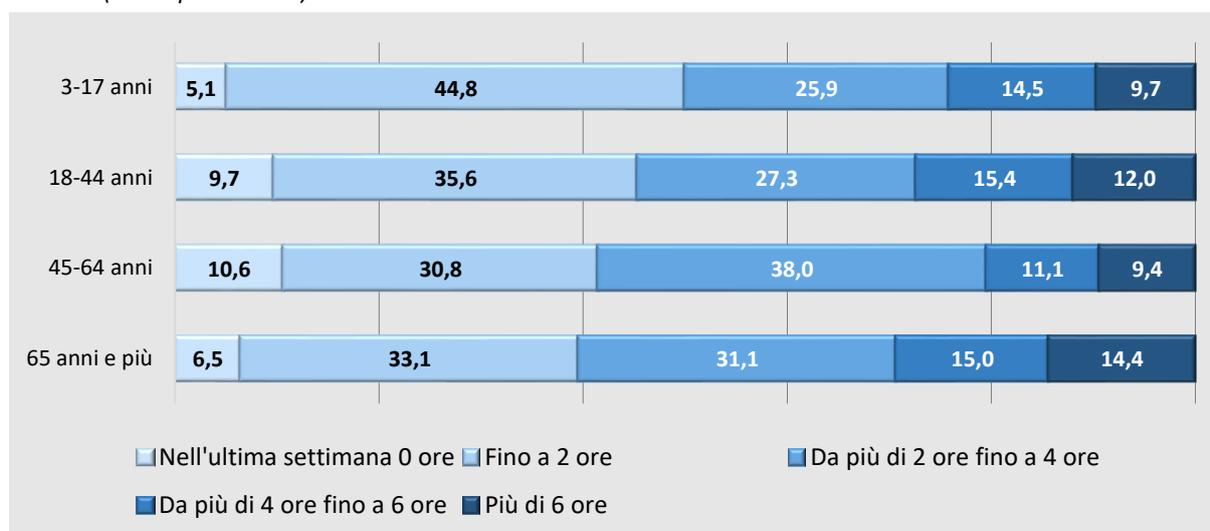
Età e attività sportiva. La quota di chi fa attività sportiva nel tempo libero si riduce all'aumentare dell'età: sotto i 18 anni di età più di tre quarti praticano almeno uno sport (70,9% tra i bambini fra i 3 e i 10 anni); tra i 18 e i 44 anni la pratica coinvolge più della metà della popolazione; tra i 45 e i 64 anni scende attorno al 50%; fra chi ha 65 anni o più si riduce al 24,6%. Anche le scelte di accettare una qualche forma di esborso in denaro per fare sport sono più frequenti tra i giovani e tendono a diradersi con l'aumentare dell'età, ma con un calo più pronunciato. Tra chi pratica un'attività sportiva, la quota di chi vi dedica più di due ore la settimana è maggiore e aumenta leggermente con l'età (dal 50,1% di chi fa sport e ha meno di 18 anni al 60,4% di chi pratica e ha più di 64 anni).

Fig. 4 – Persone che fanno sport per età e modalità libera/a pagamento. Trentino, anno 2023 (valori percentuali)



Fonte: Istat, Aspetti della Vita Quotidiana – Elaborazione ISPAT

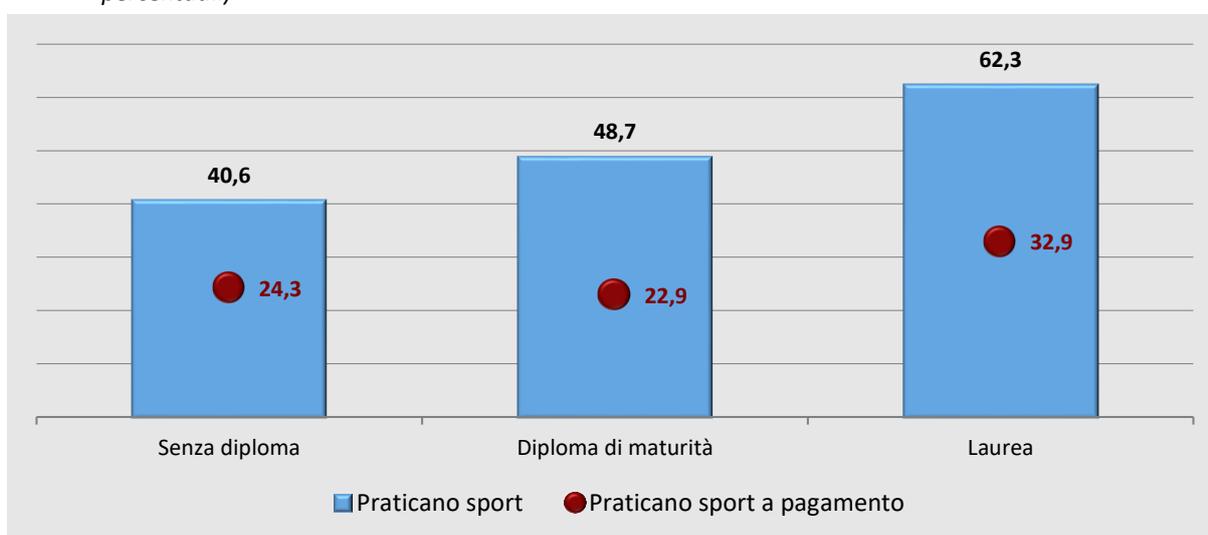
Fig. 5 – Popolazione che fa sport per età e numero di ore dedicate nell'ultima settimana. Trentino, anno 2023 (valori percentuali)



Fonte: Istat, Aspetti della Vita Quotidiana – Elaborazione ISPAT

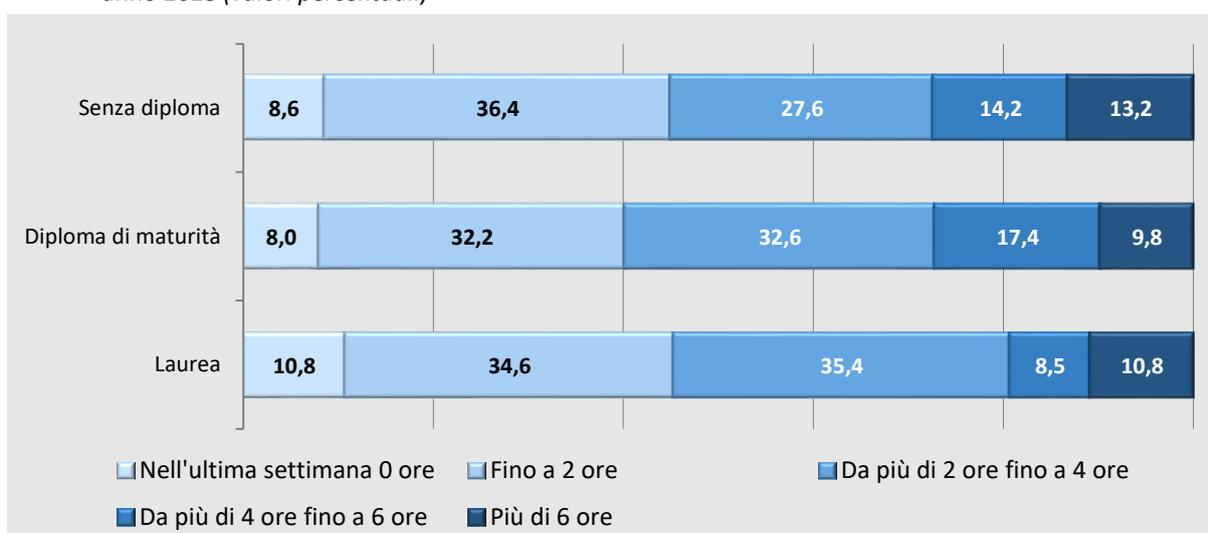
Titolo di studio e attività sportiva. La percentuale di persone che praticano sport in modo continuativo o saltuario cambia in funzione del livello di istruzione: tra chi ha un titolo superiore al diploma di maturità (ad esempio diploma universitario o laurea specialistica) la percentuale di chi fa sport è del 62,3%; questo valore cala tra chi ha un diploma di maturità o di qualifica professionale (48,7%) e scende ulteriormente tra chi non ha conseguito il diploma (40,6%). Frequentare un luogo a pagamento per fare sport, frequentare lezioni private o pagare una retta per frequentare un circolo o club sportivo sono scelte fatte più spesso da chi possiede un titolo di studio oltre il diploma di maturità (32,9%), mentre calano a livelli simili tra chi ha il diploma di maturità (22,9%) o tra chi è senza un diploma (24,3%).

Fig. 6 – Persone che fanno sport per titolo di studio e modalità libera/a pagamento. Trentino, anno 2023 (valori percentuali)



Fonte: Istat, Aspetti della Vita Quotidiana – Elaborazione ISPAT

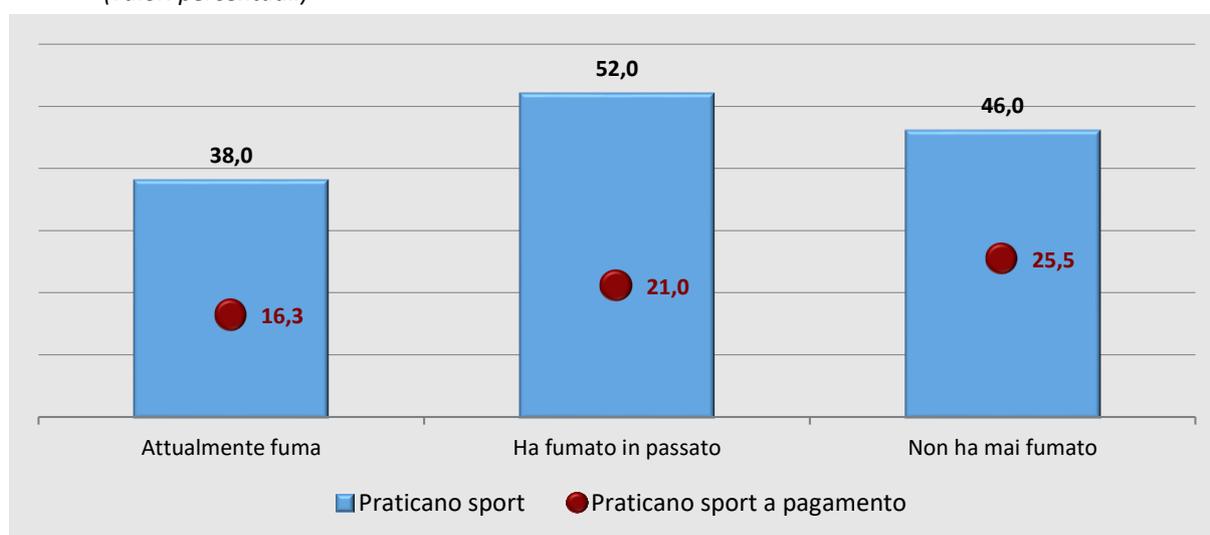
Fig. 7 – Popolazione che fa sport per titolo di studio e numero di ore dedicate nell'ultima settimana. Trentino, anno 2023 (valori percentuali)



Fonte: Istat, Aspetti della Vita Quotidiana – Elaborazione ISPAT

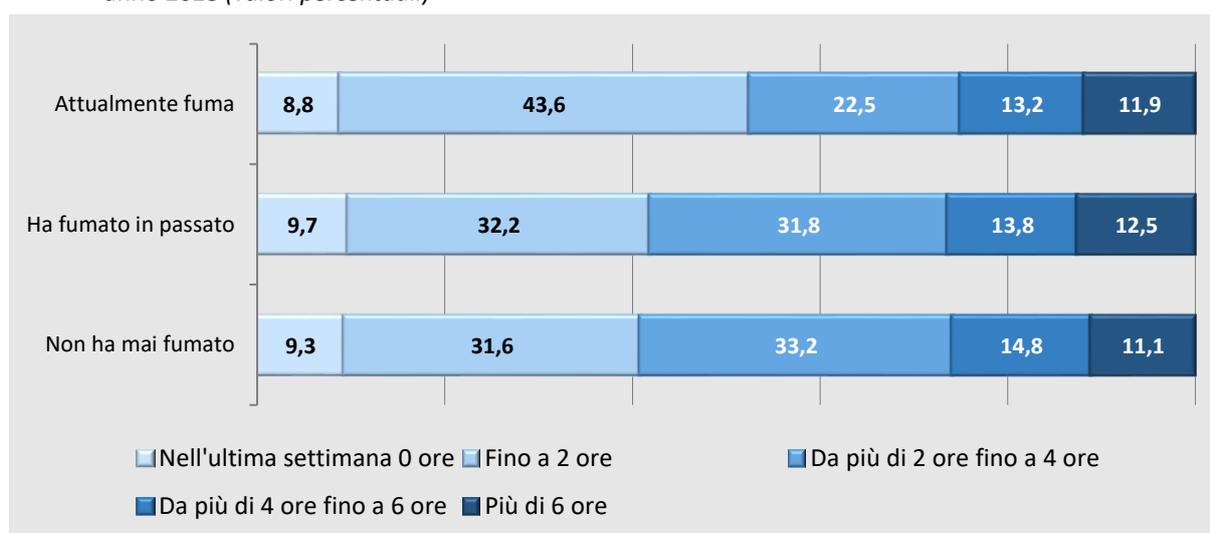
Fumo e attività sportiva. L'abitudine di fumare influenza il numero di chi pratica sport nel tempo libero. Tra chi, al momento dell'indagine, fuma abitualmente, sono il 38% (quasi 10 punti percentuali in meno rispetto alla media) le persone che praticano sport; tale quota sale al 52% tra chi fumava in passato ma successivamente ha smesso, mentre è al 46% tra chi non ha mai fumato. La decisione di fare sport accettando una spesa di qualche tipo viene presa più spesso da chi non ha mai fumato (25,5%), per poi scendere tra gli ex fumatori (21%) e calare ulteriormente tra i fumatori (16,3%). Tra chi fuma e pratica comunque uno sport l'impegno orario è mediamente inferiore: fa sport almeno due ore la settimana il 47,6% dei fumatori contro il 58,1% di chi ha smesso e il 59,1% di chi non ha mai fumato.

Fig. 8 – Persone che fanno sport per abitudine al fumo e modalità libera/a pagamento. Trentino, anno 2023 (valori percentuali)



Fonte: Istat, Aspetti della Vita Quotidiana – Elaborazione ISPAT

Fig. 9 – Popolazione che fa sport per abitudine al fumo e numero di ore dedicate nell'ultima settimana. Trentino, anno 2023 (valori percentuali)



Fonte: Istat, Aspetti della Vita Quotidiana – Elaborazione ISPAT

Fonte

Istat, *Indagine multiscopo "Aspetti della vita quotidiana"*. Indagine campionaria annuale relativa alla vita quotidiana degli individui e delle famiglie. Tra le numerose informazioni raccolte vi sono quelle relative alla pratica sportiva svolta dalla popolazione a partire dai 3 anni d'età. Gli ultimi dati disponibili fanno riferimento al 2023.

Per saperne di più

CONI, [Giornata Nazionale dello Sport](#), 2025

Istat, [Annuario statistico italiano 2024](#), Capitolo 10: [Cultura e tempo libero](#)

Istat, [Sport, attività fisica, sedentarietà](#), report 1° dicembre 2022

ISPAT, [Sistema informativo degli indicatori statistici](#)

- [Diffusione della pratica sportiva](#)