

Luca Bifulco, Alessia Tuselli

Corpi sportivi e identità di genere. Il Crossfit

Sportspersons bodies and gender identity. Crossfit

Abstract

Lo sport è uno dei più importanti ambiti sociali contemporanei in cui si articola l'identità di genere. Le idee e le convinzioni sul genere ne possono condizionare l'organizzazione e anche il modo in cui è praticato. Può essere un luogo di marginalizzazione dell'attività femminile e di affermazione di ideologie della disuguaglianza o di valori maschilini. Allo stesso tempo, però, può essere un luogo di trasformazione e conflitto.

La questione del corpo diventa cruciale. Nelle nostre abitudini corporee, nelle pratiche, nei nostri gusti, nei consumi, si definiscono le appartenenze, lo status, specifici valori. La sua rappresentazione offre rilevanti indicazioni sui discorsi dominanti connessi al femminile e al maschile, sulla costruzione di nuovi immaginari, sulla dimensione del dominio o del potere, ma anche del conflitto.

Ora, se in Italia esiste ancora un sostanziale divario fra maschi e femmine per quanto concerne la generale pratica sportiva, è vero anche che il fitness sta conoscendo, negli ultimi anni, dei profondi mutamenti, nella partecipazione e nel tipo di discipline. Ad esempio il crossfit, una disciplina che è in forte crescita e che – per le sue specifiche caratteristiche – può rappresentare un punto di vista interessante sul rapporto tra sport, corpo e identità di genere: uomini e donne gareggiano nelle stesse classi durante gli allenamenti; eseguono gli stessi esercizi; i Crossfit games presentano due distinte categorie per uomini e donne, ma anche quella mista; ma, soprattutto, c'è un approccio profondamente diverso rispetto all'allenamento della forza, neutro rispetto agli stereotipi di genere legati al fitness, e dunque alla conseguente modifica nel corpo come dell'immaginario di donne e uomini.

Il paper, allora, vuole analizzare in che misura questa disciplina riesca a ri-articolare i concetti stessi di femminilità e mascolinità, legati al corpo, così come la rappresentazione e l'autorappresentazione delle atlete. Quanto, quindi, il corpo sportivo strutturi possibili trasformazioni nei significati e nelle identità, influenzando le loro rappresentazioni nello spazio pubblico.

Parole chiave: sport, genere, identità, corpo, Crossfit

Abstract

Sport is one of the most relevant contemporary social spheres in which gender identity is articulated. Ideas and beliefs on gender can influence its organization and the way it is practised. It can be a place of marginalization of female activity and affirmation of ideologies of inequality or masculine values. At the same time, however, it can be a site of transformation and conflict.

The issue of the body becomes crucial. In our bodily habits, in practices, in our taste, in consumption, we define our belonging, our status, and specific values. Its representation provides relevant indications on the dominant discourses associated with femininity and masculinity, on the construction of new imagery, on the size of power or dominion, but also on the conflict.

If there is still a substantial gap between males and females in general sports practice in Italy, it is also true that fitness in the last few years is profoundly changing, about participation and the kinds of disciplines. For example Crossfit, a discipline that is growing and that – for its specific characteristics – can represent an interesting point of view on the relationship among sport, body and gender identity: Men and women compete in the same classes during their training; they perform the same exercises; Crossfit games have two distinct categories for men and women, but also a mixed one; but, above all, there is a profoundly different approach to the strength training, neutral compared to gender-related stereotyping, and hence to the consequent change of the body and of the imagery related to women and men.

Thus, the paper aims to analyze to what extent this discipline can re-articulate the concepts of femininity and masculinity, linked to the body, as well as the representation and self-representation of female athletes. To what extent, then, the sportsperson's body

structures possible transformations in meanings and identities, influencing their representations in the public sphere.

Keywords: sport, gender, identity, body, Crossfit

Introduzione

È opinione condivisa che il genere sia uno dei principali elementi organizzativi della nostra società, e che le idee ad esso legate abbiano una decisa influenza sui nostri assetti istituzionali e sul modo in cui definiamo e consideriamo le nostre relazioni. Dal canto suo, lo sport è un ambito che contribuisce a porre in essere quei processi deputati alla costruzione sociale del genere. Ed è corretto affermare come, nelle modalità attraverso cui si struttura ed è percepito, esso si confronti con le concezioni prevalenti sul tema.

Lo sport è, infatti, un luogo in cui possono consolidarsi le credenze che sorreggono le differenze tra maschi e femmine¹, differenze socialmente costruite – il genere sociale per l'appunto –, spesso ricondotte e assunte nel quadro delle diversità biologiche fra i sessi. Tali differenze risultano essere vettore di disparità materiali nella vita sociale, e non di rado nell'ambito sportivo la mascolinità può trovare momenti impliciti ed espliciti di celebrazione. Allo stesso tempo, però, nello sport possono trovare accoglienza esperienze di rottura, di conflitto, di sfida e di ridefinizione delle idee dominanti sul genere. Con tutto il bagaglio di aporie, complessità e problematicità connesse.

Naturalmente, lo sport è legato a doppio filo con il corpo. La fisicità e la stessa sessualità, intrinsecamente richiamata ogni volta che si ha a che fare con la corporeità, sono questioni centrali nella costruzione delle categorie di genere, delle identità sociali connesse, delle relazioni e delle convinzioni che le supportano. Per questo, anche il modo in cui il corpo viene rappresentato, i significati e i simboli che fondano la sua immagine e danno senso all'esperienza quotidiana, acquisiscono una chiara centralità.

Se pensiamo alle pratiche sportive prevalenti nella nostra epoca – come il fitness, che ha avuto un ruolo importante nell'aumento significativo dell'attività femminile negli ultimi decenni – vedremo come l'idea di controllo e governo del corpo siano fattori

¹ In questo nostro lavoro ci concentreremo su una definizione binaria dell'identità di genere, pur sapendo che non si tratta di una concezione esaustiva dell'insieme di possibilità identitarie.

sostanziali nell'esercizio di un numero elevato di praticanti. Attraverso l'esperienza del corpo, l'individuo può interiorizzare significati e valori socialmente approvati, magari dominanti – canoni estetici, idee sul benessere, concezioni sul corpo come strumento produttivo o oggetto di cura personale². Il corpo è poi protagonista delle pratiche di costruzione riflessiva del sé, della propria identità, o di definizione di relazioni, reti sociali e solidarietà di gruppo di un certo rilievo biografico. Può essere, infine, definito “luogo privilegiato in cui si plasma il discorso sociale: la rappresentazione di corpi maschili e femminili [...] può raccontare molto della loro collocazione all'interno di un discorso dominante” (Ruspini, 2015, p. 27). Questa sua centralità nell'esperienza individuale e collettiva ne fa un oggetto di riflessione fondamentale: spazio incarnato in cui abitano e convivono le varie componenti identitarie – identità di genere, sesso biologico, orientamento sessuale, ecc.

Questo luogo in cui siamo visti e in cui ci vediamo è soggetto, oggetto e strumento quando incontra l'ambito sportivo: il rapporto tra sport, genere, corpo, attori e strutture sociali è complesso quanto determinante in una prospettiva di cambiamento nelle costruzioni di genere come nelle rappresentazioni di donne e uomini.

Lo sport diventa dunque campo di indagine privilegiato, articolato: abitato da corpi, conflitti, rappresentazioni, ruoli, generi. Un campo che si è ampliato nelle possibilità, nelle definizioni, nel significato, anche grazie ad un aumento di praticanti. Secondo l'ultimo rapporto Istat “Aspetti della vita quotidiana” (2016), in Italia si pratica più sport: il biennio 2013-2015 ha visto un incremento del 2,7% in termini di partecipazione. Il settore del fitness, dati alla mano, genera il 2% del Pil UE (Eurostat, 2016). È vero che c'è ancora un sostanziale divario di genere nella partecipazione all'attività sportiva (eccetto che per la fascia dei piccolissimi, 3-5 anni): tra i 20-25 anni il differenziale di praticanti fra maschi e femmine arriva fino al 20% in più a favore dei primi sulle seconde (Istat, 2016). È anche vero, però, che proprio il settore del fitness sta mettendo in discussione questa tendenza grazie alla diffusione di nuove discipline che segnano importanti novità non esclusivamente in termini di metodi di allenamento: un esempio in questo senso, è il Crossfit, che proprio in una prospettiva di genere solleva, a nostro avviso, delle interessanti questioni.

² Questa concezione può trovare sponda in riflessioni di stampo foucaultiano in cui si fa esplicito riferimento a un'idea forte di disciplinamento del soggetto. Nel nostro caso, ci atteniamo a una più semplice prospettiva legata alla socializzazione di idee dominanti – che naturalmente hanno un ruolo rilevante nella definizione delle diverse forme di stratificazione.

Pratica che presenta un modo diverso di intendere il corpo in movimento: l'obiettivo è il miglioramento dell'intera capacità cinetica del corpo e non del singolo distretto muscolare. Funzionalità, non estetica. Potrebbe risultare particolarmente interessante andare ad indagare come una pratica di questo tipo – che verrà meglio presentata in seguito – possa ri-articolare i concetti stessi di femminilità e mascolinità legati al corpo, così come la rappresentazione e l'autorappresentazione delle atlete. Quanto il corpo sportivo struttura possibili trasformazioni nei significati e nelle identità, influenzando le loro rappresentazioni nello spazio pubblico?

La nostra riflessione su questa pratica sportiva è fondata sull'analisi della relazione tra: le biografie individuali; le motivazioni e le aspettative legate ai ruoli istituzionali – quelli connessi al genere così come alla dimensione sportiva, ad esempio – o alle convinzioni e ai simboli che ne caratterizzano lo svolgimento; le strutture sociali con le loro forme di stratificazione e la loro legittimazione culturale/ideologica. Fattori valutati nella loro dimensione storica (Mills, 2014; Gerth & Mills, 1969). Crediamo che questo orizzonte analitico possa fornirci la prospettiva più promettente da cui osservare il nostro oggetto di studio.

Sport, mascolinità e femminilità: ideologia, dominio, sfide, conflitti

Come accennato in fase introduttiva, uno dei principali centri d'attenzione di un'analisi sociologica sul rapporto tra sport e genere è la riflessione sulle modalità attraverso cui nello sport si alimentano o si contrastano le idee dominanti sulla mascolinità e sulla femminilità. Vale a dire i significati e le ideologie dominanti sulle differenze di genere, con tutto l'insieme di disuguaglianze – nella distribuzione di risorse economiche, decisionali, di prestigio – che esse comportano.

Non si può negare come lo sport sia stato storicamente connesso alla costruzione istituzionale di queste differenze e delle ideologie che hanno potuto e possono ancora supportarne il consolidamento. Il ruolo degli ambiti istituzionali e organizzativi, che hanno accolto la pratica sportiva, è stato, infatti, sostanziale. Nell'Ottocento e almeno in una discreta porzione del Novecento, l'esclusione – di diritto o di fatto – delle donne dall'attività sportiva o la limitazione implicita di diverse discipline, quelle per così dire più dure, alla sola pratica maschile hanno comportato una ineludibile glorificazione di ideali di mascolinità predominante.

Così, idee che hanno legittimato una sostanziale e granitica disuguaglianza di genere, fondata su presupposti corporei di base e valida anche in ambiti non sportivi, hanno caratterizzato lo sport e hanno trovato nello sport un ambiente ideale per riprodursi.

È innegabile come negli ultimi anni si siano prodotte trasformazioni nel reame sportivo, con l'aumento delle opportunità di pratica fisica per categorie un tempo meno coinvolte, tanto che non si può parlare più di una riserva maschile totalmente esclusiva. E trasformazioni si sono avute anche nei più ampi contesti sociali, economici e culturali che fanno da sfondo allo sport come luogo in cui si alimentano idee di genere dominanti – si pensi, giusto a titolo esemplificativo, alla minore rilevanza del lavoro fisico nelle economie industriali o alla maggiore attenzione che oggi si pone nei confronti del reato di molestie sessuali, pur con tutte le contraddizioni del caso (Theberge, 2000, p. 328). Eppure, nello sport contemporaneo, specie quello professionale, permane una distribuzione disuguale delle risorse, che avvantaggia la pratica maschile. Allo stesso tempo esso continua a diffondere una certa ideologia mascolina.

La dimensione ideologica è intimamente legata al potere, dal momento che le ideologie legittimano le condizioni materiali e le relazioni concrete, sorreggendo così le diverse forme di stratificazione che caratterizzano la struttura sociale. E la forma più radicale di potere si fonda su ciò che diamo per scontato (Lukes, 2007), ovvero su aspetti e interpretazioni della vita sociale su cui non riflettiamo e a cui accordiamo un consenso sottinteso, ma che invece rappresentano significati e valori costruiti su cui si edificano disuguaglianze, dominio, potere.

Una di queste idee è, per l'appunto, quella prevalente di mascolinità. Naturalmente, mascolinità e femminilità non sono fenomeni monodimensionali. Sono, anzi, realtà spesso articolate, specie quando si scende nei contesti molteplici e compositi della vita quotidiana, che interagiscono e dialogano, nel loro vario articolarsi, con dimensioni legate alla classe, all'occupazione, all'etnia.

La stessa mascolinità ha nei fatti versioni molteplici, che possono essere più o meno ai margini della scena pubblica e magari meno lodate. E una sua versione estetizzata e quasi efebica, tutto sommato, oggi non è nemmeno tanto di retroscena e non suscita particolare discredito.

Eppure, non sembra mostrare cedimenti un suo preciso modello per così dire idealtipico: quello caratterizzato da indole aggressiva, volontà di dominio, virilità, così come predilezione per attività fisiche e dure. E ancora: forza, resistenza fisica, esercizio dell'autorità ed eterosessualità inderogabile.

In pratica, quella che R.W. Connell (2005, pp. 76-78) definisce “mascolinità egemonica”, un modello che ratifica la subordinazione della donna come dato di fatto, consentendone l’istituzionalizzazione. In buona sostanza, una differenza media, che attiene alla dimensione biologica – di peso, forza, resistenza – viene idealmente trasformata in una differenza universale che fonda categorie sociali inappellabili: l’uomo è più forte della donna. Una concezione che non tiene conto dell’enorme variabilità di queste caratteristiche all’interno di ogni genere, e pone invece un marcato accento su alcune differenze corporee, tralasciando l’ampio spettro di similitudini, anche fisiche, tra maschi e femmine (Connell, 1987, pp. 76-82).

Non tutti gli uomini possono vantare il possesso tangibile di simili proprietà, eppure questo ideale ha – come si diceva – effetti sull’intera struttura sociale, dal momento che legittima uno status dominante, in termini di prestigio o accesso reale a risorse e opportunità, di cui può avvantaggiarsi buona parte del genere maschile. Non a caso, le posizioni di maggior rilievo in ambito economico, politico, militare sono supportate dall’idea della rilevanza di tali qualità considerate di pertinenza maschile. Per cui c’è una pretesa è un riconoscimento implicito di autorità, più che una semplice coercizione esplicita.

Ma soprattutto, ed è il motivo per cui Connell si rifà al concetto di “egemonia³”, il carattere dominante di questi elementi culturali – un dominio simbolico, ma con evidenti ripercussioni materiali – viene vissuto come non problematico, dato per scontato, e riprodotto nella pratica quotidiana e nella sfera culturale non solo dal gruppo dominante, ma anche dai membri dei gruppi subalterni. Cioè le stesse donne.

Questo perché i significati e i valori che sostengono un simile dominio sono continuamente ribaditi, attraverso molteplici pratiche sociali, relazionali e di produzione culturale, a partire dalle agenzie educative – famiglia, scuola, media. Tali significati prodotti e riprodotti, sottolinea J. Hargreaves (1994, p. 147), si ripercuotono nelle attitudini allo sport: “Dalle prime ore di vita il corpo è il focus per la costruzione del genere, e dal momento che il genere è esperito attraverso il corpo, ‘mascolinità’ e ‘femminilità’ sembrano assolutamente intime e fondamentali⁴”. Ed è qui, dunque, che lo sport può giocare la sua partita. In Occidente, infatti, lo sport è una delle pratiche sociali che compongono, sostengono e veicolano sovente l’impianto ideologico della mascolinità.

³ Come anche buona parte della componente femminista dei cultural studies.

⁴ Traduzione nostra.

Di fatto, le immagini che esso può diffondere, le abilità tecniche pubblicamente apprezzate, i significati e i simboli a cui si viene socializzati dagli altri significanti all'interno dell'ambito sportivo, le relazioni che si compongono, possono diventare fattori di interiorizzazione, ma anche elogio ed esaltazione implicita della mascolinità. Una mascolinità che si rappresenta, e dunque riproduce e apprende, regolarmente.

Tanto che a un atleta di sesso maschile, specie di discipline considerate virili, è implicitamente – o anche esplicitamente – richiesto di presentare il proprio sé, esibire la propria adeguatezza al ruolo che ricopre, con una condotta che mostri la giusta dose di combattività, potenza, fermezza, attitudine alla supremazia, risolutezza, forza, aggressività, destrezza. È qui che risiedono le caratteristiche determinanti dell'agonismo, e l'insieme di questi attributi va chiaramente espresso nelle competizioni – di squadra come il calcio, ma anche individuali come il surf o, a maggior ragione, negli sport estremi.

Siamo al cospetto di una precisa idealizzazione delle componenti dell'identità maschile, che acquisiscono una centralità sulla scena pubblica, e di una loro esaltazione come tratti culturali dominanti. La loro rilevanza si ripercuote poi nella vita quotidiana, condizionando diverse biografie, in particolare quelle delle nuove generazioni. Queste qualità, infatti, sono metro di giudizio del livello di mascolinità, e la loro assenza non di rado può essere fonte di biasimo e derisione. Segni di cedimento, di vulnerabilità, di fragilità, di debolezza di un atleta, come di un adolescente nella sua vita d'ogni giorno, potrebbero essere giudicati negativamente, come una deviazione dal modello opportuno (Connell, 1987, pp. 84-85). Tanto che spesso ci si può sentire costretti a porre in essere strategie utili a salvare la faccia – scuse, evitamento, l'affermazione di qualità virili in ambiti diversi da quelli considerati, ecc.

La mascolinità, come la femminilità, sono fenomeni inestricabilmente legati alla fisicità. Nella corporeità vengono individuati e scanditi: nelle dimensioni muscolari, nella tensione dei muscoli stessi, in alcune posture, nelle movenze, nella tempra. L'esperienza corporea è, così, centrale.

Nello sport i corpi sono continuamente in azione, si muovono e, così facendo, forniscono chiare raffigurazioni della loro capacità. Offrono prestazioni in contesti ritualizzati, dove si misurano, si valutano abilità in una dimensione competitiva. Sono, dunque, chiamati a corrispondere ad alcune performance – correre, saltare, afferrare, lanciare, colpire, tirare – che hanno una valenza fisica, ma anche simbolica e sociale.

Il risultato complessivo è una raffigurazione dominante dello sport come sede implicita di proprietà tipicamente maschili o tipicamente femminili. Se da una parte, come già osservato, abbiamo la forza, l'aggressività, la grinta, la leadership, dall'altra si stagliano l'eleganza, la grazia, l'agilità, l'armonia, l'elasticità.

Tanto che, ad esempio, l'idea di acquisire – in virtù dell'attività sportiva – un corpo forte e muscoloso ha in genere una connotazione esplicitamente positiva per gli uomini, mentre per le donne la potenza e la muscolosità abbondante possono essere attribuiti raramente guardati in maniera favorevole (Hargreaves, 1994, p. 146). Da costoro ci si aspetta un corpo più in sintonia con categorie estetiche e legate al fascino o alla sensualità.

Da questa base ideale sorge la convinzione diffusa di appropriatezza o inappropriata legata alle varie discipline sportive. A conferma di una simile rappresentazione stereotipica, infatti, si proclama l'esistenza di sport più adatti agli uomini o alle donne, dove si prevede un conseguente e conforme modellamento dei corpi. Da una parte soprattutto sport di contatto, dall'altra principalmente sport dalle movenze eleganti, dove estetica ed espressività sono le componenti più significative. Un modello culturale dominante, insomma, che pone le sue radici su ideali capacità fisicamente connaturate, finendo per indicare perentoriamente cosa si può e si deve fare e cosa sarebbe invece inappropriato.

Si strutturano, così, aspettative normative che incidono sulle opportunità materiali, sulla distribuzione di risorse, ma anche sulle scelte e, alla lunga, sui gusti e sul capitale culturale legato al genere di appartenenza. E chi pratica discipline poco appropriate può essere guardato con sospetto, discredito, derisione, al limite tacciato di omosessualità.

La partecipazione alla pratica sportiva adeguata è indirizzata normativamente, spesso fin da bambini – sebbene ci siano eccezioni, possibilità di fare scelte diverse lungo la propria biografia, e sebbene le condizioni e le richieste sociali si possano trasformare nel tempo. Le possibilità economiche, per atleti professionisti, risultano altresì indirizzate. J. Coakley (2009, p. 248), ad esempio, sostiene come in Inghilterra non siano tante le persone che pagherebbero per vedere sport femminili in cui le atlete non competono da sole – come nel tennis o nel pattinaggio artistico – o in cui c'è contatto – la pallavolo sarebbe in linea con le aspettative di ruolo, il basket e il rugby presumibilmente meno.

Un impianto culturale, così, sorregge e legittima disuguaglianze economiche e di potere. Perché gli sport, specie quelli di contatto, sono raffigurati e organizzati, anche

nelle regole, come esaltazione della potenza, della velocità, dell'aggressività intese come qualità virili. Allora sono considerati più appetibili se giocati da maschi, a cui si assicura maggiore visibilità e retribuzione. Allo stesso modo, l'uomo gode di un'immagine di maggiore atleticità, remunerativa e mediaticamente più attraente, laddove la donna deve fare i conti con uno scomodo mito di fragilità e minore capacità atletica.

Insomma, il modo in cui sono organizzati molti sport nei loro aspetti materiali – organizzazione delle competizioni, visibilità mediatica, emolumenti, ecc. – privilegia parametri maschili della performance e del gesto atletico con cui confrontarsi. Con una chiara legittimazione culturale alla base che ha la forza di staccarsi dal legame con specifiche discipline per consolidarsi come standard culturale generale. Un modello che vorrebbe attestare non solo la superiorità fisica o strategica, ma anche quella psicologica. Se forza, competitività, capacità di leadership sono proprietà tipicamente maschili, e lo sport ne è un'esemplificazione evidente e sotto gli occhi di tutti, allora anche in ambiti extra-sportivi, quelli in cui si esercita il potere e si prendono le decisioni, la legittimazione della mascolinità assume un peso specifico. Cosicché, l'istituzionalizzazione delle qualità decisive nello sport diventa una prova simbolica della superiorità maschile e del diritto di dominio (Connell, 2005, p. 54).

La realtà non è naturalmente immodificabile. L'egemonia culturale può essere sfidata, messa in discussione, attraverso la capacità di acquisire posizioni materiali di potere e di agire sui simboli e i significati prioritari con cui si dà senso alle pratiche sociali. Se è, allora, vero che lo sport è un'arena dove gli stereotipi di genere possono essere proposti e riprodotti, nondimeno nella stessa attività sportiva si possono smontare discorsi dominanti per costruire forme di cambiamento.

Negli ultimi decenni si è assistito, come già detto, a un rilevante aumento della pratica sportiva femminile. Una crescita della partecipazione complessiva che è stata accompagnata anche dall'aumento e dalla diversificazione delle discipline praticate. Ciò ha comportato decisi miglioramenti nei termini dei benefici che generalmente ci si attende dalla pratica sportiva – dal benessere psico-fisico al potenziamento delle dinamiche relazionali, ad esempio. Eppure, da un lato – come abbiamo visto – lo sport non si è ancora liberato di diverse resistenze e connotazioni simboliche e concettuali che favoriscono una prospettiva al maschile, e dall'altro l'ampliamento della pratica sportiva femminile ha portato con sé l'emergere di conflitti di vario tipo, di segno

opposto, e conseguenze contraddittorie che si inerpicano attraverso complesse diramazioni.

Prendiamo l'aerobica, ad esempio. Essa ha sicuramente avvicinato – dagli anni '80 in poi – molte donne all'attività fisica. Eppure può essere considerata una pratica che ha inciso sulla perpetuazione di uno standard estetico femminile e, soprattutto, sulla energica sessualizzazione del corpo della sportiva. Uno standard corporeo che può aver consolidato i modelli prescrittivi sulla femminilità, incidendo sulla costante preoccupazione della donna per l'aspetto esteriore legato a qualità che sono state lette, specie da una tradizione di studiose femministe, come tipiche di una prospettiva di subordinazione (MacNeil, 1988).

Da questo punto di vista, la mediatizzazione e la commercializzazione dell'aerobica hanno avuto un ruolo fondamentale in questo processo di riproduzione dell'ideologia mascolina e dell'erotizzazione spinta dello sport femminile.

Tuttavia, secondo P. Markula (1995), questa pratica fisica rappresenta un po' un territorio di molteplici contraddizioni, specie tra la sfera ideale e quella dell'esperienza concreta. Infatti, il modello e l'immagine del corpo femminile promulgato – specie dai media e dal discorso pubblico – è fedele ai canoni estetici suddetti, e incentiva così forme di disciplinamento tipicamente foucaultiane. Nel messaggio proposto persistono, però, delle incoerenze possibili e difficilmente sanabili tra le diverse qualità richieste, che cercano di coniugare atletismo e sessualità: un corpo che deve essere al tempo stesso sodo, proporzionato, in forma, sexy, forte, muscoloso, esile, agile, snello, con curve delicate.

Bisogna inoltre evidenziare, nota Markula, come molte donne abbiano affrontato il loro coinvolgimento nell'aerobica in modo scettico, non cercando acriticamente di replicare e conformarsi a un modello di estetica femminile, fatto di perfezione armonica e snellezza impeccabile. Certo, questo rimane pur sempre un orizzonte ideale ben visibile anche se dichiaratamente irraggiungibile, ma le donne che praticano l'aerobica vivono la propria esperienza anche cercando semplici sensazioni di benessere psico-fisico, divertimento, interazioni piacevoli e comunitarie. Quindi, da una parte c'è un'idea dominante, una voce pubblica, che ispira certi modelli, dall'altra un'arena conflittuale privata, che può esprimere posizioni e significati contrastanti e di sfida al modello dominante.

Un'altra forma di contraddizione implicita appartiene al mondo delle bodybuilder professioniste. Costoro propongono, infatti, un'idea di donna che ha elementi di

conflittualità e incoerenza. Il loro corpo contrasta esplicitamente l'idealtipo fisico femminile tradizionale e prevalente, ciò che connota, dunque, la "femminilità": posseggono una muscolatura definita e ipertrofica, lavorano con carichi massimali importanti, veicolano un'idea, un'immagine di forza e potenza che mai viene associata alla ragazze, alle donne.

Il modello socialmente determinato e tramandato che costruisce i tratti della femminilità entra allora in crisi, ma ciò sembra comportare anche, come contraltare, una specie di obbligo a dover comunque attestare un'appartenenza al genere femminile in modo molto evidente: costumi sexy e dai colori tradizionalmente associati alle donne, capelli fluenti e soffici – meglio se biondi –, pose eccessive e ammiccanti, make up marcato. Ciò avviene soprattutto nella sfera pubblica della competizione, dal momento che questa accondiscendenza secondaria nei confronti di un'idea tradizionale di femminilità sembra avere buona presa sulle giurie (Bolin, 2003). Nel retroscena privato, invece, l'atteggiamento può essere comunque meno supino rispetto a modelli tradizionali. In definitiva, l'esperienza di queste atlete rappresenta bene una realtà che si pone a metà strada tra la sfida chiara al potere di un'idea dominante – connessa alla bellezza femminile – e un suo accoglimento. Mantenendo comunque in sé un potenziale di resistenza, sebbene esso non sia pienamente espresso (Guthrie & Castelnuovo, 1992).

Prendiamo, infine, l'esempio, delle discipline storicamente appannaggio degli uomini, sia in ambito professionistico che amatoriale, come la boxe o il rugby, e degli sport tradizionalmente a schiacciante prevalenza maschile – si pensi al calcio e a diversi sport di combattimento come il karate. L'apertura alle donne o la crescita della loro presenza in queste realtà agonistiche a predominanza maschile hanno generato già di per sé una sfida aperta alle norme di genere per lungo tempo legate allo sport, creando molteplici linee conflittuali.

Le donne che praticano queste discipline contrastano con l'immagine tradizionale del corpo appropriato e delle qualità tipicamente maschili coinvolte. Allo stesso tempo, anche la rappresentazione prevalente della donna viene messa in discussione. Non solo, un'area che veniva usata come rifugio di costruzione simbolica della mascolinità combattente in una società moderna soggetta a processi di civilizzazione e ingentilimento di gusti e stili, può apparire ora come invasa e resa meno sicura.

La pratica sportiva femminile può, così, incentivare una ridefinizione delle consuete differenze di genere, riformando le categorie di condotta appropriata e associando idealmente – nella medesima attività – proprietà considerate maschili e femminili. Ciò

benché non è detto che questo processo si diffonda automaticamente nei più ampi contesti sociali, ristrutturando la definizione di confini di genere.

I confini identitari possono comunque apparire quanto meno più porosi. Questa intrinseca conflittualità può, però, comportare contro-risposte di tipo resistenziale: ad esempio, lo stigma e il pregiudizio – “saranno tutte lesbiche o al massimo dei maschiacci” –, oppure il disconoscimento delle abilità sportive delle atlete, che saranno sempre considerate inferiori se comparate alle potenziali performance maschili. Non a caso, non è inusuale che questi sport declinati al femminile possano suscitare, se non discredito o diffidenza, quanto meno una ridotta attenzione. E le donne possono trovarsi a dover rinegoziare il loro status in simili ambiti tradizionalmente maschili.

Questi meccanismi sono visibili in alcuni sport di squadra e di contatto, dove esistono ancora nutriti pregiudizi, sebbene l’incremento della partecipazione femminile – si pensi all’hockey su ghiaccio, ma anche al rugby – attesti una chiara sfida all’idea dominante di mascolinità e a tutte le forme di privilegio e monopolio maschile. Come abbiamo già accennato, la fisicità che le donne sperimentano praticando questi sport è già una prima messa in discussione della concezione preponderante dell’esclusivo possesso maschile di specifiche abilità corporee. A ciò si aggiunge l’incidenza della solidarietà di tipo comunitario che contraddistingue la vita all’interno delle squadre. Una solidarietà coesiva nel gruppo, capace, per le giocatrici, di creare consapevolezza attorno alla dedizione e alla passione nei confronti di sport considerati soltanto maschili (Theberge, 1995).

Eppure, lo ribadiamo, il pregiudizio non si dissolve agevolmente e del tutto. Non di rado, infatti, la versione maschile di questi sport viene considerata l’unica reale, legittima, mentre quella femminile una sorta di imitazione di secondo livello, che privilegia qualità come la velocità e la capacità balistica, lasciando troppo in secondo piano l’aggressività, la potenza o la forza, vale a dire caratteristiche reputate centrali e difficilmente sacrificabili in una disciplina di contatto. È inoltre possibile che la partecipazione femminile in discipline tradizionalmente maschili avvenga all’interno di più ampi frame che non rivoluzionano più di tanto le consuete relazioni di genere (Theberge, 2000).

Un’altra difficoltà per le atlete può essere quella di far dialogare, di far coesistere, dentro e fuori dal corpo, l’identità di genere e l’identità sportiva socialmente accettate, barcamenandosi tra richieste e aspettative sociali potenzialmente in conflitto. Le aspettative legate alla femminilità possono essere in contrasto con la rappresentazione

delle qualità richieste dalla loro disciplina. Non si tratta di un problema di poco conto, dal punto di vista pratico. Le forme di conflitto tra ruoli posseduti vanno in qualche modo ricomposte, specie perché il riconoscimento sociale è un aspetto rilevante dal punto di vista identitario⁵.

Per concludere, ricapitolando, gli esempi riportati evidenziano diverse questioni. In primo luogo che le differenze e i rapporti di genere hanno una base storica, sono situati, e possono essere soggetti a trasformazioni. Lo sport, che storicamente ha fornito siti sociali e materiali di produzione e conservazione della disuguaglianza effettiva e delle idee dominanti, può allo stesso tempo essere fattore e luogo di cambiamento. Certo, la sfida alla mascolinità dominante ha i suoi oppositori. La marginalizzazione dell'interesse e della rilevanza accordata ai risultati delle sportive, così come la scarsa rappresentazione, la banalizzazione e l'ipersessualizzazione dello sport femminile ne sono una chiara testimonianza⁶. E conflitti, contraddizioni, problematicità non mancano.

Rimane una richiesta di uguaglianza nelle opportunità. Essa potrebbe passare anche attraverso la definizione di nuovi modelli della pratica sportiva, in cui si ponga in essere una ridefinizione dei significati rilevanti.

I cambiamenti che interessano l'attività sportiva, intesa dunque in un'accezione ampia, non sono neutri rispetto ai corpi che la praticano, né ai generi che in tali corpi si incarnano e si rappresentano. Proprio in questo senso il Crossfit può rappresentare un campo di indagine del tutto nuovo anche perché inesplorato, soprattutto in Italia, per ciò che attiene al rapporto tra sport, corpo e identità di genere: uomini e donne si allenano e gareggiano insieme, con un approccio all'allenamento della forza neutro rispetto agli stereotipi – di genere – legati allo sport, e al fitness, visti nelle pagine precedenti, e dunque alla conseguente modifica nel corpo così come della rappresentazione, quindi dell'immaginario, di donne e uomini. Per questo la pratica del Crossfit merita un approfondimento.

Metodologia

Ai fini degli obiettivi conoscitivi di questo studio, è sembrato utile svolgere un'analisi del contenuto sulle rappresentazioni mediatiche di alcune crossfitter professioniste. In particolare, si sono analizzate 90 immagini, 6 video/interviste, 1 spot pubblicitario,

⁵ Naturalmente ci possono essere diversificazioni rispetto ai contesti che accolgono la vita quotidiana, più o meno cosmopoliti, urbani, ricchi di differenti cerchie sociali, ecc.

⁶ Una serie di riflessioni tipiche della tradizione dei cultural studies di orientamento femminista (Birrell, 1988, 2000).

reperiti dai principali canali di comunicazione ufficiali della società CrossFit, relativi alle prime tre atlete professioniste presenti nel ranking mondiale 2016. Delle stesse atlete sono stati poi visionati i canali social personali, per meglio coglierne i processi di autorappresentazione. Le immagini e i video sono tutti relativi al periodo 2012-2017 e sono stati selezionati secondo tre categorie: “in movimento”, “biografia”, “di gruppo”.

Inoltre, per tentare di cogliere le dinamiche relazionali di genere, la relazione genere-corpo e bellezza-corpo nella pratica del Crossfit all'interno dei box di praticanti non professionisti, è stato svolto un focus group esplorativo presso il box Progetti Dynamo presente a Pizzo, provincia di Vibo Valentia, uno dei centri più importanti e più frequentati della zona. L'indagine, senza alcuna pretesa di esaustività o di generalizzazione, va intesa come una testimonianza rispetto alle dinamiche che la pratica del Crossfit può generare, in termini di relazione e in termini di percezione del sé. Il focus group è stato condotto con 9 partecipanti, 5 donne e 4 uomini, tutti appartenenti ad una classe di Crossfit. La traccia, semistrutturata, che ha guidato la discussione di gruppo si è articolata secondo tre direttrici: “forza, donne, corpo”; “lo sguardo: su di sé e sugli altri”; “allenamento in relazione: donne e uomini”.

“Core movements of life”: il Crossfit

Regime di allenamento sviluppato negli Stati Uniti da Greg Glassman negli anni Settanta, il Crossfit è una pratica che unisce tecniche di sollevamento pesi olimpico, ginnastica, allenamenti ad alta intensità, quindi resistenza e corsa, *weightlifting*, *powerlifting*, al fine di proporre quello che viene definito allenamento funzionale. Quest'ultimo è un modo diverso di intendere il corpo in movimento: l'obiettivo è il miglioramento dell'intera capacità cinetica del corpo e non del singolo distretto muscolare. “These are the core movements of life” (www.crossfit.com) spiegano i coach più esperti: i movimenti, da un lato, simulano gestualità quotidiane o gesti tecnici di gara, dall'altro mirano a migliorare forza, coordinazione, flessibilità e agilità, un controllo sul corpo e un uso consapevole dello stesso. Alta intensità in tempi brevi, controllo, forza, tre caratteristiche essenziali per ottenere risultati – evidenti sul corpo e a partire dal corpo – e rendere la performance atletica “misurabile”: il lavoro è conteggiato in *time* – n ripetizioni date di movimenti da raggiungere nel minor tempo possibile – o in *power* – tempo prestabilito in cui fare il maggior numero di ripetizioni con alti carichi.

Un significativo cambio di prospettiva nel mondo del fitness: il potenziamento muscolare passa da un fine prettamente estetico ad uno funzionale alla salute, alla consapevolezza, alla forza e, come a breve si vedrà, anche alla competizione.

È con la nascita della società CrossFit – marchio registrato 2000/2001 – e l’apertura del primo box – così vengono chiamate le palestre, gli spazi attrezzati dove si pratica – che prende piede un movimento che ha portato alla comparsa di diverse migliaia di affiliati in ambito internazionale.

Lo testimoniano i numeri reperibili sul sito ufficiale della società CrossFit: una mappa interattiva, in continuo aggiornamento, che parla di 12852 box ufficiali nel mondo, 2867 in Europa di cui 518 solo in Italia (www.crossfit.com). 13000 i praticanti in tutto il mondo: “The community that spontaneously arises when people do these workouts together is a key component of why CrossFit is so effective, and it gave birth to a global network of CrossFit affiliates” (www.crossfit.com).

A partire dal gruppo di lavoro si osserva una prima interessante dinamica: uomini e donne, infatti, si allenano nelle stesse classi – appunto i box –, eseguono gli stessi esercizi. Gli obiettivi dell’allenamento, nel Crossfit, sono universali, i gesti tecnici uguali per tutti, e sono progettati per consentire a chiunque di allenarsi, dal neofita allo sportivo professionista, donna, uomo, bambino bambina, giovane, meno giovane. Racconta Carlo Strati, titolare dal 2013 di uno dei primi box CrossFit, a Varese, e organizzatore di Italian Showdown:

Tra i praticanti la fascia di età più rappresentata è quella che va dai 24 ai 35 anni, ma ci sono anche i teenager che svolgono la variante di allenamento Crossfit Kids – che richiede una specifica specializzazione, ndr – e sta crescendo l’importanza dei “master”, ovvero gli over-40 che arrivano da altri sport e che nel Crossfit trovano una nuova occasione per mettersi in gioco, non solo con l’allenamento, ma anche con la competizione. In generale il rapporto uomini/donne è circa 70/30 in tutte le fasce d’età (numero 151 della rivista *Il Nuovo Club*, <http://www.fitnessstrend.com/il-fenomeno-crossfit>).

Questo ultimo dato è uno di quelli che sta cambiando più rapidamente, con una partecipazione in crescendo di ragazze e donne. La trasversalità della disciplina aiuta la sua diffusione: ognuno ha la possibilità di scalare l’allenamento in base alle sue capacità e al suo livello atletico, senza rinunciare alla competizione e alla costante crescita della propria prestazione. Perché l’unico obiettivo, l’unica cosa che conta nel Crossfit è proprio la prestazione.

Questa logica, trasversale e inclusiva, sta a monte dei *Crossfit games* – che si svolgono ogni anno dal 2002: tutti possono accedere alla competizione agonistica attraverso un sistema di qualificazione che implica il passaggio da uno step intermedio: i *Regionals*. Il circuito agonistico di Crossfit tiene conto di 17 regioni: 10 negli Stati Uniti e 7 nel resto del mondo. Gli atleti e le atlete possono registrarsi nell'area di appartenenza, competere portando a termine, in cinque settimane, cinque diverse sessioni di *workout* – allenamento – con standard di performance stabilito dal comitato dei giochi. Per ogni regione il numero di atleti qualificabili ai *Regionals* varia dai 10 ai 30, sia per gli uomini che per le donne, e dai 10 ai 20 team misti, a seconda della grandezza dell'area geografica. I *Regionals*, poi, si svolgono in due giornate: i primi cinque qualificati di ogni categoria hanno accesso ai *Crossfit Games*, e ricevono un premio in denaro che, dato interessante ed inedito in ambito competitivo, è equivalente sia per la categoria donne che per quella uomini. I *Regionals*, infatti, così come i *Crossfit Games*, prevedono due distinte categorie di gara per uomini e donne, e anche quella mista – di coppia o di gruppo.

La “democraticità”, se così la possiamo definire, nella partecipazione, nell'agonismo, nella pratica, non deve però trarre in inganno: il Crossfit è una disciplina dura, che fa dell'agonismo la leva per un miglioramento costante senza nessun momento statico, con una dinamicità del movimento che richiede forza e resistenza. Elasticità aerobica, forza da bodybuilder, eppure queste due discipline vengono assunte e destrutturate: il fine non è estetico, ma atletico; la forza non è statica, ma di movimento, codificata in gesti precisi e uguali per tutti. In questo quadro dove il corpo non conosce genere – inteso come costruzione sociale di femminilità e mascolinità – nel movimento, nella partecipazione e nella pratica, qual è la prospettiva adottata nella rappresentazione come nell'autorappresentazione delle Crossfitter? È subordinata allo sguardo maschile in una ricerca di adesione al modello stereotipico di femminilità, oppure si inizia ad intravedere una rottura che rende visibili nuovi modelli di corpo, bellezza e identità per le donne?

Biografie individuali: crossfitter, le immagini tra rappresentazione e autorappresentazione

“I corpi non sono spazialità date. Nella loro spazialità essi si attuano nel tempo: invecchiando, cambiando forma, cambiando significato e la rete di relazioni visive, discorsive e tattili che diviene parte della loro storicità, del loro passato, presente e

futuro. [...] Il corpo rappresenta ciò che può occupare la norma in una miriade di modi, che può eccederla, rielaborarla e rivelare come le realtà entro cui ci si pensava confinati siano invece aperte alle trasformazioni” (Butler, 2014).

Il corpo nello sport: può rielaborare la norma? Abbiamo già fatto cenno alle norme che assoggettano i corpi sportivi, interdetti nelle differenze di genere veicolate dal discorso dominate, relazioni di potere che investono il campo sportivo rendendolo ambito di conflitto più o meno sotterraneo (Sassatelli, 2003).

Estetismo, eleganza, grazia da una parte; aggressività, forza dall'altra. I corpi spesso seguono queste norme, nella rappresentazione, come nell'autorappresentazione, consapevole o inconsapevole, essi sono così costruiti, riprodotti, presentati. La muscolatura, la forza che ne deriva, l'atleticità, sono considerate prerogative di sport da uomini: tali caratteristiche assumono infatti connotati fastidiosi alla vista e al senso quando diventano attribuiti incarnati nelle donne. *Unwomanly* (Hargreaves, 1994) è avere un corpo muscolarmente sviluppato: attributo denigratorio, mascolinizzazione del fisico e nel fisico – perché *masculinity* è continuamente confronto e parametro nello sport –, perdita di connotazioni femminili. Come già dibattuto in queste pagine, la sfera sportiva non è immune a queste categorie, eppure le atlete e i loro corpi sono, oggi più di ieri, “a contested ideological terrain” (Messner, 1988).

La ridefinizione del corpo femminile è questione del nostro tempo. Il Crossfit ne è un interessante esempio, che si rivela nelle rappresentazioni mediatiche delle praticanti, così come nelle autorappresentazioni delle stesse crossfitter. Diversi i canali ufficiali in cui la comunità del Crossfit si presenta: dal sito ufficiale (www.crossfit.com) numerosi sono i collegamenti che rimandano a notizie, canali web, videointerviste, storie. Gli atleti e le atlete sono raccontati e si raccontano. Direbbe E. Ruspini:

I linguaggi densi di significati utilizzati dai media costituiscono universi simbolici che contribuiscono a formare i soggetti, sia dal punto di vista della trasmissione del sapere – attraverso processi di autoformazione – che della costruzione delle identità di genere. I media, dunque, possono rappresentare l'ambito dove è possibile sperimentare vissuti, desideri e immaginari lontano dalle pratiche ed esperienze quotidiane sottoposte a tempi di trasformazione più lenti e vincoli sociali più resistenti. (Ruspini, 2015, pp 78-79).

Il linguaggio mediatico sportivo costruisce universi simbolici inediti quando rappresenta le crossfitter, lo si evince dapprima analizzando le videointerviste, gli *special*, presenti su tre dei maggiori canali web relativi alla pratica qui in esame,

Crossfitgame, BoxRox, Garageatlethes.com. Prendendo in esame le rappresentazioni delle prime tre crossfitter nel ranking mondiale 2016 (1. Katrina Tanja Davidsdottir; 2. Tia-Clair Toomey; 3. Ragnheidn Sara Sigmundsdottir) vi è da subito una rottura della dinamica del racconto mediatico tipo, quando si presenta la biografia delle sportive. Le tre atlete sono rappresentate, da subito, in azione: frammenti di gara, di allenamento ai box. Una quotidianità ripresa, testimoniata, non costruita in favore di telecamera con inquadrature che frammentano il corpo, indugiando, ipersessualizzano le atlete, spesso impegnate in movimenti per nulla collegati allo sport che praticano. Pezzi in movimento con il continuo bisogno di affermare appartenenza ad una femminilità riconosciuta e riconoscibile, come se essa fosse minata dallo sforzo del corpo in azione – basti pensare a vari spot delle maggiori marche sportive che hanno come protagoniste atlete professioniste in diverse discipline. Le crossfitter rappresentate dallo sforzo sono provate, sudano, faticano, intente, abbigliate in maniera funzionale all'azione e all'impegno. Non ammiccano, non posano, il racconto sui canali dedicati a questa disciplina le rende esistenti nella pratica, come atlete. Incarnate in corpi muscolarmente definiti e sviluppati, strumenti esposti non per l'occhio ma per il movimento, non da occultare con tratti idealtipici di affermazione di femminilità – nonostante i muscoli.

Non vengono poste loro domande sull'orientamento sessuale, sull'essere donna fra bilancieri e sacchi di sabbia di 50 kg, sull'aver un corpo massiccio, visibile, presente. Non atlete – donne – fra atleti – uomini, maggioranza e parametro – dunque, ma professioniste/atlete fra praticanti: questo tipo di rappresentazione può essere a nostro avviso molto interessante, in merito alla rottura di una certa produzione e riproduzione sociale stereotipica dei generi, dei generi nei corpi, dei corpi – che hanno in sé un'identità di genere e un sesso come attributo di nascita – nello sport. È una nuova immagine di corpo femminile, una femminilità incarnata e visibile, che rompe il canone estetico, anche quello contemporaneo della donna in forma, e dove la bellezza ha profilo e misure del muscolo e della prestanza – attributi associati alla bellezza del corpo maschile.

Sono le stesse atlete che attraverso l'autorappresentazione, consapevolmente o inconsapevolmente, spostano i confini della bellezza a diverse forme e dimensioni, e dove le limitazioni fisiche socialmente attribuite a seguito di un dato biologico – la minore forza per le donne – vengono superate grazie all'allenamento. Un allenamento testimoniato e rappresentato.

Le tre atlete sopra menzionate, attraverso i loro canali social personali si

autorappresentano nello sforzo, nel muscolo in trazione, nel corpo in movimento che si stressa e cresce per migliorare. Ogni foto, video o post è un presentarsi per quello che fanno, in azione, in tensione, sole o in mezzo agli altri. Il corpo è visibile ma funzionale alla pratica e non assoggettato ad uno sguardo maschile, con cui siamo tutti educati a guardare, che cerca il tratto ideltipico di femminilità, statico. Le crossfitter qui considerate, nella loro autorappresentazione, non si guardano con questi occhi, ma con quelli dell'atleta che fa il suo lavoro e persegue obiettivi di miglioramento.



(foto tratte dai profili Instagram delle atlete)



(foto tratte dai profili Instagram delle atlete)

La nuova visibilità di queste atlete è testimoniata dall'attenzione che i più importanti brand sportivi stanno rivolgendo loro. Sara Sigmundsdottir – nella foto sopra – è diventata, proprio quest'anno, testimonial Nike. Con il suo ingaggio è interessante notare come Nike abbia voluto raccontare una storia che apre ad un nuovo universo simbolico: nello spot lo scenario è la città di Barcellona e la crossfitter, in compagnia di un altro collega noto all'ambiente – Mat Fraser –, ingaggia con quest'ultimo una gara che dura un giorno intero. Stessi esercizi da svolgere in giro per la città – stacchi, salti, sollevamento pesi, corsa, trazioni – cronometrati, la vittoria all'atleta che impiega il tempo minore. Lo spot termina con il risultato del cronometro (Sara 12:11; Mat 11:03) e la frase “*stop exercising, start training*” (<https://www.youtube.com/watch?v=X7ogploNgBU>).

Un uomo e una donna che gareggiano uno contro l'altro, nella stessa fatica, negli stessi gesti e con gli stessi attrezzi. Uno spot *genderless* per due atleti che praticano uno sport che proprio così pare si stia configurando, rinegoziando significati e pratiche sportive.

Nelle interviste, nelle immagini, nei video, negli spot, nelle rappresentazioni e nelle autorappresentazioni, il concetto che più frequentemente ricorre associato agli atleti e, dato importante, alle atlete è quello di *strength*, forza. Una categoria che diventa spazio di riproduzione da una parte e di rottura e cambiamento dall'altra.

Il concetto merita un ulteriore approfondimento in merito all'universo simbolico che ha contribuito a creare e che potrebbe trasformare nel prossimo futuro.

Corpo sportivo come corpo funzionale: un cortocircuito visivo che apre a nuovi significati.

Un focus group esplorativo

Attributo che nello sport è appannaggio maschile, la forza, se incarnata in un corpo femminile, innesca un processo che porta a considerare donne con una certa ipertrofia muscolare *unwomanly* (Hargreaves, 1994), come abbiamo già visto. Il concetto di forza può, dunque, produrre resistenze, ma anche importanti opportunità se associato alle donne.

Nel Crossfit, la forza, da un certo punto di vista, è nel corpo, perché nel corpo è visibile, nelle forme e, spesso, nei volumi: il fisico si trasforma, è corpo funzionale

all'attività per riuscire a sollevare importanti carichi, per avere più resistenza, per essere capace di mantenere lo sforzo per tempi prolungati. Questi segni che la forza lascia sui corpi sportivi sono apprezzati e normalizzati negli uomini, mentre diventano oggetto di discussione e resistenza per le donne e tra le donne. *Unwomanly*, appunto: una sorta di cortocircuito visivo, che disturba perché non aderente all'idea di femminilità, prima di tutto nella forma.

Uno sguardo assoggettato, con cui si guarda e ci si guarda:

Sentirsi grosse è nella nostra testa, perché nella testa abbiamo una precisa forma che deve avere una donna per essere bella. E allora ti vedi “troppo”, rispetto a quella visione lì. È la percezione che abbiamo di noi stesse come donne. Non puoi decidere come sentirti, però puoi decidere come iniziare a comportarti rispetto a questa sensazione di essere inadatta al tuo ruolo di donna (Ylenia, 28 anni).

Ylenia pratica Crossfit da due anni in uno dei maggiori centri della provincia di Vibo Valentia, Progetto Dynamo, una realtà che sta crescendo esponenzialmente. La scelta di una provincia calabrese per la raccolta di alcune testimonianze non è un caso, non vuole essere certo rappresentativa di tutto il movimento italiano, ma può essere significativa: in questa zona i centri sono piccoli, e certe visioni stereotipiche spesso sono più difficili da scardinare, o comunque da mettere in discussione.

L'effetto che ha avuto un progetto come quello di Francesco Valente, istruttore Crossfit e powerlifting, è stato sorprendente, soprattutto in un'ottica di genere:

In questo box i numeri uomo/donna sono praticamente 50/50 su 120 iscritti. Dati alla mano le donne sono le più costanti, forse all'inizio le più restie, “non voglio ingrossare”, “ma io non ce la farò mai a sollevare questi pesi”, ecc., ma poi si appassionano, si intestardiscono, vedono il corpo che cambia e apprezzano i risultati. Essere più forti vuol dire essere sane, toniche, più sicure, non vuol dire essere mascholine (Francesco, 43 anni).

Permane un divario conflittuale tra l'esperienza sportiva e i contesti quotidiani, sebbene il Crossfit indichi una specifica linea di sfida:

Ogni volta la stessa storia, per una maglietta smanicata che fa vedere il muscolo, un pantalone in cui il quadricipite è fasciato, si parla di perdita di femminilità; che non è uno sport adatto alle donne; che fa ingrossare. Insomma, quando qualcuno vede una di noi che, rispetto

alla media delle ragazze, è più doppia, più definita, diciamo così, fanno questa faccia disturbata quasi. Io sinceramente ho smesso di spiegare quanto questo sport mi faccia sentire sicura e mi abbia migliorato la vita quotidiana (Francesca, 25 anni).

Che poi sono gli amici, i conoscenti, i familiari casomai a dire che non siamo femminili, qui dentro, nei box, la questione non si pone proprio: siamo praticanti, uomini o donne, giovani o vecchi, durante l'allenamento non fa differenza, sei misurato per quello che riesci a fare, per come migliori. Guarda la lavagna, guarda, mica c'è scritto quanti centimetri di muscoli devi avere se sei donna o se sei uomo; là c'è scritto cosa devi fare, l'obiettivo è quello (Marta, 24 anni).

Lo sguardo cambia all'interno del *box*: quello maschile nel guardare le donne, quello femminile nel guardarsi. Si opera una decostruzione di quel modo univoco di osservare il corpo attraverso la griglia delle differenze di genere.

Le ragazze che vengono qui sanno che devono faticare, che l'allenamento è duro, che ha degli obiettivi che non sono estetici prima di tutto, che nelle classi si gareggia senza pensare che uno è uomo o donna, tutti insieme. Certo i pesi vanno scalati a seconda delle caratteristiche della persona, ma alla fine il wod –allenamento del giorno – può vincerlo una ragazza, o arrivare seconda, terza, comunque prima dei maschi, e nessuno si stupisce, è stata più forte, più resistente, più veloce. [...] Migliorare vuol dire anche crescere fisicamente – aumento della massa muscolare – sì, e crescono anche le ragazze: vuol dire che stanno lavorando bene, vuol dire che l'allenamento è fatto con costanza e impegno, altrimenti che ci si allena a fare? Qua non si fanno sconti a nessuno per sesso, età o altro. E poi da quello che vedo le ragazze non vogliono sconti, anzi (Christian, 24 anni, istruttore).

Un modo di guardare ai corpi come strumenti che si modificano per raggiungere degli obiettivi, anche se non si è professionisti ma semplici appassionati. “Più forte, più resistente, più veloce”. La forza torna come concetto cardine non declinato secondo il genere: è questo che può aprire a nuovi significati, incarnati, ma non solo.

Quando sono venuta qui per la prima volta guardavo le ragazze che si allenavano da tempo e notavo che nessuna di vergognava del proprio corpo, di se stessa. Io volevo avere la stessa fiducia in me, anche se sono entrata dicendo “non voglio ingrassare”. Poi sono diventata più forte, più tonica, e sono cambiata anche nell'atteggiamento: mi sento a mio agio con il mio corpo, anche con i suoi difetti; mi sento più sicura, più decisa, più... dritta, con lo sguardo che

non va in basso, ma sta alto. Non si tratta solo di tirare su un peso da terra, si tratta di avere obiettivi diversi ogni volta e conquistarseli, con le proprie forze, letteralmente!” (Claudia, 36 anni).

Cambia il corpo e si modificano i termini in cui ci si percepisce. È l'identità di genere che viene rinegoziata, riarticolata, ridiscussa. In relazione a se stessi, in relazione all'altro genere. Un messa in discussione di quella asimmetria di potere che lo sport conosce quando si interseca proprio con il genere.

Durante l'allenamento non ci sono cose per maschi e cose per femmine; l'allenamento è uno, gli esercizi si fanno in un solo modo: se non sai fare, impari; quando impari, cerchi di farlo sempre meglio. Non ci sono cose che si possono fare o non si possono fare, uomini e donne sono considerati alla pari, in tutti i sensi. Cioè se un ragazzo solleva meno di una ragazza più minuta di lui, non è una vergogna, semplicemente lei è più forte, un motivo in più per fissare l'obiettivo di raggiungerla e superarla (Francesco, 43 anni, istruttore).

La relazione fra i generi è rinegoziata, con la conseguente messa in discussione di concetti quali “mascolinità” – non assunto come parametro – e “femminilità” – non assunto come orizzonte fisso ed idealtipico.

Le brevi testimonianze riportate, unitamente alle considerazioni fatte in precedenza, aprono a scenari di analisi complessi e articolati che, senza la pretesa di esaustività o di risposte univoche, possono dare l'opportunità di muovere alcune considerazioni rispetto all'intersezione fra corpo, identità di genere e sport.

Conclusioni

Il corpo è, dunque, crocevia esposto di aspirazioni individuali, norme sociali, identità. Probabilmente, proprio questa sua esposizione, questa presenza tangibile e visibile nel mondo, è campo di riproduzione ma anche un'opportunità di cambiamento, e lo sport potrebbe essere spazio di potenziale amplificazione in entrambi i sensi.

La riflessione qui proposta, intersecando identità di genere, corpo e sport, ha articolato questo tentativo: analizzare se e come nuove pratiche sportive possano rinegoziare le norme di genere che incidono sui corpi, sulle identità.

Una pratica come quella del Crossfit che, negli assunti e nelle pratiche, si pone come *genderless*, apre ad orizzonti del possibile. *Genderless* non come appiattimento delle

differenze che abitano corpi, identità, sessualità, ma come riconfigurazione di definizioni rigide della mascolinità e della femminilità.

Dall'analisi effettuata, con l'obiettivo di mettere in luce spunti per la riflessione, la discussione e per approfondimenti futuri, è emerso come il Crossfit riesca a proporre, per mezzo della pratica, un nuovo modo di guardare innanzitutto al rapporto genere-corpo e bellezza-corpo, che hanno come minimo comun denominatore la visibilità del corpo sportivo. Nelle regole di questo sport, nei modi in cui vengono rappresentate le crossfitter, raccontate, rese visibili, si legge la proposta di nuove – perché plurime – immagini di atleta, di corpo, di femminilità.

Nella rappresentazione: muscolo, forza, sforzo e movimento, senza spasmodica ricerca di adesione ad un univoco idealtipo di bellezza, senza timore di un processo di mascolinizzazione del corpo, perché il maschile non è parametro, ma atleta parimenti. La bellezza passa per l'armonia di un corpo funzionale e non statico; la concezione dell'atleta per la qualità della performance. È uno sguardo dall'importante potenziale: rifugge l'assoggettarsi ad una visione univoca e immanente, apre a nuovi orizzonti del possibile che sono rappresentati grazie alla visibilità che viene data loro. Queste stesse traiettorie di messa in discussione del genere come meccanismo disciplinante e normalizzante, si leggono nelle autorappresentazioni delle atlete, nelle parole delle praticanti, che rivendicano il diritto su un corpo sano, presente, funzionale allo sport che hanno scelto, un corpo forte, che incide in maniera importante sulla percezione del sé.

Tutto ciò ruota attorno ad un nuovo senso attribuito al concetto di forza: quando quest'ultima non è più esclusivo campo maschile, si pone come categoria funzionale ad un diverso modo di intendersi e di percepirsi, nel corpo ma non solo, e anche ad una nuova modalità di rapporto fra i generi.

Nelle interviste, negli spot, nei *box*, la relazione mascolinità-femminilità prende le distanze da un rapporto di potere esplicito ed esplicitato anche in campo sportivo. Il modo di guardare e guardarsi, riconoscersi come pari all'interno di un *box*, la possibilità di partecipare insieme e contro ai games, il fatto di ricevere gli stessi premi in denaro, fa in modo che le asimmetrie di genere vengano ridotte, vengano quantomeno messe in discussione. Riprendiamo le parole di Francesco, istruttore: “Se un ragazzo solleva meno di una ragazza più minuta di lui, non è una vergogna, semplicemente lei è più forte, un motivo in più per fissare l'obiettivo di raggiungerla e superarla”. Il gesto lo fa l'atleta, non il genere dell'atleta.

È importante chiedersi, in prospettiva, il potenziale di questa come di altre nuove pratiche sportive che stanno emergendo, lette e ripercorse in queste brevi traiettorie di analisi. Il Crossfit propone messaggi, rappresentazioni, esperienze e relazioni capaci di riconfigurare le categorie delle identità di genere, in primo luogo nel modo di vedere e considerare il proprio corpo. Una pratica che, così, si pone nell'ottica del riconoscimento dell'identità dell'atleta, al di fuori dei parametri tipici della mascolinità egemone.

Nei *box* le aspettative legate ai ruoli di genere e a quelli dell'atleta – compreso il modo in cui si modellano i corpi e si presenta il proprio sé nella sfera pubblica – si armonizzano nella sfida al modello dominante. Sarà a questo punto interessante, in prospettiva futura, comprendere il rapporto con altre aspettative istituzionali, all'esterno dell'ambito sportivo – nelle famiglie o nei contesti lavorativi, ad esempio –, dove si snoda la biografia delle atlete. Qui sembrano permanere dei fattori conflittuali.

Sarà utile capire l'effetto di questo nuovo modo di presentarsi nel corpo, di questa nuova rappresentazione del corpo, su ambiti sociali altri, e se tali elementi riescano a suggerire cambi di prospettive. Al contempo sarà importante interrogarsi sul potenziale trasformativo di una diversa consapevolezza nel quadro di questa disciplina sportiva: tentare di capire se tale consapevolezza, a partire dai/dalle praticanti, venga poi tradotta nella trasformazione delle pratiche della vita quotidiana, nella messa in crisi dei modelli tradizionali di relazione tra i generi, nella ridefinizione della struttura della stratificazione.

Riferimenti bibliografici

Birrell, Susan (2000), *Feminist Theories for Sport*. In Jay Coakley & Eric Dunning (Eds.), *Handbook of Sport Studies* (pp. 61-76), London: SAGE.

Birrell, Susan (1988), *Discourses on the Gender/Sport Relationship: From Women in Sport to Gender Relations*, *Exercise and Sport Science Reviews*, 16 (1), 459-502.

Bolin, Anne (2003), *Beauty or the Beast: the Subversive Soma*. In Anne Bolin & Jane Granskog (Eds.), *Athletic Intruders. Ethnographic Research on Women, Culture and Exercise* (pp. 107-129), Albany, New York: State University of New York Press.

Butler, Judith (2014), *Fare e disfare il genere*, Milano: Mimesis Edizioni.

Coakley, Jay (2009), *Sport in Society. Issues and Controversies*, New York: Mc-

Graw-Hill.

Connell, R.W. (2005), *Masculinities. Second Edition*, Berkley and Los Angeles: University of California Press.

Connell, R.W. (1987), *Gender and Power. Society, the Person and Sexual Politics*, Cambridge: Polity Press.

Gerth, Hans Heinrich & Mills, Charles Wright (1969), *Carattere e struttura sociale*, Torino: UTET.

Guthrie, Shraon R. & Castelnovo, Shirlye (1992), Elite Women Bodybuilders: Models of Resistance or Compliance?, *Play and Culture*, 5 (4), 401-408.

Hargreaves, Jennifer (1994), *Sporting Females. Critical issues in the history and sociology of women's sports*, London & New York: Routledge.

Lukes, Steven (2007), *Il potere. Una visione radicale*, Milano: Vita e Pensiero.

Mac Neil, Margaret (1988), Active Women, Media Representation, and Ideology. In Jean Harvey & Hart Cantelon, *Not Just a Game: Essays in Canadian Sport Sociology* (pp. 195-211), Ottawa: Ottawa University Press.

Markula, Pirkko (1995), Firm but Shapely, Fit but Sexy, Strong but Thin: The Postmodern Aerobicizing Female Bodies, *Sociology of Sport Journal*, 12 (4), 424-453.

Messner; Michael A. (1988), Sports and Male Domination: The Female Athlete as Contested Ideological Terrain, *Sociology of Sport Journal*, 5, 197-211.

Mills, Charles Wright (2014), *L'immaginazione sociologica*, Milano: Il Saggiatore.

Theberge, Nancy (2000), Gender and Sport. In Jay Coakley & Eric Dunning (Eds.), *Handbook of Sport Studies* (pp. 322-333), London: SAGE.

Theberge, Nancy (2000), *Higher Goals. Women's Ice Hockey and the Politics of Gender*. Albany, New York: State University of New York Press.

Theberge, Nancy (1995), Gender, Sport, and the Construction of Community: a Case Study from Women's Ice Hockey, *Sociology of Sport Journal*, 12 (4), 389-402.

Ruspini E. (2009), *Le identità di genere*, Bologna: Carocci editore.^[1]_[SEP]

Sassatelli R. (2003), *Genere e Sport. Lo sport al femminile*, Roma: Enciclopedia dello Sport Treccani.

Sitografia

www.crossfit.com

BoxRox.com

Crossfitgame.com

Garageatlethes.com

<https://www.youtube.com/watch?v=X7ogploNgBU>

<https://www.instagram.com/katrintanja/?hl=it>

<https://www.instagram.com/sarasigmunds/>

<https://www.instagram.com/tiaclair1/>

<http://www.fitnessstrend.com/il-fenomeno-crossfit>

Luca Bifulco è ricercatore in sociologia generale presso il Dipartimento di Scienze Sociali dell'Università degli Studi di Napoli Federico II, dove insegna Sociologia e Sociologia dello Sport. Si occupa di teorie sociologiche, sociologia del conflitto, analisi sociologica dello sport.

Luca Bifulco is research fellow in Sociology at the Department of Social Sciences, University of Naples Federico II, where he teaches Sociology and Sport Sociology. His research fields are: sociological theories, conflict sociology, sociological analysis of sport.

Alessia Tuselli è dottoranda in Scienze Sociali e Statistiche presso il Dipartimento di Scienze Sociali dell'Università degli Studi di Napoli Federico II. Si occupa soprattutto di studi di genere, di metodologie della ricerca sociale e valutazione. Lavora al Centro di Women's Studies "Milly Villa", Università della Calabria, sulla violenza sulle donne, con particolare riferimento all'educazione, alla prevenzione e al linguaggio di genere.

Alessia Tuselli is PhD student of Social Sciences and Statistics at Department of Social

Sciences, University of Naples Federico II. She focuses especially on gender studies, social research methodologies and validation. She is working at the Women's Studies Centre "Milly Villa", University of Calabria, on violence against women, in particular focusing on education, prevention and gender language.