

Sport ? według nauki o wychowaniu fizycznym: rozmaite formy aktywności fizycznej i umysłowej, podejmowane dla przyjemności lub współzawodnictwa. Od "zwykłej rekreacji" ma go różnić przestrzeganie szeregu reguł obowiązujących w danej dyscyplinie.

Według mniej popularnej, ale bardziej wewnętrznie spójnej definicji, sport to każda forma aktywności (fizycznej i umysłowej) podejmowanej w celu rywalizacji - zbiorowej lub indywidualnej, w różnych grach i dyscyplinach, ale też "z samym sobą", np. w alpinizmie czy sportach ekstremalnych.

W ramach rekreacji, rozumianej tu jako odrębne pojęcie, brak jest elementu rywalizacji. Różne realizowane w jej ramach czynności, poza pracą, czy nauką, są wykonywane w miejscu zamieszkania, czy pobytu, co różni ją z kolei od turystyki - podróży w celu poznawania świata i ludzi.

Innymi słowy wyjazd za miasto na rowerze będzie miał charakter sportowy, gdy celem rowerzysty będzie np. dojechanie najszybciej z grupy, szybciej niż "wczoraj" do danego miejsca czy pokonanie dłuższego dystansu. O charakterze rekreacyjnym wyjazdu będzie świadczyło potraktowanie roweru jako przyjemnego środka transportu a poświęcanie uwagi zajęciom w miejscu docelowym np. na "majówce". Przy wyjeździe turystycznym najbardziej istotna będzie możliwość podziwiania okolicy ale przede wszystkim zmiany planu wycieczki (trasy, harmonogramu) z uwagi na ciekawe miejsca, spotkanych ludzi czy obiekty warte zwiedzenia.

W niektórych ujęciach sport to również kultura fizyczna, dbanie o własne ciało, podziwianie piękna zawodników uprawiających dane dyscypliny.