Kulturystyka ? amatorska lub zawodowa dyscyplina sportu. Polega na kształtowaniu ciała poprzez ćwiczenia fizyczne. Wywodzi się z ćwiczeń treningowych siłaczy i zapaśników z drugiej połowy XIX w. Za prekursora nowoczesnej kulturystyki uważa się niemieckiego siłacza Eugena Sandowa, który występował z pokazami cyrkowymi w różnych krajach na przełomie XIX i XX w. Kulturystyka jako dyscyplina sportowa wyodrębniła się pod koniec lat 40. w USA za sprawą braci Bena i Joe Weiderów, którzy w 1946 założyli IFBB.

Od 1970 roku organizowane są również zawody dla kobiet.
Podczas zawodów oceniany jest wygląd zawodników (symetria umięśnienia, separacja mięśni, pozy, poszczególne partie).

Rozwojem kulturystyki na świecie kieruje Międzynarodowa Federacja Kulturystyki (IFBB), natomiast w Polsce od 1988 istnieje Polski Związek Kulturystyki, Fitness i Trójboju Siłowego.

Jednym z najsłynniejszych kulturystów jest Arnold Schwarzenegger, który zdobył 7 tytułów Mr. Olympia (1970-1975 i 1980) i 5 tytułów Mister Universe. Wielokrotnie zdobywał też nagrody w konkursach Mister World, Mister International czy Mister Europe.