

# Pas de doute, le walking, c'est la marche à suivre

● C'est en marchant sur la pointe des pieds qu'ils sont entrés dans la grande famille de l'Escalade en 2007. Aujourd'hui, les adeptes du walking et du Nordic walking ouvrent la marche en grandes pompes. Le pluriel est de rigueur, car leur peloton est devenu légion. Roi de la calcullette, Jean-Noël Borgognon est ébahi. «Par rapport à 2011, la participation au walking a augmenté de 83%», s'émerveille le banquier à la retraite. Ses comptes donnent le vertige: avec ou sans bâton, quelque 4000 marcheurs (dont plus de 80% de femmes) rallieront Veyrier aux Bastions de nuit sur 8,8 km! Allumée l'an passé dans le sillage de la Course du Duc, la fièvre du vendredi soir n'est pas près de retomber.

Gobe-bitume du Stade Genève, réputé pour son bagout de speaker, Jean-Noël Borgognon ne jure plus aujourd'hui que par le walking. Il y a un an, sur les conseils de son physio, le coureur a changé de voie! «Il m'a convaincu. Arrivé à un certain âge, marcher, c'est encore mieux pour la santé. J'ai 66 ans, j'ai plus envie de durer que de faire des folies!»

Cette démarche lui a fait découvrir une activité très sociale. «Rien n'en interdit la pratique. Ni l'âge, ni un gros ventre! Et puis, surtout, elle rassemble les gens, elle est communicative», estime Jean-Noël Borgognon. Alternative à la course à pied, le



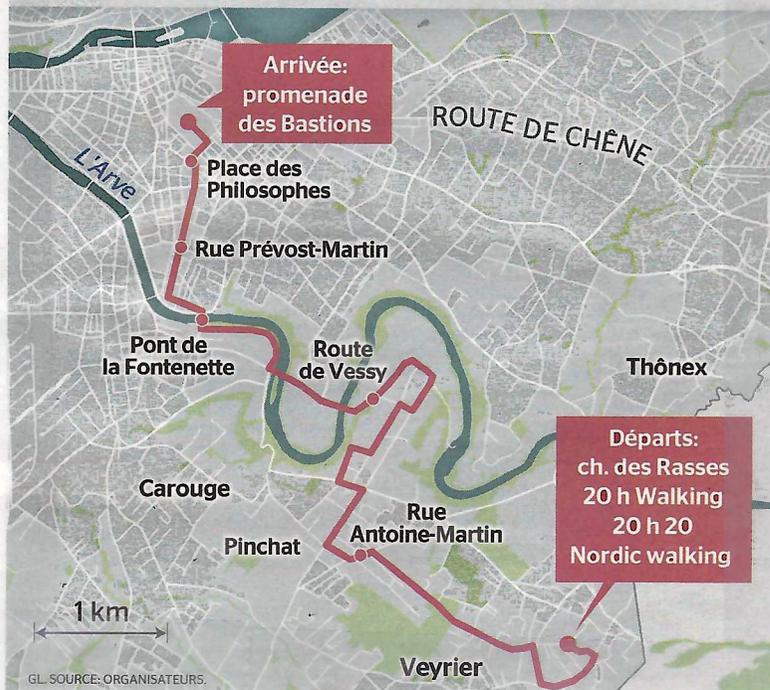
La joie de marcher. PIERRE ALBOUY

walking peut aussi en favoriser l'initiation. D'où sa popularité. «Grâce à lui, l'Escalade joue encore plus la carte de l'ouverture. On peut marcher le vendredi soir entre copines et s'occuper le lendemain des enfants ou des petits-enfants.»

Si le Stadiste pilotera l'épreuve aux côtés de 70 bénévoles, c'est tout sauf un hasard. Jean-Noël Borgognon est citoyen de Veyrier, le fief du walking. Vendredi soir, ce sera la fête et l'effervescence au village. A la descente des bus (8, 41 ou 34), il faudra accueillir et diriger les milliers de participants vers le nouveau groupe scolaire du Grand Salève. Soupe à la courge, thé chaud, salles chauffées et... WC seront à disposition. Puis ce sera le départ, en deux vagues. Cap sur les Bastions. P. B.

Tribune de Genève | Vendredi 29 novembre 2013

## Le parcours du Walking



GL. SOURCE: ORGANISATEURS.