

## Portrait du marcheur Nathan BONZON



Marcher, cela semble une activité normale pour bien des gens. Pour **Nathan BONZON** c'est un sport de compétition, une discipline olympique. Le jeune boyard né en l'an 2000 a découvert la marche athlétique alors qu'il n'avait que 5 ans : « Nathan a participé à sa première compétition lors du 40<sup>e</sup> anniversaire du Club de marche de Monthey, depuis il n'a jamais abandonné », raconte ses parents.

Après avoir essayé le hockey sur glace et même s'il continue de pratiquer le ski de fond, la marche est devenue naturellement son sport d'excellence.

« Mes ambitions ? Accéder au niveau international dans les 15-20 meilleurs », avoue l'espoir de la marche suisse. Pour y arriver, il faudra continuer d'accumuler de longues heures d'entraînement avec ses coaches sur la piste de Monthey, sur les routes chablaisiennes ou au CMC d'Aigle.

Hormis son camarade de club Guillaume POMMAZ, il n'y a actuellement plus aucun jeune marcheur en Suisse. C'est donc aux élites et à l'étranger que se frotte l'adolescent !

Sous le maillot de l'équipe nationale, le Chablaisien a déjà engrangé de précieuses expériences internationales. Le cadet a participé à plusieurs Match des 6 nations avec des concurrents bien plus âgés que lui !

Après une sélection en juniors pour les Championnats du monde par équipe en mai 2016 à Rome (48:30 sur 10 km), Nathan BONZON a été le premier marcheur suisse à participer aux Championnats d'Europe d'athlétisme des U18 (51:39 sur 10'000 m), en juillet à Tbilissi en Géorgie. Le multiple champion de Suisse avait réalisé son meilleur temps sur 10'000 mètres à Monthey fin avril (48:18). En catégorie U16 en 2015, Nathan Bonzon a été le premier marcheur suisse à passer sous la barre des 24 minutes sur 5'000 mètres.

En août 2016, le résident de Saint-Triphon a commencé un apprentissage de ferblantier à Clarens. Concilier vie active et vie sportive est le nouveau challenge que doit relever Nathan

BONZON. « Parce qu'en Suisse cela se passe ainsi dans le sport », résume son entraîneur Olivier BIANCHI.

En savoir plus : [www.cmmonthey.ch](http://www.cmmonthey.ch)  
Jérôme Genet, journaliste

### La marche, c'est quoi ?

Selon l'IAAF, la fédération internationale d'athlétisme, la marche est une progression de pas exécutés de telle manière que le marcheur maintienne un contact avec le sol sans qu'il ne survienne aucune perte de contact visible (pour l'œil humain). La jambe avant doit être tendue à partir du moment du premier contact avec le sol jusqu'à ce qu'elle se trouve en position verticale.

Des juges contrôlent que les athlètes appliquent la définition de la marche athlétique.

La pratique de ce sport requiert tout simplement un t-shirt, un short et une paire de chaussures de sport légères.

*Nathan BONZON, Championnat suisse à Monthey le 28 mai 2016.*



© Jérôme Genet