

Nathan Bonzon

Athlétisme - marche athlétique



Né le 24 mars 2000 à Aigle (VD)

Fils de Fabienne et Nicolas. Une sœur aînée

Habite à Les Saves à 1867 Saint-Triphon, sur la commune d'Ollon (VD)

Membre du Club de Marche de Monthey (CMM) en Valais et du Ski Club Bex (VD)

Découvre la marche en 2005 à l'âge de 5 ans lors du 40^e anniversaire du CMM

Entraîné par Olivier Bianchi, Daniel Pasche et Sylvestre Marclay,
4 entraînements par semaine pour la marche, 1 pour le ski de fond (en saison)

2016 : après une dernière année de l'école obligatoire, débute en août un
apprentissage de ferblantier à Clarens (VD)

Hobbies : balade en forêt, écouter de la musique

Caractère : compétitif, sensible, individuel

Contact : Fabienne Bonzon / fabienne.bonzon@bluewin.ch / +41 79 429 60 71

Palmarès :

Membre de l'Equipe suisse de marche Juniors depuis 2014

Mérite sportif de la Fédération Valaisanne d'Athlétisme en 2016

Lauréat du premier Prix jeunesse de la Fédération Suisse de Marche en 2015

Détenteur d'une Swiss Olympic Talentcard Régional de Swiss Athletics depuis 2015

Multiple champion de Suisse

Multi recordman de Suisse :

Cadets B (U16) Meilleure Performance Suisse (MPS) 5'000 m 23'50"1 en 2015

Ecoliers (U14) Meilleure Performance Suisse (MPS) 3'000 m 15'16"1 en 2013

Plusieurs records valaisans

2016 Cadet A / U18

Juillet : 1^{er} marcheur suisse de l'histoire sélectionné en Equipe suisse d'athlétisme pour les premiers **Championnats d'Europe d'athlétisme** des U18 (European Athletics Youth Championships), 19^e en 51:39 du 10'000m piste à Tbilissi en Géorgie

Juillet : **Champion suisse U18** sur 10'000m en 49:24

Mai : Cadet, devient **champion suisse des Elites**, sur 10'000m à Monthey en 50:58.

Mai : L'un des plus jeunes des **Championnats du monde par équipes** (anc. Coupe du monde) à Rome en Italie, sous le maillot de l'Equipe de Suisse, s'est classé 52^e des Juniors en 48:38

Avril : Décroche **le titre national des Juniors** en 48:18

Février : Stage d'entraînement au Portugal

2015 Cadet B / U16

En catégorie U16, devient le premier marcheur suisse à passer sous la barre des 24 minutes sur 5'000 mètres. En 23:50.1, le cadet a battu deux fois la Meilleure Performance Suisse (MPS)

Champion suisse U16 5'000m en 23:50

Champion suisse U18 10km en 49:55

Equipe nationale pour le Match des 6 Nations à Bedford en Angleterre, 9^e du 10km en 51:51

2014 Cadet B / U16

Cadet, convoqué en Equipe nationale pour le Match des 6 Nations à Namur en Belgique, 5^e du 10km en 54:12

Champion suisse U16 5km

Champion suisse U18 10km

2008 - 2013 Ecolier C / U10 - Ecolier A / U14

2013 : champion suisse U16 5'000m

2012: champion suisse U16 5'000m

Portait :

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^e 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'entraînements 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 jeunes bien plus âgés que lui !

Après une sélection en juniors pour les Championnats du monde par équipes 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 10'000m), 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. (JG)

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.

En savoir plus : le site du Club de marche www.cmmonthey.ch

Les médias en parlent :

RADIO CHABLAIS

Marche: Nathan Bonzon champion d...

Nathan Bonzon, du club de Monthey, a remporté ce week-end le titre de champion suisse sur 10'000m. Le tout jeune Chablaisien, qui à 16 ans se frotte déjà aux séniors, valu le 2^{ème} rang, derrière le Portugais de Lausanne Luis Manuel Correia, pas classé au niveau helvétique.

Marche: Nathan Bonzon Champion Suisse sur 5000m Juniors

10 jours avant de s'envoler pour les championnats d'Europe cadets à de Tbilisi (Géorgie) le jeune montheyen Nathan Bonzon a remporté son championnat sur la toute nouvelle piste de Monthey. Seul originaire dans cette situation pour s'imposer devant toutes et tous les concurrents présents en...



Sport Chablais .ch

ACCUEIL SPORTS D'ÉTÉ SPORTS D'HIVER SPORTS FUN IRES

MARCHE ATHLÉTIQUE
Nathan Bonzon bat son propre record suisse
 Dans le cadre du championnat national sur piste de Lausanne, les sportifs du Club de marche de Monthey se sont mis en évidence. Nathan Bonzon a réussi un temps de 25'50" sur 5000 m piste, ce qui constitue une nouvelle meilleure performance suisse chez les U16 M et a remporté le titre national, devançant le médaillé d'argent Guillaume Pommaz du CM Monthey en 26'47". Chez les filles U18W sur 5000 m, le CM Monthey a réussi le doublé par Aude Rouillet vainqueur en 33'38" devant Liliana Da Silva Sousa en 36'09" et chez les filles Da Silva Sousa du CM Monthey en 36'35" ont également fait un doublé. © IPT

Marche: Meilleure performance suisse et titre national pour Nathan Bonzon à Lausanne!

13 mai 2015 Charles-Henry Massy

Meilleure performance suisse et titre national pour Nathan Bonzon



Encore mieux! En suisse à passer s une nouvelle fois Coubertin à L...

MARCHE ATHLÉTIQUE
Nathan Bonzon réalise la meilleure performance valaisanne sur 10 000 mètres
 Lors du match des six nations disputé à Bedford (Angleterre), sur 10 000 m piste, dans la catégorie junior, le U16 M du CM Monthey Nathan Bonzon a pris la 9e place en 51'51"85 ce qui représente une meilleure performance valaisanne dans sa catégorie (anciennement réussie en 1998 par Bruno Grandjean en 52'49"88). Son camarade de club Guillaume Pommaz a terminé son premier 10 000 m à la 10e place en 57'17"50. © IPT

MARCHE
Nathan Bonzon champion de Suisse
 Nathan Bonzon, 16 ans, a remporté le titre de champion de Suisse de marche sur 5000 m à Monthey. Le club de Monthey a ainsi gagné une nouvelle fois le titre national. Nathan Bonzon a réalisé un temps de 25'50" à deux minutes de son record personnel, et cela grâce à son entraîneur, le coach national Daniel Prache, chef technique du Club de marche de Monthey. En effet, Nathan Bonzon a battu tous les concurrents de la catégorie. Désormais, il devra attendre pour le plus âgé de reprendre la compétition pour les championnats d'Europe cadets à en juillet à Guillaume Pommaz, vainqueur d'entraînement de Nathan Bonzon, a remporté le titre national chez les cadets U avec un temps de 26'47" meilleure performance personnelle sur 5 km. © CS



Une semaine en images
 Sa 16.04



Nathan Bonzon, du Club de Marche de Monthey, a remporté le championnat sur la piste du Stade du Verney avec un temps de 48:18 sur 10 km. Il a ainsi pris la 10e place pour les Championnats européens de la jeunesse qui ont lieu à Tbilisi, en Géorgie.

JG 23.05. – 02.11.2016