BENJAMIN NADON

BIO :

Je suis un skieur acrobatique dans la discipline des bosses en simple et en parallèle. Depuis la saison 2016-2017, je compétitionne sur le circuit provincial de SkiAcro Québec en plus de quelques compétitions et championnats nationaux. Après une saison 2018-2019 exceptionnelle, j'ai gradué sur l'équipe du Québec « Développement ». Dès la saison prochaine, je compétitionnerai dans la série de la Coupe Canada sur le circuit national de Freestyle Canada.
https://www.freestylecanada.ski/fr/events/canada cup/

Année de naissance : 2003

Niveau scolaire : secondaire V

Institution : Collège Laval

Moyenne générale : 91 %

Autres sports : Football, vélo de montagne

benjamin.nadon@gmail.com

438-503-7077

Meilleurs résultats en carrière :

2017 – Champion junior canadien M-14
2017 – Coupe Alexandre Bilodeau – Athlète masculin de l'année /Équipe de bosses Saint-Sauveur
2018 – Vice-champion junior canadien M-16 (bosses en parallèle)
2019 – SkiAcro Québec – Athlète masculin de l'année
2019 – Grand prix du circuit provincial de bosses / Champion M-16
2019 – 1ère place au championnat provincial M-16
2019 – 3e place au championnat canadien junior M-16
2019 – 4 médailles d'or en 5 épreuves sur le circuit provincial
2019 – Coupe Alexandre Bilodeau – Athlète masculin de l'année /Équipe de bosses Saint-Sauveur

Objectifs :

- Continuer à développer mes habiletés techniques en ski et dans les sauts
- Compétitionner avec les meilleurs athlètes du pays
- Être sélectionné pour rejoindre l'équipe du Québec « Performance »
- Représenter le Canada aux jeux olympiques d'hiver

BENJAMIN NADON

Aperçu de l'entre-saison

Printemps 2019 :

- Entraînements sur neige jusqu'en mai ;
- Entraînement sur trampoline ;
- Renforcement musculaire et amélioration de la flexibilité en gymnase ;

Été 2019 :

- Camps d'entraînement sur rampe d'eau à St-Hyppolyte et au centre de Ski Le Relais à Lac Beauport (25 jours) ;
- Camp d'entraînement sur neige sur le glacier de Tignes en France (17 jours) ;
- Renforcement musculaire et amélioration de la flexibilité en gymnase ;

Décembre 2019 :

- Camps d'entraînement sur neige (le plus de jours possibles) au Sommet Saint-Sauveur et à Val St-Côme

Circuits de compétition Hiver 2019-2020 :

Décembre 2019 – Sélection canadienne
Apex, Colombie-Britannique (14 jours)
Janvier 2020 – Série canadienne – Canada Cup
Est du Canada – calendrier à venir (5 jours)
Janvier 2020 – Circuit provincial de bosses
Région de Québec – calendrier à venir (5 jours)
Février 2020 – Série canadienne – Canada Cup
Ouest canadien – calendrier à venir (5 jours)
Février 2020 – Circuit provincial de bosses
Région des Laurentides – calendrier à venir (5 jours)
Mars 2020 – Championnat canadien junior
Ouest canadien – calendrier à venir (5 jours)
Mars 2020 – Championnat canadien Senior
Ouest canadien – calendrier à venir (5 jours)
Avril 2020 – Championnat québécois
Emplacement et calendrier à venir (5 jours)

SKI ACRO QUÉBEC

BENJAMIN NADON

LETTRES D'APPUI

SKI ACRO QUÉBEC

Collège Laval

Lauréat

du directeur

Pierre Charette, directeur de 4e secondaire

Gérard Bauër écrivait un jour : « Toute facilité apparente, toute réussite, sont les fruits d'une rigueur intime ». Voici ce qui te caractérise le mieux. Ta rigueur personnelle fait paraître tout ce que tu fais comme étant facile. Nous sommes cependant conscients que tu mérites tout ce qui t'arrive, car tu l'as obtenu grâce à tes efforts et à ta discipline. Maintenant, nous te souhaitons le bonheur d'apprécier tout cela.

Tout comme Joanne Liu (présidente internationale de Médecins sans frontières), Louis Fortier (direction scientifique d'ArcticNet) et Dr Jean-Claude Tardif (directeur du Centre de recherche de l'Institut de Cardiologie de Montréal), tu es une personne qui se démarque par sa réussite, mais qui reste souvent dans l'ombre.

Je désire aujourd'hui souligner l'accomplissement de Benjamin. Jeune homme plutôt discret, il est de ceux qui prêchent par l'exemple. Travaillant et performant, il accepte difficilement la 2e place, démontrant ainsi une grande détermination et son désir de vaincre. En plus d'exceller sur le plan scolaire, Benjamin est également un de nos meilleurs athlètes chez les Maraudeurs évoluant depuis la 1re secondaire dans l'équipe de football du Collège. Pour compléter ce tableau, il est également un des meilleurs espoirs en ski de bosses au Québec.

Félicitations, Benjamin! Persévère et tous tes rêves seront à portée de main.

Benjamin Nadon

de la 411

Juin 2019

COLLÈGE LAVAL

Sainte-Adèle, le 01 juin 2019

Madame, Monsieur,

C'est avec plaisir que je vous écris pour vous recommander d'appuyer Benjamin Nadon dans son cheminement sportif.

J'ai eu la chance d'entraîner Benjamin à plusieurs reprises, et ce, dans différents contextes. J'ai eu la chance de suivre son évolution depuis maintenant près de 5 ans. Que ce soit lors des entraînements estivaux sur rampes d'eau ou lors de longues journées d'entraînements sur neige, le jeune Nadon fait preuve de discipline et démontre une éthique de travail hors pair.

Cette année, Benjamin à été invité à participer au camp de détection des habiletés de l'équipe du Québec de bosses grâce à ses excellents résultats sur les circuits provinciaux et nationaux. Il a su se démarquer par sa maturité et ses qualités athlétiques lors des différents tests et entrevues si bien qu'il a été retenu pour se joindre l'équipe « Développement » pour la prochaine saison. Sa discipline favorite, le ski de bosses, lui demande énormément de déplacements sur différents sites et plateaux d'entrainement. De la rampe d'eau aux centres de gymnastique et du gymnase jusqu' aux glaciers éternels pour s'entraîner sur neige durant la période estivale, il sera appelé à se déplacer à maintes reprises. Votre support financier constituera un appui de taille pour le soutenir dans sa progression et lui permettre de se développer en tant qu'athlète.

Je n'ai aucune hésitation à recommander Benjamin Nadon pour les qualités qui sont mentionnées dans cette lettre. En effet M. Nadon est un athlète rigoureux à la tâche, assidu, engagé, déterminé et un jeune homme avec une attitude très positive avec les gens qui l'entourent.

Je vous prie de recevoir, Madame, Monsieur, mes sentiments distingués.

Charles-Antoine Morache
Co-fondateur et entraîneur
Ski CAMEL

cell:450-806-3711
camorache@gmail.com

Laval, le 23 Mai 2019

Laval (Québec)

Objet : Recommandation

Madame, Monsieur,

C'est avec plaisir que je vous recommande Benjamin Nadon comme candidat pour l'obtention de commanditaires.

Étant moi-même enseignant en éducation physique et à la santé, c'est ce qui me permis de passer plusieurs années à côtoyer Benjamin en gymnase et de pouvoir ainsi témoigner de ses aptitudes hors du commun. Cette personne est un étudiant compétent et très ambitieux. Au cours de la dernière année, il a entre obtenu la première position provinciale en ski de bosse. Cette expérience a démontré à quel point son acharnement et son éthique de travail lui permettront d'atteindre chacun de ses objectifs.

Tous les autres enseignants me témoignent constamment du bien de lui et à quel point il est un étudiant exceptionnel. Toujours prêt à travailler, il a maintenu une moyenne générale bien au-dessus de la moyenne de classe durant tout son secondaire; ce qui est un exploit compte tenu de son horaire d'étudiant-athlète extrêmement chargé.

Grâce à ce commanditaire, Benjamin pourra continuer de performer sur les bancs d'école, ainsi que sur les pentes de ski. Vous aurez également l'opportunité de contribuer directement à la réussite de ce jeune homme.

Je vous prie de recevoir, Madame, Monsieur, mes sentiments distingués.

Alexandre Raymond

Alexandre Raymond, enseignant en éducation physique et à la santé

Collège Laval

BENJAMIN NADON

DOSSIER DE PRESSE

SKI ACRO QUÉBEC

Dévoilement de la sélection de l'Équipe du Québec de bosses 2019-2020

Mai 9, 2019 | Uncategorized | 0 comments

Un vent de fraicheur passe sur l'Équipe du Québec de bosses cette saison! Beaucoup de nouveaux athlètes prendront part à cette équipe pour la prochaine année

Ski Acro Québec a le plaisir de vous annoncer les nouveaux athlètes qui prendront part à l'équipe développement de la saison 2019-2020:

- Benjamin Nadon
- Benoît Gilbert
- Rowanne Godbout
- Ashley Koehler
- Xavier Drouin
- Charles Beaulieu
- Louis Paradis

Ceux-ci s'ajouteront à

- Émilie Forget
- Reece Miller-Clarke

Ensuite, voici les athlètes (anciennement sur l'équipe développement) qui monteront sur l'équipe performance pour la saison 2019-2020:

- Kaylee Koehler
- Julien Viel
- Christophe Imbeau
- Charles-Olivier Thivierge

Ceux-ci s'ajouteront à

- Sandrine Vaillancourt
- Louis-David Chalifoux
- Christian Fréchette
- Félix Bertrand
- Mats Desautels
- Olivier Lessard

Félicitations aux nouvelles recrues et vétérans de cette nouvelle saison !

En effet, vous remarquerez que beaucoup de changements se sont passés. Ceux-ci sont duent par la retraite de nombreux athlètes dans le niveau performance et développement. Nous voulons leur rendre hommage après avoir siégé sur l'Équipe du Québec un bon nombre d'années pour quelques'uns!

Nous souhaitons le meilleur des succès dans le futurs à :

- Félix Cloutier-Asselin (anciennement sur l'équipe performance) 6 ans sur l'ÉQ
- Marc-Antoine Bety (anciennement sur l'équipe performance) 5 ans sur l'ÉQ
- Mikela Bergevin (anciennement sur l'équipe performance) 3 ans sur l'ÉQ
- Florence Delsame (anciennement sur l'équipe performance) 3 ans sur l'ÉQ
- Olivier Thibault (anciennement sur l'équipe performance) 3 ans sur l'ÉQ
- Jean-Christophe Nadeau (anciennement sur l'équipe performance) 7 ans sur l'ÉQ
- Thomas Gagnon (anciennement sur l'équipe développement) 1 ans sur l'ÉQ
- Julien Gauthier (anciennement sur l'équipe développement) 1 ans sur l'ÉQ
- Cassandre Labelle (anciennement sur l'équipe développement) 2 ans sur l'ÉQ
- Ode Millette (anciennement sur l'équipe développement) 2 ans sur l'ÉQ

Beaucoup d'entre eux ont décidé de devenir entraineur suite à cette retraite et poursuivront le sport qu'ils aiment tant faire en

partageant leur savoir à tous qui auront la passion du ski acrobatique.

Bravo à tous! La saison 2019-2020 sera sans doute à ne pas manquer!

La sélection de l'équipe de slopestyle et de saut suivront bientôt **

Tous droits reserves @ 2014 Federation Quebecoise de Ski Acrobatique | Designed & Powered by **globe marketing**

COURRIER LAVAL.com
Propulsé par 2M.MEDIA

Emanuel Désilets et Benjamin Nadon avec le président de la FPN, François Deschênes. (Photo gracieuseté)

DÉFI SPORTIF

Des bourses pour deux espoirs lavallois

Par Rédaction Laval

Publié le 31 janvier 2019

PARTAGER TWEET COMMENTAIRE

La Fondation de l'athlète d'excellence (FAEQ) et la Fondation Palestre Nationale (FPN) ont remis 30 000 $ en bourses à 20 jeunes étudiants-athlètes prometteurs, dont les Lavallois Emanuel Désilets et Benjamin Nadon, identifiés dans la catégorie espoir par leur fédération.

L'annonce s'est faite durant la cérémonie marquant la 5e édition du Programme de bourses de la FPN, dont l'historique remonte à 125 ans, étant la première fondation à avoir été créée au Québec afin de soutenir le développement d'athlètes amateurs.

Évoluant en athlétisme, le sauteur Emanuel Désilets fréquente l'école secondaire Horizon Jeunesse, alors que le skieur acrobatique et spécialiste des bosses Benjamin Nadon poursuit ses études en concentration football au Collège Laval.

Notons qu'Emanuel étudie en 4e secondaire en concentration multisport. L'athlète a amélioré les records du Québec du 100m haies et pentathlon chez les cadets aux Championnats provinciaux, lui qui a également battu les marques québécoises et de la compétition au 100m des mêmes disciplines aux Championnats canadiens jeunesse de la Légion.

«Emanuel est discipliné et sérieux à l'entraînement et jouit d'une bonne coordination. Actuellement, il concentre ses efforts sur ses départs au 60 et 100 m haies et sur sa technique au saut en longueur. Plusieurs records provinciaux et médailles d'or sont dans sa ligne de mire en 2019, en plus de participations aux Championnats nationaux intérieurs New Balance à New York et aux Championnats de la NACAC des moins de 18 ans au Mexique. Animé par le rêve olympique, Emanuel étudiera aux niveaux collégial et universitaire, peut-être dans le domaine du droit», ont témoigné les responsables de cette aide financière.

Pour sa part, inscrit actuellement en 4e secondaire, Benjamin Nadon maintient une moyenne académique de 93 %, lui qui a été vice-champion canadien junior des bosses en parallèle chez les moins de 16 ans en 2018. Il avait remporté le championnat canadien junior de sa discipline chez les moins de 14 ans l'année précédente.

«Rapide dans les parcours, Benjamin fait aussi preuve d'une belle constance et est capable d'oublier rapidement une prestation décevante. Il peaufine constamment sa technique de ski à l'entraînement. Le bosseur se fixe deux objectifs précis ces prochaines saisons: faire partie de l'équipe du Québec et représenter le pays aux Jeux olympiques. Rêvant également d'être footballeur professionnel, Benjamin étudiera au cégep et à l'université pour enseigner l'éducation physique», a commenté le jury à son sujet.

«C'est toujours un grand plaisir d'encourager de jeunes étudiants-athlètes qui poursuivent leurs rêves aux niveaux provincial et national, a expliqué via communiqué François Deschênes, président de la Fondation Palestre Nationale, qui a remis 20 bourses de 1500 $ pour un total de 138 000 $ à la FAEQ depuis les cinq dernières années. Nous trouvons primordial de soutenir l'élite sportive très tôt dans son cheminement. C'est

donc une fierté pour nous de jouer un rôle de premier plan vers la réussite sportive et académique des jeunes étudiants-athlètes que nous récompensons.»

Des 20 récipiendaires, âgés de 10 à 17 ans, 13 ont reçu des bourses d'excellence académique récompensant les excellents résultats scolaires et 7 des bourses de soutien à la réussite académique et sportive encourageant la bonne conciliation du sport et des études. **(B.L.)**

Commentaires

Vous aimeriez aussi...

Démystifier la maltraitance envers les aînés un pas à la fois

Première de Silya Kacel avec orchestre

Des tulipes pour lancer les Samedis à la ferme

Le comité exécutif octroie 236 000$ en subventions

SUJETS EN LIEN : EN VEDETTE

Rédaction Laval

COURRIER LAVAL.com
Propulsé par 2M.MEDIA

Benjamin Nadon est sur les traces de ses idoles Mikaël Kingsbury et Alexandre Bilodeau. ©Photo - Anton van der Merwe

SPORTS

Benjamin Nadon nouveau champion canadien des bosses

SKI ACROBATIQUE.Le jeune Lavallois de 13 ans Benjamin Nadon a remporté la médaille d'or aux Championnats canadiens juniors de bosses, le 12 mars, au Centre de ski Le Relais, à Québec.

Par Sylvain Lamarre

Publié le 24 mars 2017

PARTAGER TWEET COMMENTAIRE

Membre de l'équipe de bosses du Sommet Saint-Sauveur, Benjamin a épaté la galerie en décrochant son premier titre dans la catégorie des moins de 14 ans. Il a devancé Mathis Bouchard, du Québec, et Alexander Henderson, de la Colombie-Britannique.

L'athlète du quartier Auteuil a fait bonne figure à sa première présence à la classique nationale. Il a obtenu 69 points à la descente initiale et 75 points à la seconde. «Je visais un top 5, mais tout a fonctionné à merveille. J'étais beaucoup plus rapide à ma deuxième course. Je réalisais un grand rêve», confie l'élève de deuxième secondaire au Collège Laval.

Souvenirs

Benjamin conservera de beaux souvenirs. Il a apprécié le défilé de quatre hélicoptères de l'Aviation royale canadienne de la base de Valcartier a survolé le Centre de ski Le Relais en hommage aux skieurs qui ont fait la renommée du Québec Air Force. Une dizaine d'anciens athlètes, dont Jean-Luc Brassard, les frères Laroche, Pierre-Alexandre Rousseau et Caroline Olivier, ont d'ailleurs assisté à l'événement. De la fin des années 1970 jusqu'à la fin des années 1990, le Québec occupait l'avant-scène en ski acrobatique. On a même baptisé une partie de l'équipe Québec Air Force.

«Ces anciens athlètes m'ont inspiré. C'était comme des miniolympiques, souligne le jeune champion. J'ai eu l'impression que je faisais partie de ce groupe.»

Circuit provincial

Benjamin a brillé à sa première année sur le circuit provincial en s'emparant de neuf médailles, dont trois en or. «Mon fils a reçu son invitation aux Championnats canadiens après avoir terminé parmi les deux meilleurs lors des compétitions provinciales», souligne le père.

Championnats québécois

Le bosseur, qui s'entraîne sous la férule de Gabriel Leblanc, tentera d'imiter sa prestation aux Championnats provinciaux qui se dérouleront en fin de semaine à la station de ski Le Relais, à Québec.

Benjamin présentera de nouveaux sauts avec un degré de difficulté plus élevé.

Membre de l'équipe de bosses du Sommet Saint-Sauveur, Benjamin a épaté la galerie en décrochant son premier titre dans la catégorie des moins de 14 ans. Il a devancé Mathis Bouchard, du Québec, et Alexander Henderson, de la Colombie-Britannique.

L'athlète du quartier Auteuil a fait bonne figure à sa première présence à la classique nationale. Il a obtenu 69 points à la descente initiale et 75 points à la seconde. «Je visais un top 5, mais tout a fonctionné à merveille. J'étais beaucoup plus rapide à ma deuxième course. Je réalisais un grand rêve», confie l'élève de deuxième secondaire au Collège Laval.

Souvenirs

Benjamin conservera de beaux souvenirs. Il a apprécié le défilé de quatre hélicoptères de l'Aviation royale canadienne de la base de Valcartier a survolé le Centre de ski Le Relais en hommage aux skieurs qui ont fait la renommée du Québec Air Force. Une dizaine d'anciens athlètes, dont Jean-Luc Brassard, les frères Laroche, Pierre-Alexandre Rousseau et Caroline Olivier, ont d'ailleurs assisté à l'événement. De la fin des années 1970 jusqu'à la fin des années 1990, le Québec occupait l'avant-scène en ski acrobatique. On a même baptisé une partie de l'équipe Québec Air Force.

«Ces anciens athlètes m'ont inspiré. C'était comme des miniolympiques, souligne le jeune champion. J'ai eu l'impression que je faisais partie de ce groupe.»

Circuit provincial

Benjamin a brillé à sa première année sur le circuit provincial en s'emparant de neuf médailles, dont trois en or. «Mon fils a reçu son invitation aux Championnats canadiens après avoir terminé parmi les deux meilleurs lors des compétitions provinciales», souligne le père.

Championnats québécois

Le bosseur, qui s'entraîne sous la férule de Gabriel Leblanc, tentera d'imiter sa prestation aux Championnats provinciaux qui se dérouleront en fin de semaine à la station de ski Le Relais, à Québec.

Benjamin présentera de nouveaux sauts avec un degré de difficulté plus élevé.