

COMMUNIQUÉ

Pour diffusion immédiate

Le Trail du Coureur des Bois de Duchesnay : une nouvelle épreuve et un virage écoresponsable

Toutes les distances affichent complet avec plus de 1000 participants pour le deuxième événement 2019 Je Cours Qc

Québec, le mardi 14 mai 2019 – Après une autre édition réussie du [Demi-marathon de Lévis](#), la Corporation Événements Course de Québec et son producteur délégué, Gestev, se déplaceront au cœur de la nature, le lundi 20 mai prochain, lors du deuxième événement au calendrier 2019 Je Cours Qc, le [Trail du Coureur des Bois de Duchesnay](#). Plus de 1000 amateurs de course en sentier de tous les âges et niveaux s'aventureront dans les sentiers de la Station touristique Duchesnay et prendront les départs des quatre épreuves, dont le nouveau trajet de 34 km ainsi que le 18 km, le 8 km et le Trail des jeunes [Méga Parc](#) (1,5 km). À l'heure actuelle, toutes les distances disponibles ont atteint leur capacité maximale d'accueil.

« Avec le Trail du Coureur des Bois de Duchesnay, notre objectif est d'en faire un événement à la hauteur de ce que les amateurs de trail retrouvent ailleurs au Québec et à l'international. Nous voyons grand pour cet événement et la participation croissante à cette course nous confirme que nous allons dans la bonne direction, affirme Chantal Lachance, vice-présidente Marketing et Opérations chez Gestev. En plus de l'ajout, cette année, d'une nouvelle épreuve de 34 km et de la mise en place d'actions concrètes pour l'environnement, nous offrons toujours aux coureurs l'expérience de pratiquer leur sport sur des parcours stimulants et le tout dans une ambiance festive à seulement 30 minutes du centre-ville de Québec ! »

Nouvelle épreuve longue distance et virage écoresponsable pour le Trail du Coureur des Bois

Grande nouveauté cette année, une nouvelle épreuve de 34 km s'ajoute aux épreuves déjà bien connues des coureurs. Ce nouveau trajet majoritairement hors des sentiers réguliers permettra aux coureurs aguerris de repousser leurs limites en réalisant une longue distance qui se veut rapide et bien balancée. Les participants qui termineront la course sous le chrono de 03 : 45 : 00 obtiendront la qualification afin de s'inscrire au [Québec Mega Trail 50 Miles](#). Également, tous ceux qui compléteront cette nouvelle course obtiendront un point [ITRA \(Certification International Trail Running Association\)](#).

Comme cette course prend place au cœur des sentiers naturels de la station Duchesnay, il était primordial de poser des gestes plus concrets et de répondre à la volonté des participants désirant un événement de trail qui incarne les principes de la course en sentier. Voici en rafale les actions écoresponsables qui s'appliqueront dès cette année :

- 1. Remise d'une pousse de pin blanc en guise de médaille.** Chaque participant recevra une pousse de pin blanc au lieu d'une médaille de participation. Ces plants provenant d'une pépinière du Québec pourront être plantés par les coureurs à leur domicile, autrement, ils seront récupérés par un organisme de reboisement forestier. Le retrait de la médaille, produite et provenant de Chine, permettra de réduire considérablement l'impact social et environnemental que la production de tels produits peut engendrer. D'autant plus que les arbres plantés par les coureurs à leur domicile pourront capter du CO2 permettant ainsi de compenser symboliquement les GES que l'événement génère.
- 2. Remise d'un verre réutilisable et élimination de 100% des contenants d'eau à usage unique.** Toujours dans un souci du respect de l'environnement, les quelque 3900 verres en plastique à usage unique ne seront plus distribués aux postes de ravitaillement ni dans le corridor d'arrivée. Les participants recevront, lors de la remise des dossards, un verre réutilisable qu'ils pourront utiliser tout au long de leur course. Les bouteilles d'eau ne seront également plus distribuées au site d'arrivée, puisqu'un réservoir d'eau sera installé permettant aux participants de remplir leur verre réutilisable une fois de plus.

3. **Mise en place d'un stationnement incitatif au covoiturage plus près du site et offre d'hébergement.** Afin d'encourager les coureurs à réduire leurs déplacements, ils sont invités à faire du covoiturage et ainsi profiter d'espaces de stationnements plus près de l'entrée du site de l'événement. Une offre d'hébergement directement à la [Station touristique Duchesnay](#) est également disponible pour les coureurs qui désirent arriver à l'avance sur le site. Afin d'encourager ces bonnes pratiques, nos équipes de production feront du covoiturage jusqu'au site et logeront sur place pour éviter les déplacements inutiles.
4. **Service de compostage sur place.** Comme dans tous les événements signés GesteV, les participants sont invités à composter leurs déchets lors de leur présence sur le site de l'événement et notre équipe Gestevert se fera un plaisir d'effectuer la collecte.

« Chez GesteV, nous sommes fiers de prendre en considération l'aspect environnemental et social de nos événements, explique Marie-Claude Dufour, responsable du volet Gestevert chez GesteV. C'est pourquoi nous souhaitons améliorer nos pratiques pour nos événements de course tout en gardant le niveau de qualité reconnu de nos événements. Année après année, nous avons résolu de joindre nos forces à celles de nos partenaires afin de penser, poser et promouvoir des gestes toujours plus verts, plus solidaires et plus responsables d'une manière créative et dynamique ».

Ces nouvelles initiatives s'ajoutent à celles déjà en place. Consultez toutes nos actions au :

<https://www.jecoursqc.com/marathon-quebec/gestevert/>

Les participants iront en partie à la découverte du Sentier National chaussés de leurs espadrilles dès 7 h 30. Tous les détails sur les départs et arrivées de chaque épreuve ci-dessous :

Heures de départ :	Arrivée des premiers coureurs :
34 km : 7 h 30	9 h 50
18 km : 9 h 00	10 h 15
8 km : 9 h 30	10 h 00
Trail des jeunes Méga Parc (1,5 km) : 11 h 00	11 h 06
Remise des médailles : 10h30 (34 km) et 11 h 30 (autres épreuves)	

34km

Découverte ou redécouverte des extraordinaires possibilités du grand terrain de jeu de la Station touristique Duchesnay, le parcours proposé inclut un mélange de chemins forestiers, de *single track* et de gravel, entrecoupés de bonnes montées et descentes, le tout dans la majestueuse forêt mixte. Les points de vue sur le lac Saint-Joseph sont merveilleux. C'est le défi parfait pour se mettre des kilomètres dans les jambes en début de saison de trail.

18 km

Épreuve de choix pour les amateurs de course en sentier à la recherche d'un beau défi, le trajet du 18 km empruntera les routes 55-56-57 et 54 pour bifurquer dans le sentier du Coureur des bois (numéro 58). Les participants auront ensuite une montée sur environ 2 km avant de commencer à redescendre légèrement. À l'approche du kilomètre 8, ils arriveront sur le sentier utilisé pour le ski de fond. Un peu plus large, sans être pour autant plus facile, il mènera à La Halte pour ensuite poursuivre vers la boucle du 8 km Oasis, déjà entamée. Le dénivelé positif total de ce parcours est de 500 mètres (500 m D+).

8 km

Parfait pour s'initier à la course en sentier, le parcours du 8 km emprunte les mêmes sentiers que le 18 km, soit les routes 55-56-57 et 54 avant de se terminer devant le bâtiment Le Caribou. Pour cette course, le dénivelé positif total est de 175 mètres (175 m D+).

Trail des jeunes Méga Parc (1,5 km)

Idéal pour offrir une première expérience de course en sentier aux enfants, le Trail des jeunes Méga Parc empruntera le premier kilomètre et demi des trois autres parcours.

La Fondation Hôtel-Dieu de Lévis et Je Cours Qc, toujours uni

Nous avons pour objectif de faire bouger la population et de contribuer à l'adoption de saines habitudes de vie. Avec la Fondation Hôtel-Dieu de Lévis, l'objectif est d'agir également sur la qualité des soins en lien avec la grande campagne de financement et GesteV est fier de contribuer à sa façon à l'amélioration de la santé pour toute la population de la Chaudière-Appalaches atteinte de cancer. À cet effet, les participants du Demi-marathon de Lévis, de la Trail Coureur des Bois de Duchesnay, de la Descente Royale de Québec présentée par les Promenades Beauport et du Défi des Escaliers de Québec peuvent faire un don à la [Fondation Hôtel-Dieu de Lévis](#) au moment de leur inscription. Il leur est aussi possible de se créer une campagne de levée de fonds individuelle ou en équipe directement sur le site web de la Fondation. Les participants qui amasseront 100 \$ et plus en dons recevront un buff aux couleurs de l'initiative Je Cours Qc et de la Fondation. Ils pourront ainsi fièrement s'afficher en tant qu'ambassadeurs de la cause.

Les trois autres courses au calendrier 2019 Je Cours Qc

Cette année, la saison 2019 se terminera lors du weekend du 11-13 octobre avec la 22^e édition du [Marathon SSQ Assurance de Québec, une invitation santé Brunet](#), qui sera marquée par son parcours carte postale sur lequel des milliers de coureurs et marcheurs d'ici et d'ailleurs se mettront au défi. D'ici là, les amateurs de course pourront également participer aux deux autres courses au calendrier 2019 Je Cours Qc, soit [la Descente Royale de Québec présentée par les Promenades Beauport](#) (2 juin) et le [Défi des escaliers Fonds de solidarité FTQ de Québec](#) (16 juin).

Les sportifs qui aimeraient participer au Trail du Coureur des Bois de Duchesnay et aux autres courses Je Cours Qc peuvent s'inscrire directement sur le site web www.jecoursqc.com.

À propos de la Corporation Événements Course de Québec

La Corporation Événements Course de Québec a pour mission de faire rayonner la course à pied à Québec à travers les événements amateurs Je Cours Qc qui attirent des milliers de coureurs et marcheurs d'ici et d'ailleurs. En plus de déployer des événements de course grand public, la Corporation Événements Course de Québec travaille avec acharnement pour le développement du sport et l'adoption des saines habitudes de vie auprès des amateurs de course de tous les âges.

À propos de GesteV

Créée en 1992, GesteV est une firme spécialisée dans l'organisation et la création de concepts événementiels qui se sont démarqués tant au Québec qu'à l'échelle internationale. GesteV a su, au fil des ans, rehausser les standards en organisation et production d'événements, ajoutant un volet festif aux épreuves sportives de haut niveau, notamment en introduisant de la musique et du divertissement aux événements et en rendant les compétitions accessibles à tous. Le Jamboree, le Red Bull Crashed Ice, le Vélirium, les finales de la Coupe du monde FIS de ski de fond et la Transat Québec Saint-Malo ne sont que quelques exemples de projets d'envergure menés à bien par la firme qui s'occupe également de la gestion de la Baie de Beauport. GesteV est certifiée responsable selon la norme BNQ 9700-253. Dans le cadre des courses à pied, GesteV est producteur pour l'organisateur Corporation Événements Course de Québec. Ce rôle est délégué à 100 % par Multi-Sport qui appartient à GesteV et Groupe Boucher Sports.

À propos du Groupe Boucher Sports

Le Groupe Boucher Sports compte près de 900 employés et 24 magasins franchisés sous les bannières Sports Experts, Atmosphère, Intersport, Hockey Experts et Entrepôt du Hockey, ce qui en fait l'un des chefs de file dans la vente d'équipements, de vêtements et chaussures de sport au Québec.



facebook.com/jecoursqc/



twitter.com/jecoursqc



youtube.com/channel/JecoursQc



instagram.com/jecoursqc/

flickr flickr.com/photos/gestev

Information :

Alexandra Bélisle

Chargée de projets – Relations médias

abelisle@gestev.com

581 745-4738