

COMMUNIQUÉ

Pour diffusion immédiate

Un nombre record de coureurs attendu au Trail du Coureur des Bois de Duchesnay

Québec, le jeudi 18 mai 2023 – La Station touristique de Duchesnay accueillera plus de **1 600 coureurs** et marcheurs à l'occasion du Trail du Coureur des Bois de Duchesnay, le lundi **22 mai prochain**. La **9^e édition** de cette course, qui affiche complet pour une première fois, marque un record de participation, positionnant ainsi l'événement dans le top 5 des courses de trail au Québec. Les participants se mettront au défi grâce à cette belle mise en jambe de début de saison de trail lors des épreuves de 3 km, 8 km, 18 km, 34 km et du Trail des jeunes (1,5 km).

Les passionnés de trail au rendez-vous

« Nous sommes tellement fiers que le Trail du Coureur des Bois de Duchesnay atteigne un nombre record de participants cette saison ! On y voit un réel témoignage de la passion et de l'engagement de notre communauté de coureurs. C'est avec un grand enthousiasme que nous retrouverons tous ces passionnés de trail sur la ligne de départ, prêts à repousser leurs limites dans le terrain de jeu majestueux qu'est la Station touristique Duchesnay », affirme Marianne Pelchat, productrice déléguée chez Gestev.

Une course entièrement verte

Soulignons que le Trail du Coureur des Bois de Duchesnay, seul créneau de course en sentier de la série Je Cours Qc, est un trail écoresponsable et zéro déchet en plein cœur des sentiers naturels de la Station touristique Duchesnay. Le parcours rapide et diversifié comprend un mélange de sentiers de type *single track*, aménagés, de raquettes, de ski de fond et de quelques anciens sentiers dans une forêt mixte tout simplement superbe, en plus de comprendre des points de vue sur le lac Saint-Joseph. Les participants parcourront un dénivelé positif de 1 060 mètres sur 34 km.

« Bonne chance à tous les coureurs qui prendront part à cette 9^e édition du Trail du Coureur des Bois de Duchesnay ! Merci à tous les partenaires qui s'impliquent année après année pour faire de cette course un succès. Bouger en nature fait du bien au corps, mais aussi à l'esprit, mentionne la ministre responsable du Sport, du Loisir et du Plein air, Isabelle Charest. Je salue également les initiatives vertes mises de l'avant afin de réduire l'empreinte écologique de l'événement. »

De petites actions écoresponsables qui vont loin...

Remise d'un plant de persil frisé en guise de médaille. Chaque participant recevra un plant de persil frisé au lieu d'une médaille de participation. Ces plants, provenant d'une serre basée à Lévis, sur la Rive-Sud de Québec, pourront être cultivés par les coureurs à leur domicile. Autrement, ils seront récupérés par un organisme d'aide alimentaire. Le retrait de la médaille, action en place depuis 2019, permet de réduire considérablement l'impact social et environnemental que la production de tels produits peut engendrer. En alternative à la médaille, le plant de persil frisé est un souvenir vert et durable de sa participation au Trail du Coureur des Bois de Duchesnay.

Élimination de tous les contenants d'eau à usage unique. Pour une troisième édition, aucun contenant d'eau à usage unique sera distribué aux postes de ravitaillement ni dans le corridor d'arrivée par souci de respect de l'environnement. Les participants sont invités à apporter une bouteille d'eau ou autre contenant réutilisable pour s'hydrater tout au long de leur course. Un grand réservoir d'eau sera présent sur le site d'arrivée afin que les participants puissent faire le plein d'eau à nouveau. Des gobelets réutilisables seront également en vente.

Formule de collation zéro déchet. La collation d'après course proposée à nos coureurs sera servie en vrac, afin que ceux-ci puissent composer leurs menus selon leurs envies et ainsi limiter le gaspillage alimentaire. Le tri des matières résiduelles sera lui aussi encouragé avec la mise à disposition de bacs de compostage et de poubelles de recyclage.

Covoiturage. Je Cours Qc encourage fortement les participants à privilégier le covoiturage, question de contribuer eux-aussi aux actions écoresponsables 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.

Gestev est fier de continuer à promouvoir des gestes toujours plus verts et écoresponsables dans ses événements de course à pied. Consultez plus d'initiatives GesteVert [ici](#).

Calendrier 2023 de Je Cours Qc

Le Défi des Escaliers | 17 juin 2023

Le Défi des Escaliers propose aux amateurs de course à pied de compléter un parcours semi-autonome et distinctif qui prendra son départ en plein cœur du Vieux-Québec, puis qui serpentera quasi tous les escaliers qui relient la Basse-Ville à la Haute-Ville, dévoilant des endroits inusités et des vues époustouflantes. Le Défi des Escaliers est le seul trail urbain au Québec. Bien que les milliers de marches à grimper puissent sembler une épreuve redoutable, cette course-escaliers est un défi accessible. Les inscriptions à cette course battent également leur plein cette saison, il ne reste que très peu de dossards !

Le Marathon Beneva de Québec présenté par Montellier | 29 septembre au 1^{er} octobre 2023

Cet automne, les participants du Marathon Beneva de Québec présenté par Montellier prendront le départ d'un parcours carte postale qui sillonnera les plus belles rues de Québec, mettant en lumière les plus beaux attraits de la Ville de Québec, joyau du patrimoine mondial. Ce tour de ville condensé, qui traverse trois arrondissements et neuf quartiers, est un superbe défi sportif sous la flamboyance automnale! Pour une deuxième année, les coureurs et les marcheurs seront accueillis dans une zone festive sur place Jean-Béliveau, ligne d'arrivée de toutes les distances, en plus de l'Expo Je Cours Qc qui se tiendra sur le site d'ExpoCité.

Tous les détails sur les courses Je Cours Qc sur www.jecoursqc.com

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. Experte en production, en diffusion et en promotion d'événements culturels et sportifs, elle fait rayonner les talents québécois et internationaux dans son marché. Filiale de Québecor Sports et divertissement, regroupant également le Centre Vidéotron, la Baie de Beauport, le Théâtre Capitole, le Théâtre du Casino Lac-Leamy, Musicor et le Cabaret du Casino de Montréal, Gestev se distingue par ses événements de qualité, propulsés par de nombreuses opportunités de convergence rendues possibles grâce à la force du groupe Québecor. Le Red Bull Crashed Ice, le Vélirium, les Championnats du monde UCI de vélo de montagne, les événements Je Cours QC, l'expérience Cigale, Igloofest Québec et les Coupes du monde FIS de ski de fond ne sont que quelques exemples de projets d'envergure menés à bien par la firme qui s'occupe également de sa propre agence de marketing expérientiel à Québec et Montréal.

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.

-30-



facebook.com/jecoursqc

twitter.com/jecoursqc

youtube.com/JeCoursQc



instagram.com/jecoursqc

flickr.com/photos/gestev

Renseignements | Noémie Laliberté, chargée de projets communications | nlaliberte@gestev.com | 418-334-4165