



UN ÉVÉNEMENT

JE —
COURS
QC

42.25 beneva

Départ / Start: 8H25

21.15 MONTELLIER

Départ / Start: 10 H 00

10X sports experts

Départ / Start: 8 H 00

UNE EXPÉRIENCE
gestev

SAMEDI 30 SEPTEMBRE / SATURDAY, SEPTEMBER 30



**CONSULTEZ
LA CARTE INTERACTIVE**
CHECK OUT THE INTERACTIVE MAP

Pour une foule d'infos en ligne
2023 Beneva Marathon Quebec
Interactive Map (racepoint.ca)
for useful info online



**SUIVEZ
UN COUREUR
EN DIRECT**

via l'applicazione mobile
Sportstats Tracker



ATTRAIS TOURISTIQUES

ICONIC LANDMARKS

- 1 Corridor de la rivière Saint-Charles
- 2 Basilique-cathédrale Notre-Dame de Québec
- 3 Fairmont Le Château Frontenac
- 4 Porte Saint-Louis
- 5 Fontaine de Tourny
- 6 Plaines d'Abraham
- 7 Rue Cartier
- 8 Rue Maguire
- 9 Quai des cageux
- 10 Promenade Samuel-de-Champlain
- 11 Petit Champlain
- 12 Place Royale
- 13 Place des Canotiers
- 14 Parc Cartier-Brébeuf

🎵 ANIMATIONS 🎵

- 1 DJ Dan
- 2 Bryan Vigneault
- 3 SDC St-Sauveur
- 4 Harmonie Val-Bélair
- 5 Tunnel Solotech
- 6 Collège François-de-Laval
- 7 Collège Saint-Charles-Garnier
- 8 Phil Gagné
- 9 WKND Radio 91.9
- 10 DelaSalle
- 11 Olipage
- 12 BlackOut
- 13 Camila Woodman
- 14 Djembé Québec
- 15 Quartier Petit-Champlain
/Faux mouvement
- 16 Quartier Petit-Champlain
/Allée des parapluies
- 17 La zone Cheers de Beneva
- 18 Les Patriotes
- 19 Animation On running
- 20 Les anges Club de course Montcalm
- 21 DJ Maxe

LE SITE DE DÉPART

Start area

Tout s’articule autour de la place Jean-Béliveau, près du Centre Vidéotron, superbe site de départ et d’arrivée. Soyez-y en grand nombre pour vivre le coup d’envoi au son des platines de DJ Dan !

Place Jean-Béliveau is where it’s all at for the start and finish area, right by the Vidéotron Centre. Be there for a taste of all that start line energy, with DJ Dan pumping out the tunes!



SILLERY

L’avenue Maguire est la principale artère commerciale de ce quartier un peu en retrait du centre-ville. Vous pourrez encourager les coureurs lors de leur passage au coin du chemin Saint-Louis.

Maguire Avenue is the main shopping street in this suburb of the city. A sweet spot to cheer on the runners is at the intersection with Chemin Saint-Louis.



ANIMATION



COMMERCE OUVERTS / OPEN STORES



MENU / FOOD



SOYEZ LE PARFAIT SUPPORTEUR

BE THE PERFECT SUPERFAN

01 / À l’Expo Je Cours Qc, passez au Kiosque Info et nous vous proposerons l’itinéraire parfait pour suivre votre participant.

At the Je Cours Qc Expo, stop by the Info Booth to pick up your superfan card. We’ll be happy to suggest the best places to catch a glimpse of your favourite runners on the course.

02 / Suivez votre coureur à la trace grâce à l’application mobile Sportstats Tracker.

Download the Sportstats Tracker mobile app and track your favourite runners in real time on your smartphone screen.



PRÉVOYEZ VOS DÉPLACEMENTS !

PLAN YOUR TRIP!

EN VÉLO / BY BIKE

Un stationnement pour vélos sera disponible sur le site de départ et d’arrivée. Pensez à apporter votre cadenas pour verrouiller votre vélo !

Bike parking will be available at the start and finish sites. Remember to bring your padlock to lock your bike!

AVEC ÀVÉLO / WITH ÀVÉLO

La station ExpoCité est située à proximité du site de départ et d’arrivée. Surveillez l’application àVélo afin de valider la disponibilité des vélos et des ancrages aux stations.

The ExpoCité station is located near the start/finish site. Check the àVélo app for availability of bikes and bike docks at the stations.

SAINT-SAUVEUR

Rendez-vous dans le vibrant quartier Saint-Sauveur (ou St-Sô pour les résidents!) Un Dj set attend les coureurs sur la principale artère commerciale, la rue Saint-Vallier Ouest. En tant que supporteur, café et biscuits vous seront servis à la Placette Saint-Sauveur.

Now it’s time to head to the vibrant Saint-Sauveur neighbourhood (or St-Sô as the locals call it!). Runners will be welcomed by a dj set on their way down the main shopping street, Rue Saint-Vallier Ouest. Superfans can get super hungry! You can take your pick of cookies and coffee here.



PETIT-CHAMPLAIN

La rue du Cul-de-Sac et ses dizaines de parapluies est LE spot photo pour immortaliser les efforts de vos amis coureurs. Joignez-vous à la zone d’animation du café boutique Faux Mouvement !

Trying to find the perfect photo op ? Look no further than the pretty Rue du Cul-de-Sac with its canopy of umbrellas! Check out the entertainment zone at the Faux Mouvement running store and coffee shop!



SAINT-ROCH

Niché entre la Haute-Ville et la rivière Saint-Charles – que les coureurs longent –, Saint-Roch est le coin prisé des foodies. À retenir pour le repas post-course de votre coureur préféré !

Nestled between the upper town and the Saint-Charles River that runners will be following, Saint-Roch is foodie heaven. Remember that when you’re taking your favourite runner out for a meal after the race!



VIEUX-PORT

Ancien quartier financier où abondent boutiques d’antiquités et galeries d’art, rendez-vous à la place de la FAO, pour voir passer les coureurs.

Welcome to the former financial district, now home to art galleries and antiques emporiums. Head to the Place de la FAO to watch the runners zoom by.



VIEUX-QUÉBEC

Applaudissez les milliers de participants sur les rues Saint-Jean et Saint-Louis et déambulez dans ce quartier, joyau du patrimoine mondial de l’UNESCO. Prenez votre coureur en photo devant le majestueux Château Frontenac.

Give a big hand to the thousands of runners and walkers as you enjoy a stroll down Saint-Jean or Saint-Louis Street in this historic gem of a neighbourhood that’s proud to be a UNESCO World Heritage Site.



LIMOILLOU

Les trois derniers kilomètres se déroulent dans le dynamique quartier Limoilou, rempli de petits commerces sympathiques. Faites du bruit sur la 3e avenue entre la 8e et la 18e rue!

The last three kilometres take runners through Limoilou, a happening neighbourhood filled with cool small businesses. Come out to 3e Avenue between 8e Rue and 18e Rue and make some noise!



MONTCALM

Ce quartier abrite les fameuses plaines d’Abraham, grand parc urbain d’une valeur inestimable, un véritable poumon au cœur de la ville. La terrasse Grey est un bon emplacement pour motiver les coureurs.

This neighborhood is home to the famous Plains of Abraham, a large urban park of inestimable value, a real lung in the heart of the city. The Grey Terrace is a great place to motivate runners.



SITE D’ARRIVÉE

/Finish area

Retrouvez-y votre coureur, prenez des photos sur le podium, profitez des animations et activations des partenaires, dégustez une bière au bar Michelob Ultra ou procurez-vous un souvenir à la boutique Je Cours Qc !

Here’s where you’ll get to catch up with your favourite runner and snap a few photos of the winners on the podium, enjoy the entertainment, sip a cold beer at the Michelob Ultra pop-up bar and snag a souvenir at the Je Cours Qc race merchandise store.



ESTIMATION DES HEURES D’ARRIVÉE DES GAGNANTS

TYPICAL WINNING TIMES

2 KM	15h06	3:06 P.M.
5 KM	16h15	4:15 P.M.
10 KM	8h30	8:30 A.M.
42.2 KM	10h30	10:30 A.M.
21.1 KM	11h06	11:06 A.M.

TAXI / CAB

Téléchargez l’application mobile Taxi Coop ou composez le 418 525-5191.

Download the Taxi Coop mobile app or call 418 525-5191.

CIRCULATION ET FERMETURE DE RUES / TRAFFIC AND STREET CLOSURES

Pour toute question concernant la circulation et la fermeture de rues, consultez la page Info-Circulation sur le site de la Ville de Québec.

For any questions concerning traffic and street closures, consult the Info-Circulation page on the Ville de Québec website.



ENCOURAGEZ VOTRE COUREUR AVEC CHEERS BENEVA!

ENCOURAGE YOUR RUNNER WITH CHEERS BENEVA!



Envoyez un message d’encouragement à votre coureur pour lui donner un boost d’énergie pendant sa course!

Send a motivational message to your runner to give him an energy boost during his race!

PROGRAMMATION GRATUITE POUR TOUS

FREE PROGRAM FOR ALL

Vivez pleinement la frénésie de ce weekend avec ces activités gratuites !

Here are a few free activities to help you get the most out of this weekend’s frenzy.

POUR LES FERVENTS SUPPORTEURS / FOR SUPERFANS

Rendez-vous à la zone festive sur la place Jean-Béliveau pour être aux premiers rangs de cet événement sportif dans l’estrade Montellier de 400 places.

Join us in the festive zone on Place Jean-Béliveau to get a front-row seat for this sporting event in the 400-seat Montellier stage.

POUR LES MANIAQUES DE SPORT / FOR SPORTS ENTHUSIASTS

Positionnez-vous le long du parcours pour être dans le feu de l’action. Apportez votre pancarte d’encouragement !

Position yourself along the course to be in the heat of the action. Bring your cheering sign!

POUR LES AMATEURS DE BIEN-ÊTRE, DE SPORT ET DE NUTRITION / FOR LOVERS OF WELL-BEING, SPORT AND NUTRITION

Profitez gratuitement de l’Expo Je Cours Qc au Centre de foires de Québec ! Conférences, exposants et kiosque-conseils au rendez-vous. C’est ouvert à tous.

Enjoy the Expo Je Cours Qc at the Centre de foires de Québec! Conferences, exhibitors and advice booths. Open to all.

POUR LES PETITS / FOR THE LITTLE ONES

Faites passer un moment mémorable à votre marmaille grâce à l’aire de jeux inspirée de l’imaginaire de Peter Pan, un espace maquillage, et Champion, la mascotte des Remparts de Québec!

Give your little ones a memorable time! There’ll be a Peter Pan-inspired play area, a make-up area, and Champion, the Québec Remparts mascot!

POUR LES ENTHOUSIASTES D’ANIMATIONS MUSICALES / FOR MUSIC ENTHUSIASTS

Découvrez une atmosphère dynamique avec plus d’une vingtaine d’animations musicales gratuites sur le parcours, tout le weekend !

- Samedi 30 septembre : 2 animations
- Dimanche 1er octobre : 22 animations

Discover a vibrant atmosphere with more than 20 free musical events spread over the entire route, all weekend long!

- Saturday, September 30: 2 events
- Sunday, October 1: 22 events