



## COMMUNIQUÉ

Pour diffusion immédiate

### LANCEMENT DE LA 2<sup>e</sup> ÉDITION DU DÉFI BOUGEONS ENSEMBLE!

**La Prairie, le 14 janvier 2015** – La Commission scolaire des Grandes-Seigneuries (CSDGS) est heureuse d'annoncer que le *Défi Bougeons ensemble!*, qui a connu un immense succès en mai dernier, sera de nouveau organisé en 2015! En effet, la 2<sup>e</sup> édition du Défi aura lieu le dimanche 3 mai 2015 et c'est la ville de Saint-Constant qui l'accueillera.

Les élèves, les membres du personnel de la CSDGS ainsi que leurs familles respectives sont donc de nouveau invités à vivre une expérience de course ou de marche sur des parcours variant de 1 km à 10 km. Le comité organisateur du Défi estime qu'au total 2 000 personnes pourraient prendre place sur la ligne de départ des quatre différents parcours.

Le *Défi Bougeons ensemble!* a été mis sur pied dans le but d'encourager l'exercice physique ainsi que les valeurs liées à l'adoption de saines habitudes de vie, de mobiliser les élèves et les adultes de la communauté de la CSDGS et de créer chez eux un grand sentiment de fierté d'y avoir participé et de l'avoir complété ou de s'être dépassé. Lors de la 1<sup>re</sup> édition en 2014, le *Défi Bougeons ensemble!* a accueilli plus de 1 100 participants, et ce, malgré les caprices de dame nature! Un succès retentissant pour une 1<sup>re</sup> année... sous la pluie!

#### Deux nouveautés cette année!

Aux parcours de 2, 5 et 10 km s'ajoute cette année un parcours amical de 1 km non chronométré qui permettra à un plus grand nombre de jeunes et de moins jeunes de participer à l'événement.

Enseignant en éducation physique à l'école primaire Plein-Soleil à Candiac et triathlonien élite reconnu à l'échelle internationale, Andrew Tanner a accepté de nouveau cette année d'agir comme ambassadeur de l'événement. Il sera secondé par une jeune recrue, Cloé Dumont, une élève de 5<sup>e</sup> secondaire de l'école de la Magdeleine à La Prairie passionnée de course à pied, activité qu'elle a découverte il y a quatre ans et qu'elle pratique depuis ce jour plusieurs fois par semaine à l'école et chez elle. Andrew et Cloé seront tous les deux sur la ligne de départ des quatre parcours pour encourager tous les participants.

#### Inscriptions en ligne à partir du lundi 19 janvier prochain

La période d'inscription se tiendra du lundi 19 janvier au vendredi 20 février inclusivement. Élèves, parents et membres du personnel de la CSDGS sont invités à consulter le [www.csdgs.qc.ca/bougeonsensemble](http://www.csdgs.qc.ca/bougeonsensemble) pour obtenir de l'information sur les parcours, les coûts d'inscription, les plans d'entraînement, la nutrition, la préparation physique, la sécurité, etc.

#### Partenaires

Le *Défi Bougeons ensemble!* peut actuellement compter sur le partenariat de la ville de Saint-Constant et des entreprises Merrell, Cascades et Lg2. Toutefois, un défi de cette envergure ne peut avoir lieu sans la contribution de plusieurs autres partenaires. Les entreprises et organisations qui veulent démontrer leur engagement envers les saines habitudes de vie et l'activité physique sont invitées à consulter le plan de commandites 2015 au [www.csdgs.qc.ca/commandites](http://www.csdgs.qc.ca/commandites).

– 30 –

Source : Mylène Godin  
Régisseur, Secteur des communications  
Commission scolaire des Grandes-Seigneuries  
514 380-8899, poste 3978 | [godin.mylene@csdgs.qc.ca](mailto:godin.mylene@csdgs.qc.ca)  
[www.facebook.com/csdgs.qc.ca](http://www.facebook.com/csdgs.qc.ca)