



COMMUNIQUÉ

Pour diffusion immédiate

LE DÉFI BOUGEONS ENSEMBLE! EST DE RETOUR POUR UNE 3^E ANNÉE CONSÉCUTIVE!

La Prairie, le 14 janvier 2016 – La 3^e édition du *Défi Bougeons ensemble!* aura lieu le dimanche 1^{er} mai 2016 à Saint-Constant. La Commission scolaire des Grandes-Seigneuries (CSDGS) est heureuse d'inviter de nouveau les élèves, les membres du personnel de la CSDGS ainsi que leurs familles à vivre une expérience de course ou de marche.

Le *Défi Bougeons ensemble!* a été mis sur pied en 2014 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, de l'avoir complété ou de s'être dépassé.

Lors de la 1^{re} édition en mai 2014, le *Défi Bougeons ensemble!* a accueilli 1 100 participants. En mai 2015, ce sont près de 1 600 participants qui ont pris le départ, soit 500 de plus que l'année précédente! Le comité organisateur de ce bel événement s'attend à réunir cette année encore plus de participants.

Quatre parcours sont offerts aux participants : un parcours amical de 1 km non chronométré, qui permet aux plus jeunes et moins jeunes de participer à l'événement, et des parcours de 2, 5 et 10 km chronométrés.

Inscriptions en ligne à partir du mercredi 20 janvier prochain

La période d'inscription se tiendra du mercredi 20 janvier au vendredi 26 février inclusivement. Les élèves, les membres du personnel de la CSDGS et leurs familles sont invités à consulter le www.csdgs.qc.ca/bougeonsensemble pour obtenir de l'information sur l'inscription, les parcours, les plans d'entraînement, la préparation physique, la nutrition, la sécurité, etc. Par ailleurs, en s'inscrivant au plus tard le vendredi 12 février, les participants bénéficieront d'un rabais sur le coût de l'inscription.

– 30 –

Source : Mylène Godin
Régisseur, Secteur des communications
Commission scolaire des Grandes-Seigneuries
514 380-8899, poste 3978 | godin.mylene@csdgs.qc.ca
www.csdgs.qc.ca | www.facebook.com/csdgs.qc.ca | <https://twitter.com/CSDGS>