



Communiqué de presse  
*Pour diffusion immédiate*

## **LA COURSE AU RYTHME DE NOS FOULÉES EST DE RETOUR AVEC UNE NOUVELLE FORMULE**

**Châteauguay, le mardi 4 avril 2023** - Après trois ans d'absence, la course Au rythme de nos foulées (ARDNF) revient en force avec un vent de changement et son lot de nouveautés. Avec la popularité grandissante pour les courses en sentier, les organisateurs de la course ARDNF souhaitent faire découvrir ou redécouvrir les sentiers du refuge faunique Marguerite-D'Youville, géré par Héritage Saint-Bernard. C'est à l'île Saint-Bernard, que se déroulera, le dimanche 5 novembre 2023, la 15<sup>e</sup> édition de la course Au rythme de nos foulées.

Des distances de 1 km, 5 km et 10 km seront disponibles au coût de 13,50 \$ pour les résidents de la ville de Châteauguay. Le tarif pour les non-résidents sera de 20 \$ pour le circuit de 1 km, 35 \$ pour le 5 km et 45 \$ pour le 10 km. Les frais d'inscription incluent le coût d'accès au refuge faunique Marguerite-D'Youville. Cette course s'inscrira dans le cadre des activités du 350<sup>e</sup> anniversaire de la Ville de Châteauguay, qui a mis tous les efforts pour présenter une programmation accessible et inoubliable pour tous ses citoyens.

C'est également avec la précieuse collaboration [d'Héritage Saint-Bernard](#), un organisme environnemental sans but lucratif dont la mission est la protection et la mise en valeur de milieux naturels, que la [course ARDNF](#) pourra offrir un parcours au cœur de richesses naturelles exceptionnelles.

La course ARDNF se veut une activité familiale et amicale destinée au bien-être, à l'art de vivre et à l'amour du sport. « *Nous sommes fiers de faire rayonner la ville de Châteauguay et Héritage Saint-Bernard par la pratique de la course à pied. La course ARDNF crée un impact positif sur la santé globale et le mieux-être* », mentionne Isabelle Julien, membre du comité organisateur de la course ARDNF.

### **Inscription**

Surveillez les pages Facebook de la [Ville de Châteauguay](#), ainsi que son [site Web](#), [d'Héritage Saint-Bernard](#) et [ARDNF](#) pour obtenir le lien pour vous inscrire à la course. Il sera également possible de s'inscrire le jour même de la course.

## Identité visuelle

La nouvelle formule de la course ARDNF ne s'arrête pas aux nouveaux parcours. La course a également une identité visuelle renouvelée grâce à l'agence Squ4d qui a offert gracieusement une nouvelle signature qui reflète le tournant de la course ARDNF pour la course en sentier.

Merci à nos précieux partenaires qui par leurs soutiens permettent de faire vivre l'expérience de la course en sentier et la promotion des saines habitudes de vie. Sans leur collaboration, rien ne serait possible, nous apprécions leur soutien à la réalisation de cet événement unique dans le cadre du 350<sup>e</sup> anniversaire de la Ville de Châteauguay.

- Kia Fichault
- Brasserie et distillerie Champ Libre
- Victoria Café
- Service Course
- Agence SQU4D
- DBM
- Pharmacie Bioscript
- Meubles à Meilleurs Prix
- IRIS
- Clinique de réadaptation physique du Roussillon
- Marie-Belle Gendron, députée de Châteauguay

**Au sujet de la course ARDNF** : organisée par le club de course Les Riverains de Châteauguay, la course ARDNF coïncidait traditionnellement avec la fête des Mères. Pour sa 15<sup>e</sup> édition, la course revient dans une toute nouvelle formule, soit une course en sentier qui se tiendra le 5 novembre prochain à l'île Saint-Bernard (refuge faunique Marguerite-D'Youville).

**Au sujet des célébrations du 350<sup>e</sup> de Châteauguay** : En 2023, la Ville de Châteauguay célèbre fièrement ses 350 ans. La Ville de Châteauguay a mis tous les efforts nécessaires pour présenter une programmation inoubliable et accessible, qui saura répondre à tous les goûts! La programmation est disponible [ici](#). Le maire de Châteauguay, Éric Allard, ainsi que le comité organisateur, sont fiers de faire découvrir des festivités inclusives qui commémorent le passé et qui célèbrent le présent et l'avenir.

**Au sujet d'Héritage Saint-Bernard** : Héritage Saint-Bernard est un organisme environnemental sans but lucratif dont la mission est la protection et la mise en valeur de milieux naturels ainsi que l'offre d'activités éducatives et récréotouristiques. D'une superficie de 223 hectares, le refuge faunique Marguerite-D'Youville est officiellement protégé à perpétuité depuis 2010. La richesse de ce site repose sur la grande variété de ses écosystèmes : marais, marécages, rives, friches, érablières et chênaies. Huit kilomètres de sentiers sont aménagés au grand bonheur des amateurs de plein air!

Pour information :

Jean-François Bélec à [belecjef@gmail.com](mailto:belecjef@gmail.com)

Isabelle Julien à [isabel.julien@gmail.com](mailto:isabel.julien@gmail.com)