

---

*Le parc national de la Mauricie bougera du 11 au 13 septembre*  
**Les Défis du Parc 2026 en route vers une 19<sup>e</sup> édition**

---

**Shawinigan, le 5 mai 2026** – Le parc national de la Mauricie s'apprête à accueillir une fois de plus, du 11 au 13 septembre prochain, les fameux *Défis du Parc*, pour une 19<sup>e</sup> édition qui s'annonce mouvementée. Une autre belle occasion de se dépasser et de relever un défi personnel dans une ambiance festive, chaleureuse et respectueuse de l'environnement! Tout est réuni pour faire de ce rendez-vous l'un des moments forts de la rentrée.

Près de 3 300 athlètes amateurs et passionnés de plein air prendront d'assaut routes et sentiers pour relever des défis de cyclisme, de course en sentier et de marche. Le légendaire Défi Vélo Desjardins qui réunira 2 000 participants sur les différents parcours affiche déjà complet, tandis que les courses en sentier attireront coureurs de tous les calibres confondus pour s'amuser et se dépasser. Les coureurs intéressés doivent s'inscrire en cliquant sur [ce lien](#).

#### **Des nouveautés en 2026**

Cette année, les *Défis du Parc* franchissent un pas de plus dans leur engagement communautaire en ajoutant un volet : Pédaler pour la cause - Société canadienne du cancer. Afin de soutenir activement la Société canadienne du cancer, quatre (4) places spéciales pour le Défi Vélo Desjardins sont offertes au coût de 250 \$ chacune, dont la totalité des revenus est remise directement à la cause. Les participants inscrits à ces places pourront choisir librement leur distance et pédaler avec la fierté de savoir que chaque coup de pédale contribue à la lutte contre le cancer.

De plus, tous les participants inscrits à la marche recevront un plan d'entraînement **gratuit** pour les accompagner dans un mode de vie actif et équilibré et également les aider à relever leur défi personnel.

#### **Programmation des activités**

La programmation de cette année prévoit les événements suivants :

##### **Vendredi 11 septembre**

- L'expo des Défis

##### **Samedi 12 septembre**

- Défi Vélo Desjardins - 105 km, 80 km ou 57 km (tous complets)

##### **Dimanche 13 septembre**

- Course en sentier Le Yéti 21 km
- Course en sentier Tourisme Mauricie 14 km
- Course en sentier Jean Coutu 7 km
- Course des jeunes 2 km
- Marche Le Groupe Mauricie 4 km

Année après année, les *Défis du Parc* confirment leur statut du plus grand rassemblement de vélo au Québec, un événement où se croisent dépassement de soi, camaraderie et émerveillement devant la beauté du territoire.

### Citations

« *Encore cette année, les Défis du Parc réaffirment leur engagement auprès de la communauté en offrant bien plus qu'un événement sportif. Ce sont des milliers de participants qui vivront une expérience humaine et inspirante au cœur du parc national de la Mauricie, un lieu exceptionnel pour se dépasser, repousser ses limites et célébrer le plaisir de bouger ensemble. Peu importe le niveau ou le défi choisi, notre volonté demeure la même : créer un rendez-vous accessible, rassembleur et profondément ancré dans le respect de la nature* », souligne Stéphanie Ricard, directrice générale des Défis du Parc.

« *Les Défis du Parc sont une grande source de fierté pour Shawinigan. Cet événement rassembleur contribue au rayonnement de notre ville tout en encourageant les saines habitudes de vie et l'engagement communautaire. Année après année, il mobilise des milliers de personnes et génère des retombées positives pour notre milieu, renforçant ainsi notre dynamisme et notre qualité de vie* », mentionne Yves Lévesque, maire de la Ville de Shawinigan.

« *Parcs Canada est fier d'être le partenaire hôte des Défis du Parc, ce grand rendez-vous sportif reconnu. Dans le contexte actuel, plus que jamais, le sport et la nature sont des alliés précieux. Ils nous offrent un espace pour respirer, pour se rassembler, pour prendre soin de notre santé physique et mentale. Participer à un tel événement, c'est aussi offrir à nos familles un moment de connexion, de découverte et de fierté partagée, au cœur d'un territoire protégé et sécuritaire. Le parc n'est pas seulement un décor; il est un acteur vivant de cette expérience* » ajoute Jo-Anick Proulx, gestionnaire du parc national de la Mauricie.

### À PROPOS DES DÉFIS DU PARC

Fondés en 2007, les *Défis du Parc* sont des événements sportifs incontournables se déroulant au parc national de la Mauricie. Chapeautés par Cyclo-Mauricie, ils proposent une expérience accessible et rassembleuse à travers une édition estivale, axée sur le vélo de route, la course en sentier et la marche, ainsi qu'une édition hivernale dédiée à la découverte d'activités nordiques. Leur mission : encourager l'activité physique, le dépassement de soi et le plaisir de bouger en pleine nature.



#### Source :

Stéphanie Ricard  
Directrice générale  
Les Défis du Parc

#### Pour information et entrevues :

Hélène Simard  
BEAUDOIN relations publiques  
819 840-2829, poste 305  
[helene@beaudoinrp.com](mailto:helene@beaudoinrp.com)