



**GRANDE
RANDO
CANADIENNE**

AVIS AUX MÉDIAS

Seconde édition de la Grande rando canadienne de Sentier Transcanadien: inscrivez-vous dès aujourd'hui!

Jusqu'au 31 octobre, la deuxième édition annuelle de l'événement encourage les Canadiens à compiler 28 000 heures sur le sentier national de 28 000 km.

QUOI: La deuxième édition annuelle de la [Grande rando canadienne](#) de [Sentier Transcanadien](#) est un défi national incitant les gens à sortir dans la nature pour profiter de leurs sentiers locaux en compagnie de leurs amis, des membres de leur famille et de leurs concitoyens canadiens.

Sentier Transcanadien (STC) invite tout le monde des 13 provinces et territoires à se DÉCONNECTER de leurs écrans pour se RECONNECTER à la nature, et les uns aux autres, en passant collectivement 28 000 heures sur les 28 000 km du sentier national du Canada. Vous pourrez visionner la vidéo [ici](#).

Que les participants choisissent la randonnée, la marche, la course, le saut à cloche-pied, la pagaie, le fauteuil roulant ou le vélo, la Grande rando canadienne est l'antidote parfait à l'isolement social engendré par la COVID-19. En effet, [95 % des Canadiens ont dit que l'augmentation de leur fréquentation des sentiers avait été motivée par un désir d'améliorer leur santé mentale depuis le début de la pandémie](#). Le Sentier Transcanadien est un important vecteur de connexion, et c'est encore plus vrai dans la période que nous traversons, alors que devons continuer à vivre avec la COVID-19.

Des gens de partout au pays [profitent déjà de la Grande rando canadienne](#). Il n'est pas trop tard pour vous inscrire, et CHACUNE des heures compilées sur le Sentier nous rapproche de l'atteinte de notre objectif commun de 28 000 heures. Chaque inscription donne aux participants une chance de gagner des [prix formidables](#). Les participants peuvent également multiplier leurs chances de gagner en référant des amis et en partageant leurs sorties de randonnée sur les réseaux sociaux avec le mot-clic **#granderandocanadienne**.

L'an dernier, au cours de l'édition inaugurale de la Grande rando, plus de 10 000 personnes ont relevé le défi de collectivement parcourir toute la longueur du Sentier Transcanadien, et ont ensemble cumulé une distance totale de 108 000 km – c'est-à-dire l'équivalent de près de 3 fois la circonférence de la Terre!

QUAND: dès maintenant et jusqu'au **31 octobre**. Inscrivez-vous à [granderandocanadienne.ca](#)

COMMENT PARTICIPER:

- 1) Allez à [granderandocanadienne.ca](#) pour vous inscrire

[Inscrivez-vous GRATUITEMENT](#) pour courir la chance de [gagner des prix hebdomadaires](#).

Déterminez votre objectif personnel de temps à passer sur le Sentier. Engagez-vous à marcher, à faire une randonnée, à sauter à cloche-pied ou à saute-moutons, à danser, à courir, à pédaler ou à parcourir le Sentier en fauteuil roulant – ou choisissez une combinaison de tout ce qui précède – le choix vous appartient!

2) **Repérez votre sentier local**

Explorez [notre carte](#) pour trouver une section du Sentier près de chez vous et pour décider de l'endroit où vous aimeriez aller. Jetez un coup d'œil à nos Randonnées vedettes pour vous inspirer!

3) **Référez un ami**

Invitez un ami à se joindre à vous pour votre Grande rando canadienne! Chaque référence vous donnera droit à une inscription supplémentaire au tirage pour courir la chance de [gagner des prix hebdomadaires formidables](#) et pour participer au tirage du grand prix.

4) **Partagez pour augmenter vos chances de gagner**

Après chacune de vos sorties, partagez avec nous des photos ou des vidéos de vos aventures sur le Sentier! Chaque soumission de photo ou de vidéo vous donnera une inscription SUPPLÉMENTAIRE, et donc encore plus de chances de gagner des prix. Téléversez [ici](#) ou partagez sur les réseaux sociaux avec le mot-clic **#GrandeRandoCanadienne** pour participer. La [trousse de promotion de la Grande rando canadienne](#) comprend des exemples de messages et de photos que vous pouvez partager sur vos plateformes de médias sociaux; utilisez-les, et partagez-les avec tous ceux que vous connaissez qui souhaitent aider à promouvoir l'événement!

C'est avec gratitude que Sentier Transcanadien reconnaît le soutien des commanditaires suivants de la Grande rando canadienne: La Promesse TD Prêts à agir, VIA Rail Canada, Hydro One, Gay Lea, Columbia Sportswear et Globalstar Canada.

Ressources:

- Visitez [granderandocanadienne.ca](#).
- Visionnez la vidéo de la Grande rando canadienne [ici](#).
- Consultez la Foire aux questions de la Grande rando canadienne [ici](#).
- Téléchargez des images, logos, pièces pour médias sociaux en haute résolution et une trousse de promotion [ici](#).
- Référez-vous au communiqué de presse de la Grande rando canadienne [ici](#).

Entrevues disponibles sur demande avec:

- Eleanor McMahon, présidente et chef de la direction, Sentier Transcanadien
- Meghan Reddick, vice-présidente, directrice des communications et du marketing, Sentier Transcanadien

-- 30 --

Personne-ressources pour les médias

Angela Garde

Gestionnaire, Relations publiques et communications, Sentier Transcanadien

T: 1.800.465.3636, poste 4358

agarde@tctrail.ca

À propos de Sentier Transcanadien

Avec ses 28 000 kilomètres, le Sentier Transcanadien est le plus long réseau de sentiers récréatifs multi-usages et il continue de s'allonger dans chaque province et territoire du pays. Il met en valeur la diversité des paysages et des cultures du Canada, et constitue une richesse nationale durable favorisant l'unité, la collaboration et la liaison. Notre sentier national est administré par des partenaires et des groupes de sentiers locaux qui travaillent en conjonction avec Sentier Transcanadien, un organisme de bienfaisance enregistré. sentier.ca