



Sentier international des Appalaches - Québec (SIA-QC)  
International Appalachian Trail - Québec (IAT-QC)  
C.P. 132 , 968 du Phare Ouest  
Matane, Québec, G4W 3N1  
Té l. (0) 418-562-7885 / Fax : (0) 418-566-2115  
[eric@sia-iat.com](mailto:eric@sia-iat.com) / [www.sia-iat.com](http://www.sia-iat.com)

Le 3 juillet 2013  
Publication immédiate

## **COMMUNIQUÉ**

### **Course de 80 km dans le Sentier international des Appalaches – Québec**

Samedi, le 6 juillet 2013, Cédric Fournier courra 80 km dans le Sentier international des Appalaches. Le départ de la course sera donné à 6 h 00 dans le stationnement de l'église de Saint-Vianney dans la Vallée-de-la-Matapédia. Sa course l'emmènera à traverser une partie du territoire de la municipalité de Saint-Vianney, de la Seigneurie du lac Matapédia, de la municipalité d'Amqui, de Lac-au-Saumon, de Saint-Alexandre-des-Lacs, des sites touristiques « Les marais et les chutes », pour terminer son trajet au camping de la municipalité de Causapscal.

Cédric Fournier, originaire de la Vallée-de-la-Matapédia, a un curriculum sportif de 30 ans. Il a recommencé la course de façon sérieuse depuis plus de 2 ans. Des amis ayant fondé un club de course en sentier (Club de trail 3R) en 2011, il s'est joint à eux premièrement comme athlète puis par la suite, comme entraîneur et encadreur. Avec deux autres entraîneurs, il s'est impliqué dans la préparation de jeunes au secondaire qui participent au Grand Défi de Pierre Lavoie. À l'été 2012, il s'est inscrit à une première course longue distance en forêt « le 23 km de la Chute du Diable ».

Après cette belle expérience, il a accepté le défi d'un ami pour courir un Ultra (plus de 42,2 km) aux États-Unis. Il a finalement parcouru 86,5 km lors de cet évènement où il était possible de courir autant de boucles que les participants désiraient. Cédric retournera cette année pour courir la distance « mythique » du 100 milles (161 km). En préparation à cette aventure, il a participé et il participera à plusieurs autres courses de distance variant entre 5 et 50 km. Pour son entraînement, Cédric court de 50 à 110 km par semaine.

Durant son circuit dans le SIA-Qc, il sera accompagné à l'occasion par sa conjointe et des amis passionnés également de la course en sentier.

Le conseil d'administration du Sentier international des Appalaches félicite la belle initiative de Monsieur Cédric Fournier. Il souhaite que cet évènement encourage les randonneurs à utiliser cette grande infrastructure qui traverse toute la Gaspésie touristique de Matapédia jusqu'au la Pointe de Gaspé.