

GUIDE DU PARTICIPANT / PARTICIPANT GUIDE

DEMI-MARATHON DE LA VOIE VERTE CHELSEA, QC



INDEX



1		Index	01
2		Mot de Bienvenue / <i>Welcome</i>	02
3		Municipalité de Chelsea	03
4		Brasserie Chelsea Co	04
5		Récupération des dossards / <i>Bib Pick-up</i>	05
6		Horaire de la journée	06
7		<i>Race Day Schedule</i>	07
8		Municipalité de La Pêche	08
9		Stationnement et autobus Demi-Marathon	09
10		<i>Parking & Shuttle Half-Marathon</i>	10
11		Stationnement 1km et 5km / <i>Parking for the 1km and 5km</i>	11
12		Sac du matin / <i>Gear Check</i>	12
13		Les Amis de la Voie Verte Chelsea	13
14		La Trappe à Fromage	14
15		Parcours et Nutrition / <i>Course map and nutrition</i>	15
16		Spark Nutrition	16
17		Remise des Prix / <i>Awards</i>	17
18		MRC des Collines	18
19		Services Médicaux / <i>Medical Services</i>	19
20		Règles et chronométrage / <i>Race rules and timing</i>	20
21		Après-Course / <i>Post Race</i>	21
22		Courons Gatineau	22
23		Athlétisme Québec	23
24		Commanditaires / <i>Our Partners</i>	24

On court.
On protège.



Mot de bienvenue / Welcome Message

Bonjour à toutes et à tous,

Au nom du conseil municipal de Chelsea, c'est un grand plaisir de vous accueillir à l'édition 2026 du Demi-marathon de la Voie Verte.

Nous sommes fiers de vous recevoir sur ce parcours emblématique, qui incarne la beauté naturelle de notre communauté et notre attachement au plein air.

Que vous soyez ici pour battre un record personnel, relever un défi ou simplement profiter du moment, votre présence fait le succès de cet événement.

Je remercie sincèrement les équipes organisatrices, les bénévoles, les partenaires, les services d'urgence et le personnel municipal, dont le dévouement rend cette journée possible. Merci également à la population pour sa collaboration.

À toutes les coureuses et à tous les coureurs, je vous souhaite une excellente course. Profitez de chaque kilomètre, encouragez-vous mutuellement et, surtout, ayez du plaisir.

Bienvenue à Chelsea, et bonne course à toutes et à tous!

On behalf of Chelsea's Municipal Council, it is my pleasure to welcome you to the 2026 Voie Verte Half-Marathon.

We're proud to host you on this landmark route, which showcases the natural beauty of our community and our love of the outdoors.

Whether you're here to beat a personal best, take on a new challenge, or simply enjoy the moment, your presence is what makes this event such a success.

My sincere thanks to the organizing teams, volunteers, partners, emergency services, and municipal staff whose dedication made this day possible. Thank you as well to our residents for their cooperation.

To every runner, I wish you a wonderful race. Enjoy every kilometre, cheer each other on, and above all, have fun.

Welcome to Chelsea, and have a great race!

Brian Nolan, Maire de Chelsea! Chelsea Mayor



CHELSEA
— & C^o —

NORDIK
DEPUIS 1905 SPA VILLAGE EST. 1905



Bienvenue sur la Voie Verte Chelsea

Chaque foulée d'aujourd'hui célèbre le plaisir de bouger, de respirer et de se dépasser — un mode de vie actif que Chelsea a à cœur de cultiver. Bonne chance à toutes les personnes participantes, et merci aux équipes organisatrices et aux bénévoles qui font vivre la Voie Verte.

Bonne course !

chelsea.ca



CHELSEA
— & C^o —



NORDIK
DEPUIS 2005 SPA VILLAGE EST. 2005

BRASSÉE NATURE



CHELSEA & C^o
MICROBRASSERIE



Une microbrassie pour toute la famille !

DES BIÈRES
LOCALES

DES ESPACES
POUR TOUS

LA PLUS BELLE
TERRASSE !



Venez nous voir en famille et !

Avec ou sans alcool...

Le plaisir d'être dehors, grignoter ensemble et vous détendre vous attend!

06 ch Douglas, Chelsea - chelseaco.ca

CHELSEA
— & C^o —



NORDIK
DEPUIS 2005 SPA VILLAGE EST. 2005

DEMI-MARATHON DE LA VOIE VERTE

CHELSEA, QC



RAMASSAGE DES DOSSARDS

3 JOURS • 3 OPTIONS



**VENDREDI
14 AOÛT, 2026**



11h30 – 18h30



Ramassage des dossards à la
boutique BlackToe Running
427 Ch. Richmond,
Ottawa

BLACKTOE
RUNNING INC.



**SAMEDI
15 AOÛT, 2026**



11h – 18h



Ramassage des dossards à la
brasserie Chelsea Co.
6 ch. Douglas,
Chelsea QC



Venez chercher votre trousse
et dite bonjour à nos exposants!

CHELSEA
— & C^o —



**DIMANCHE
16 AOÛT, 2025**



**1km et 5km seulement,
30 minutes avant votre départ**



Brasserie Chelsea Co.
6 ch. Douglas,
Chelsea QC

CHELSEA
— & C^o —



IMPORTANT

Les participants au demi-marathon doivent ramasser leur trousse
le vendredi ou le samedi à cause de la logistique du départ.
Vous pouvez faire ramasser une trousse par un ami ou un membre de votre famille.
SVP apporter une copie d'une pièce d'identité du participant.

DEMI-MARATHON DE LA VOIE VERTE

CHELSEA, QC



RACE KIT PICKUP

3 DAYS • 3 OPTIONS



**FRIDAY
AUGUST 14, 2026**



11:30 AM – 6:30 PM



Race kit pickup at
BlackToe Running store
427 Richmond Rd,
Ottawa, ON

BLACKTOE
RUNNING INC.



**SATURDAY
AUGUST 15, 2026**



11:00 AM – 6:00 PM



Race kit pickup at
Chelsea Co. Brewery
6 Douglas Rd,
Chelsea, QC



Come pick up your kit
and say hello to our exhibitors!

CHELSEA
— & C^o —



**SUNDAY
AUGUST 16, 2026**



**1km and 5km only,
30 minutes before your start**



Chelsea Co. Brewery
6 Douglas Rd,
Chelsea, QC

CHELSEA
— & C^o —



IMPORTANT NOTE

Half-marathon participants must pick up their race kit on Friday or Saturday
due to the start logistics.
You may have someone pick up a kit on your behalf (a friend or family member).
Please bring a copy of the participant's photo ID.



CHELSEA
— & C^o —

NORDIK
DEPUIS 2003 SPA VILLAGE EST. 2003



HORAIRE DE LA JOURNÉE

DIMANCHE 16 AOÛT 2026



6:30am – 7:30am

Départ des autobus du stationnement P6 du Casino vers le départ pour le demi-marathon.



7:00am – 8:00am

Dépôt des sacs du matin au départ du demi-marathon.



8:00am – 8:35am

Départ par vagues du demi-Marathon (Farm Point).



8:20am

Départ du 5km à la Brasserie Chelsea Co.



9:30am

Cérémonie des gagnants du 5km.



11:00am

Départ du 1km à la Brasserie Chelsea Co.



11:30am

Cérémonie des gagnants du demi-marathon.



IMPORTANT

Les participants et spectateurs du demi doivent prendre l'autobus entre 6 h 30 et 7 h 30 à au stationnement P6 du Casino du Lac Lemay.

Il sera possible de vous faire déposer au départ, mais aucun stationnement ne sera disponible.

DEMI-MARATHON DE LA VOIE VERTE

CHELSEA, QC



RACE DAY SCHEDULE

SUNDAY, AUGUST 16, 2026



6:30am – 7:30am

Shuttle buses depart from Casino parking lot P6 to the start for the half-marathon.



7:00am – 8:00am

Morning bag drop-off at the start for the half-marathon.



8:00am – 8:35am

Half-Marathon wave starts (Farm Point).



8:20am

5km start at Chelsea Co. Brewery.



9:30am

5km awards ceremony.



11:00am

1km start at Chelsea Co. Brewery.



11:30am

Half-marathon awards ceremony.



IMPORTANT

Half-marathon participants and spectators must take the shuttle bus between **6:30am and 7:30am** from Casino du Lac Lemay parking lot P6.

Drop-off at the start will be available, but no parking will be available.

CHELSEA
— & CO —



NORDIK
DEPUIS 2003 SPA VILLAGE EST. 2003

Essentielle à chaque kilomètre. Vitale pour notre avenir.

L'eau est notre source de
vie. Tout comme elle
soutient chacun de vos pas
aujourd'hui, prenons-en
soin au quotidien.

Protégeons les cours d'eau.



La Pêche

Investir dans un avenir durable!



CHELSEA
— & C^o —



NORDIK
DEPUIS 2003 SPA VILLAGE EST. 2003

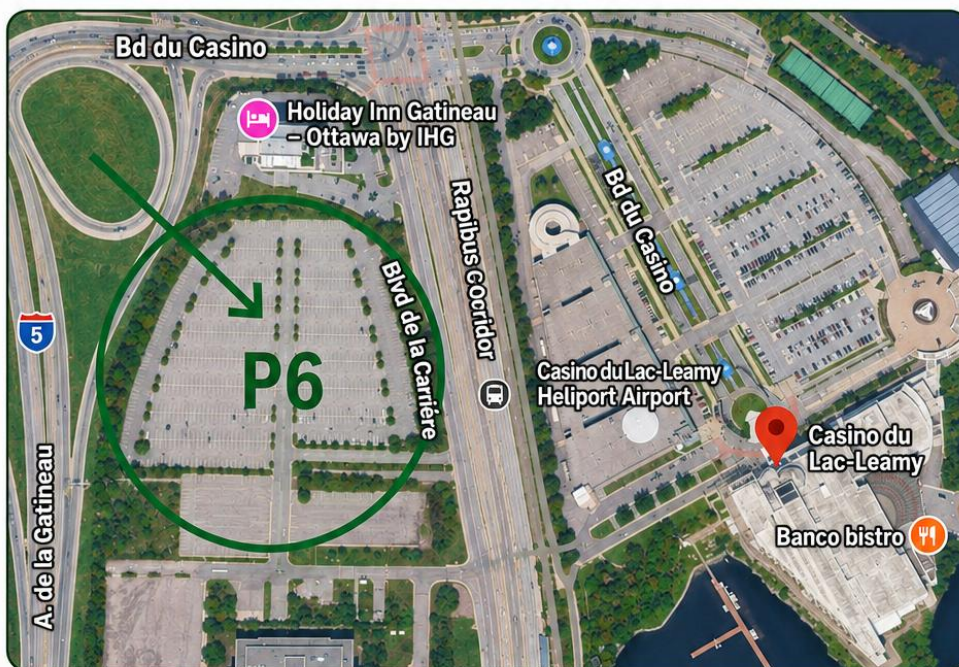
PLAN DE STATIONNEMENT

DEMI-MARATHON



IMPORTANT :

Veuillez suivre les indications de nos bénévoles pour le stationnement le matin de la course.



- Nous avons 850 places de stationnements au P6 du Casino Lac Lemay.
- Prendre la sortie du Boul. Du Casino et tourner à droite sur le Blvd de la Carrière.



IMPORTANT :

Tous les participants et spectateurs doivent prendre nos autobus.
Nous allons assurer le transport après l'épreuve pour tous!

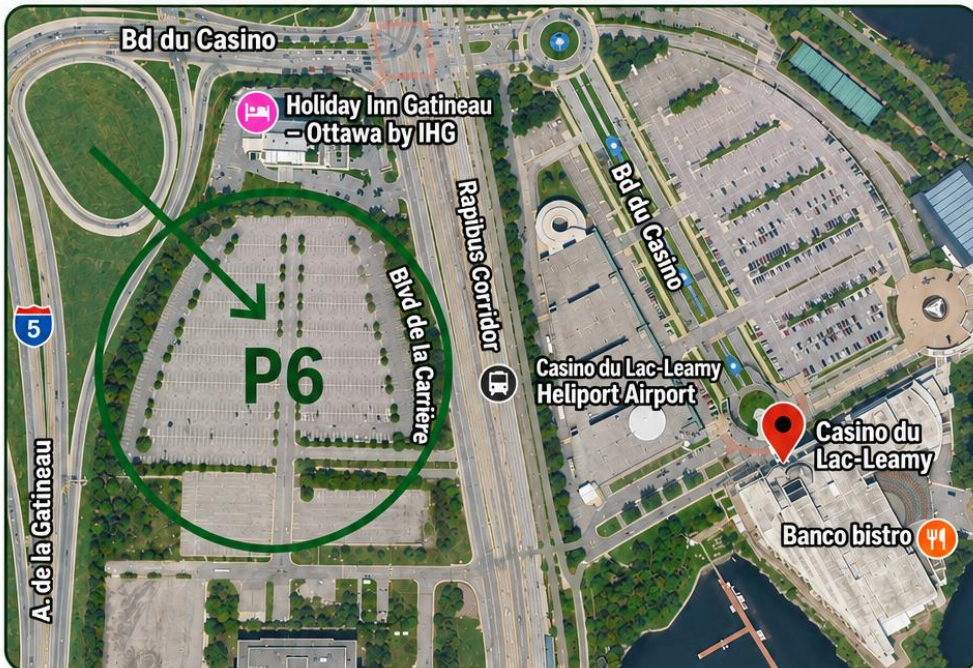
PARKING PLAN

HALF-MARATHON



IMPORTANT:

Please follow the instructions from our volunteers for parking on race morning.



- We have 850 parking spaces at P6 at Casino Lac Leamy.
- Take the exit for Blvd. du Casino and turn right onto Blvd de la Carrière.



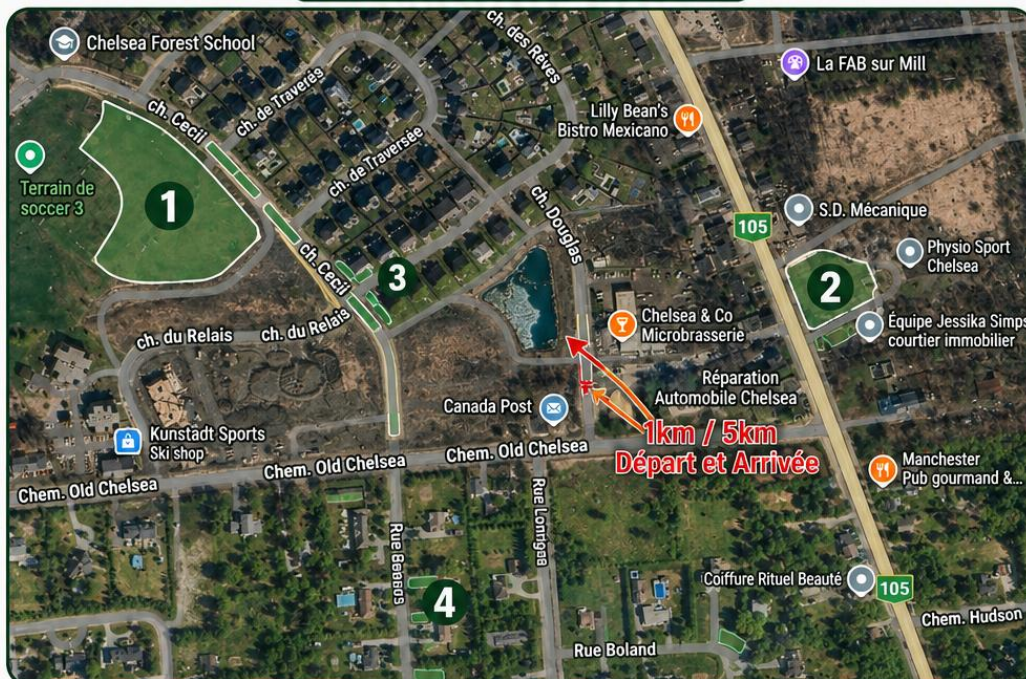
IMPORTANT:

All participants and spectators must take our shuttle buses.

We will provide transportation after the race for everyone!

PLAN DE STATIONNEMENT

1KM ET 5KM



1



1. TERRAIN DE SOCCER – CH. CECIL

Stationnement disponible
au terrain de soccer.

2



2. STATIONNEMENT COMMUNAUTAIRE – 499 RTE 105

Grand stationnement communautaire
à l'arrière du bâtiment.

3



3. LE LONG DU CH. CECIL

Stationnement sur rue permis
des deux côtés du chemin Cecil.

4



4. RUES ADJACENTES

Stationnement sur les rues locales :
rue Benson, rue Lornigan et rue Bolland.



**IL EST IMPORTANT DE RESPECTER LA SIGNALISATION
ET DE NE PAS BLOQUER AUCUNE ENTRÉE.**

**IT IS IMPORTANT TO FOLLOW ALL SIGNAGE
AND DO NOT BLOCK ANY DRIVEWAYS.**



SAC À EFFETS PERSONNELS

BAGGAGE CHECK

POUR LES PARTICIPANTS DU DEMI-MARATHON / FOR HALF-MARATHON PARTICIPANTS



Bande détachable
Tear off portion



Les participants du demi-marathon recevront un sac transparent, vous devez absolument utiliser le sac fourni pour vos effets personnels.

Participants in the Half-Marathon will receive a custom transparent bag and it must be used for gear check.



1

Sac du Matin
Gear Bag 750

Détachez la bande détachable de votre dossard.

Tear off the tear off portion from your bib.

2

Sac du Matin
Gear Bag 750

Utilisez le trou déjà perforé sur la bande.

Use the hole already punched in the tag.

3



Utilisez l'attache fournie pour bien identifier votre sac.

Use the zip tie provided to identify your bag.

POUR LES PARTICIPANTS DU 1KM ET 5KM / FOR 1KM & 5KM PARTICIPANTS



Les participants du 1km et 5km pourront apporter leur propre sac, nous allons offrir un service proche du fil d'arrivée.

Participants in the 1km and 5km can bring their own bags, we will also offer gear check race morning and provide ID tags at that point.



Le service sera disponible le matin de la course près du fil d'arrivée.

The service will be available race morning near the finish line.



LES AMIS DE LA VOIE VERTE CHELSEA



La Voie Verte Chelsea (VVC) est un sentier de 22 km longeant la rivière Gatineau.



Cette ancienne voie ferrée convertie en sentier multifonctionnel permet maintenant à la population de se déplacer à travers la municipalité à l'aide d'un mode de transport actif, tout en profitant de la nature à Chelsea.



Depuis 2017, les activités des Amis de Voie Verte Chelsea recueillent des fonds pour aménager le sentier communautaire de Chelsea. Nos bénévoles travaillent d'arrache-pied à l'aménagement du sentier (signalisation, bancs, PIC II, gare de Cascades).



Remontez le temps et découvrez l'histoire de Chelsea en empruntant la VVC.



Voie Verte Chelse (VVC) is a 22-km trail along the Gatineau River.



This former railroad bed has been converted into a multi-purpose trail that allows residents to travel through the municipality by active mode of transportation and provides a great opportunity to enjoy nature in Chelsea.



Since 2017 les Amis de Voie Verte Chelsea have been raising funds to build amenities on the Chelsea community trail (signage, benches, PIC II, old Cascades station).



Travel back in time and learn about Chelsea's past as you journey on the VVC.



voievertetchelsea.ca

CHELSEA
— & C^o —



NORDIK
DEPUIS 2003 SPA VILLAGE EST. 2003

APRÈS L'EFFORT... LE FROMAGE!

La Trappe à Fromage est fière d'encourager les participants et participantes du *Demi-marathon de la Voie verte* et de vous offrir du fromage en grain à déguster après votre course!

Bonne course!



CHELSEA
— & C^o —



NORDIK
DEPUIS 2003 SPA VILLAGE EST. 2003

Parcours / Course Map

Cliquer sur le lien suivant / Click on the following link

1. <https://www.racepoint.ca/maps/demivoieverte.html>

**DEMI-MARATHON
DE LA VOIE VERTE**
CHELSEA, QC



STATIONS D'AIDE

AID STATION INFO



Chaque station sera bien identifiée avec une affiche à **200m**.

Each station will be well identified with a **200m** sign before.



Station	Endroit/Location	km	 Toilette?	Sparks Nutrition?
 1	Entrée Voie Verte	2.7		—
 2	Voie Verte/Ch Rivière	6.1	—	✓
 3	Voie Verte/Ch Burnett	9.6		✓
 4	Voie Verte/Ch Larimac	12.1	—	—
 5	Voie Verte/Ch Kirks Ferry	14.2		✓
 6	Voie Verte/Ch Station	16.2	—	✓
 7	Voie Verte/Ch Church	19.2		—

**IMPORTANT :**



Aucun déchet sur le parcours



SVP remettre vos gobelets/gels vides aux stations d'aide seulement.



SVP respecter la Voie Verte.

**IMPORTANT:**



No garbage on course please, dispose of all cups and gels only at aid stations.



Please dispose of all cups and gels only at aid stations.



Please respect the Voie Verte.



SPARK Sports Nutrition est votre fournisseur officiel de l'hydratation sur le parcours. En plus d'hydrater, les électrolytes vous aideront à éviter les crampes musculaires et à optimiser votre endurance pendant vos activités physiques. Ils contiennent aussi des glucides (à libération lente, moyenne et rapide) et des acides aminés.



www.sparksportsnutrition.com
care@sparksportsnutrition.com



CHELSEA
— & C^o —



NORDIK
DEPUIS 2003 SPA VILLAGE EST. 2003



REMISE DES PRIX



AWARDS



DEMI-MARATHON ET 5KM



Nous allons remettre des prix et trophées aux 3 premiers hommes et femmes.



Nous allons remettre un médaillon spécial aux 3 premiers hommes et femmes de chaque catégorie.

CATÉGORIES 5KM



14 ans et moins, 15-19, 20-24,....
etc... jusqu'à 75+

HALF-MARATHON AND 5KM



We will award trophies to the top 3 men and women in the Half-Marathon and 5km.



We will present a special medallion to the top 3 men and women in each age category.

CATÉGORIES DEMI-MARATHON



19 ans et moins, 20-24,....
etc... jusqu'à 75+

HORAIRE / SCHEDULE



Podium pour les 3 premiers hommes et femmes à 10h pour le 5km



Podium for the top 3 men and women at 10:00 AM for the 5km



Table avec remise des médaillons au 5km dès 10h



Medallion table for the 5km starting at 10:00 AM



Podium pour les 3 premiers hommes et femmes à 11h30 pour le demi



Podium for the top 3 men and women at 11:30 AM for the half



Table avec remise des médaillons au demi dès 11h30



Medallion table for the half starting at 11:30 AM



Aujourd'hui, vous ne courez pas seulement des kilomètres... Vous courez pour la nature, pour votre communauté et pour un avenir plus vert.

Merci de faire partie du tout premier Demi-marathon de la Voie verte un événement qui célèbre les 150 ans de la municipalité de Chelsea dans le respect de l'environnement et au profit de belles causes comme *Libère-Elle* et *La Voie Verte* de Chelsea.

Peu importe votre rythme, profitez du paysage, respirez à fond et surtout, amusez-vous!

Bonne course à toutes et à tous!

Le Demi-marathon de la Voie verte, un événement fièrement soutenue par le Fonds de soutien aux événements et aux festivals (FSÉF) de la MRC des Collines-de-l'Outaouais.



**FIER
PARTENAIRE**



SERVICES MÉDICAUX

MEDICAL SERVICES



**La sécurité de nos participants
est notre priorité absolue !**

Au Demi-Marathon de la Voie Verte, la sécurité et le bien-être de chaque participant sont notre priorité numéro un. Nous nous engageons à créer un environnement sûr et accueillant où chacun peut profiter pleinement de l'événement. Notre équipe collabore étroitement avec des professionnels de la sécurité, les autorités locales et les services médicaux pour mettre en place toutes les mesures nécessaires.



**The safety of our participants
is our top priority !**

At the Demi-Marathon de la Voie Verte, the safety and well-being of every participant is our number one priority. We are committed to creating a safe and welcoming environment where everyone can fully enjoy the event. Our team works closely with safety professionals, local authorities and medical services to implement all necessary measures.



**GROUPE
INSTANT
SANTÉ**

**Nous travaillons avec
l'équipe Groupe Instant Santé**
qui fournira une clinique médicale
au fil d'arrivée, du personnel en vélo
et une voiturette ambulance sur le parcours.

**We are working with
Groupe Instant Santé**

who will provide a medical clinic
at the finish line, dedicated bike staff
and an ambulance ATV on the course.



**Clinique médicale
au fil d'arrivée**
*Medical clinic
at the finish line*



**Personnel en vélo
sur le parcours**
On-course bike staff



**Voiturette ambulance
sur le parcours**
*Ambulance ATV
on the course*



**Il est important également que chaque
participant soit bien préparé et ajuste
sa journée selon les conditions.**



**It is also important for each participant
to be well prepared and adjust their
day according to the conditions.**

Ensemble pour une expérience sécuritaire et mémorable !
Together for a safe and memorable experience!



RÈGLES DE COURSE ET CHRONOMÉTRAGE

RACE RULES & TIMING

RÈGLES DE COURSE



Chaque participant doit connaître le parcours et s'assurer de suivre les directives de notre personnel et de nos bénévoles.



On garde la droite en tout temps, sauf pour dépasser.



On respecte les marcheurs et les cyclistes sur la Voie Verte.



Aucun déchet sur la Voie Verte, sauf aux stations d'aide.

RACE RULES



Every participant must know the course and follow the directions of our staff and volunteers.



Keep to the right at all times, except when passing.



Respect walkers and cyclists on the Voie Verte.



No garbage on the Voie Verte, except at aid stations.

CHRONOMÉTRAGE



Vous allez recevoir un dossard avec puce RFID intégrée.



Il est important de le porter devant sur votre chandail ou une ceinture.



Assurez-vous de ne pas couvrir le dossard avec une veste d'hydratation.



Les résultats seront disponibles en direct chez : www.Sportstats.one



TIMING



You will receive a bib with integrated RFID chip.



It is important to wear it on the front of your shirt or on a belt.



Make sure not to cover your bib with a hydration vest.



Live results will be available at: www.Sportstats.one



LAPINS DE CADENCE



Nos lapins de cadence seront bien identifiés le matin de la course avec une affiche qui indique le temps d'arrivée.



PACE BUNNIES



Our pace bunnies will be clearly identified on race morning with a sign showing the finish time.

Après course / Post Race

- Chaque participant recevra une médaille et une collation à l'arrivée.
- La zone de récupération des sacs sera bien indiquée.
- La Brasserie Chelsea Co offrira une bière à chaque participant; vous devrez simplement présenter votre dossard. Une bière sans alcool sera également disponible.
- Une zone de récupération sera fournie par Physio Sport Chelsea.

C H E L S E A
— & C^o —

- Each participant will receive a medal and a snack at the finish line.
- The bag drop-off area will be clearly indicated.
- Chelsea Co. Brewery will offer a beer to each participant; you just need to show your bib. A non-alcoholic beer will also be available.
- A recovery area will be available courtesy of Physio Sport Chelsea.

C H E L S E A
— & C^o —



NORDIK
DEPUIS 2005 SPA VILLAGE EST. 2005

COURONS GATINEAU

26 SEPTEMBRE 2026 - SEPTEMBER 26TH

**SANCTION OR ATHLÉTISME QUÉBEC
COUPE QUÉBEC ROUTE**



1 KM - 2 KM - 5 KM - 10 KM - 15 KM

**INSCRIS-TOI
REGISTER NOW**

CHELSEA
— & C^o —



NORDIK
DEPUIS 2005 SPA VILLAGE EST. 2005



Athlétisme Québec reconnaît la qualité du Demi-Marathon de la Voie Verte en accordant une sanction Argent. *Bravo à l'équipe d'organisation!*

Athlétisme Québec propose un programme de reconnaissance de qualité des événements de course à pied, avec quatre niveaux de sanction, considérant plus de 50 critères de conformité portant notamment sur :

- La sécurité du parcours et les services médicaux d'urgence
- L'accueil sur le site
- La fiabilité des résultats
- Et autres.

Athlétisme Québec sanctionne plus de 160 courses partout au Québec.



La Brigade Viens courir d'Athlétisme Québec sera présente au Demi-Marathon de la Voie Verte de Chelsea.

La Brigade Viens Courir est une initiative visant à promouvoir une pratique saine et sécuritaire de la course à pied, sur route et en sentier (trail). La Brigade soutient les organisateurs et va à la rencontre des coureurs pour encourager un mode de vie actif.

Plus de 200 000 coureurs, du débutant à l'élite, sont invités à rejoindre la communauté Viens Courir.



vienscourir.com

Rejoignez la communauté Viens courir et profitez des avantages!



Scannez le code QR

APRÈS L'EFFORT, *prenez soin de vous naturellement.*



Chez **La Marcotterie**, nous fabriquons à Chelsea
des soins naturels faits à la main à partir
d'ingrédients botaniques et d'huiles essentielles.

Nous sommes fiers d'encourager
**LE DEMI-MARATHON
DE LA VOIE VERTE.**



Les 3 premiers de
chaque catégorie
recevront un **baume
à lèvres naturel**
La Marcotterie.



Tous les **bénévoles**
recevront également
un baume à lèvres
naturel.

Bonne course! ♥



LA MARCOTTERIE

SOINS NATURELS | FAITS À LA MAIN AU CANADA



Découvrez nos soins naturels
pour le corps, les cheveux
et la maison.

lamarcotterie.com



FIERS COMMANDITAIRES DU DEMI-MARATHON DE LA VOIE VERTE 

DEMI-MARATHON
DE LA
VOIE VERTE
CHELSEA, QC



COMMANDITAIRES OUR PARTNERS

CHELSEA
— & C^o —

NORDIK
DEPUIS 2005 SPA VILLAGE EST. 2005



BLACKTOE
RUNNING INC.


LA MARCOTTERIE
SENTEURS RAFFINÉES NATURELLES | FAIT À LA MAIN AU CANADA



PhysioSport
Chelsea
Depuis/Since 2004
PHYSIO ORTHO | PHYSIO PELVIENNE | MASSO



MAISON
Libère-Elles



LES AMIS DE
LA VOIE VERTE
CHELSEA

*On court.
On protège.*

CHELSEA
— & C^o —



NORDIK
DEPUIS 2005 SPA VILLAGE EST. 2005