



COMMUNIQUÉ DE PRESSE | Pour diffusion immédiate

Le 21K Nespresso de Montréal lance la saison de course à pied au Québec

Sortez courir, pas d'excuses, avec les 11 000 participants attendus les 18 et 19 avril au parc Jean-Drapeau

Montréal, le 24 mars 2026 – Les 18 et 19 avril prochain, la 22e édition du [21K Nespresso de Montréal](#) donnera le coup d'envoi de la saison de course à pied au Québec, avec [Nespresso](#), la marque emblématique de café, comme nouveau partenaire en titre. Produit par [Courons MTL](#), l'événement, qui ne cesse de gagner en popularité, s'étendra désormais sur deux journées complètes pour permettre à un plus grand nombre de participants de prendre le départ.

« Le 21K Nespresso de Montréal est devenu un rendez-vous incontournable pour lancer la saison de course à pied et célébrer un mode de vie actif. Cette année, nous franchissons une nouvelle étape en présentant l'événement sur deux jours et en accueillant près de 11 000 participants, un signe clair de l'engouement pour la course. Nous sommes également heureux de compter sur Nespresso comme partenaire en titre, affirme **Alex Ratthé, directeur général de Courons MTL**. Au printemps, il n'y a plus d'excuses : on sort courir et on vient célébrer le début de la saison avec nous! »

« Nespresso est fier de devenir le partenaire du 21K Nespresso de Montréal. Cette collaboration célèbre ce qui nous unit : la performance, le plaisir de se dépasser et de créer des liens forts. Avec Café+, notre gamme de cafés fonctionnels, nous voulons accompagner chaque coureur et amateur de sport, de la première gorgée du matin jusqu'à la ligne d'arrivée, en soutenant les rituels qui nourrissent leur bien-être au quotidien », déclare **Fred Pasquier, vice-président Marketing chez Nespresso Canada**.

Cinq épreuves, des milliers de participants

Cette année, l'événement réunira près de **11 000 participants** et proposera des distances pour tous les profils de coureurs, des athlètes élite aux amateurs, en passant par les tout-petits. Alors que les épreuves du **demi-marathon** et du **10 km** affichent déjà complet, il est toujours possible de s'inscrire au **5 km Sports Experts Groupe Goulet**, au **1 km pour enfants** et au **MILE ON**. Grâce à l'appui de [On](#), nouveau partenaire de cette distance, le MILE se transforme en véritable zone d'accélération de 1,6 km, où les participants seront invités à tout donner jusqu'à la ligne d'arrivée. Le 21K Nespresso de Montréal accueille également l'étape 1 de la [Coupe Québec Route 2026](#), un circuit officiel d'Athlétisme Québec. Pour l'occasion, un plateau d'athlètes femmes et hommes expérimentés en demi-marathon livreront une solide performance.

Fidèle à sa signature, l'événement promet une ambiance festive et rassembleuse, portée par la communauté montréalaise de course, avec de l'animation sur le site, des zones d'encouragement et une célébration bien méritée à l'Après-course Ciele.

Une course accessible à tous

Courons MTL souhaite poursuivre ses efforts pour rendre le sport toujours plus accessible. L'organisation offre donc la possibilité de participer à des épreuves adaptées pour les coureur.euses autonomes avec assistance ou en fauteuil roulant, grâce à un programme leur permettant de prendre le départ dans un cadre sécuritaire.

Un impact qui dépasse la ligne d'arrivée

Au-delà de la performance sportive, le 21K Nespresso de Montréal souhaite renforcer son impact social et environnemental. Cette année, Courons MTL poursuit le déploiement de sa [politique d'écoresponsabilité](#), désormais disponible sur son site web. L'événement maintient également son engagement envers la communauté grâce au [Défi caritatif](#). Pour l'édition 2026, plus de 50 organismes se sont inscrits afin de mobiliser leurs réseaux et maximiser leurs efforts de collecte de fonds, avec un objectif ambitieux de 850 000 \$. Enfin, pour chaque inscription, 1 \$ sera remis à Athlétisme Québec pour financer différents programmes de développement de la course à pied.

À PROPOS

COURONS MTL

[Courons MTL](#) est né d'une passion partagée pour la course à pied et d'une vision : faire de Montréal une destination de choix pour les coureurs et coureuses du monde entier et rassembler la communauté à travers des événements d'envergure. Fondée par un groupe d'entrepreneurs et d'athlètes chevronnés, notre organisation se veut la référence incontournable de la course à pied dans la métropole québécoise. Courons MTL est le producteur du [Marathon Beneva de Montréal](#) depuis 2020 et du [21K Nespresso de Montréal](#), puis met à profit son expertise organisationnelle pour la réussite d'autres productions événementielles de course à pied.

GROUPE TONIC

Le Groupe Tonic organise et produit des rendez-vous sportifs à fort impact, générateurs d'émotions, visant à favoriser les rencontres entre les amateur-rices, les athlètes de haut niveau et le public, tout en faisant rayonner le Québec et le Canada sur la scène internationale. Parmi ses événements phares figurent les Grands Prix Cyclistes de Québec et de Montréal, le Marathon Beneva de Montréal, le 21K Nespresso de Montréal, les Championnats du Monde Route UCI Montréal 2026, ainsi que le Montréal Beach Pro Tour, une étape canadienne du prestigieux circuit mondial de volleyball de plage. Avec cette initiative, le Groupe Tonic renforce son engagement à diversifier l'offre événementielle sportive à Montréal avec la volonté de faire rayonner la métropole sur la scène internationale.

NESTLÉ NESPRESSO SA

Nestlé Nespresso SA est un pionnier et une référence dans le domaine des cafés portionnés de haute qualité. L'entreprise collabore avec plus de 168 550 agriculteurs dans 18 pays à travers son programme AAA Sustainable Quality™ pour intégrer des pratiques durables dans les fermes et les paysages environnants. Lancé en 2003 en collaboration avec l'ONG Rainforest Alliance, ce programme aide à accroître le rendement et la qualité des récoltes, assurant un approvisionnement durable en café de haute qualité, tout en améliorant les conditions de vie des agriculteurs et de leurs communautés.

En 2022, Nespresso a obtenu la certification B Corp™, rejoignant un mouvement mondial de plus de 9 000 entreprises ayant à cœur la responsabilité sociale et environnementale. Basée à Vevey, en Suisse, Nespresso est présente dans 96 marchés et emploie 14 000 personnes. En 2024, elle comptait un réseau de vente au détail comprenant 818 boutiques à travers le monde. Pour plus d'information, consultez le site corporatif de Nespresso : www.nestle-nespresso.com | IG: [@nespresso.ca](#)

- 30 -

DOSSIER DE PRESSE >>>

CONTACT MÉDIAS >> Sophie Des Marais, relations médias, 514 234-4736, sdesmarais@communicationactive.com

Présenté par

NESPRESSO



Partenaires d'épreuves



Fiers partenaires



CAMPUS

ciele
ATHLETICS

Action Sport Physio
Spécialité en entrainement

SPEK



Parc
Jean-Drapeau

Fournisseurs officiels

MARATHONFOTO

MADEGOOD
Des collations bien pensées

