



2026

RAPPORT

DE DÉVELOPPEMENT DURABLE

TABLE DES MATIÈRES



- (1) MISE EN CONTEXTE
- (2) STRATÉGIE DE DÉVELOPPEMENT DURABLE
- (3) MOT DU DIRECTEUR GÉNÉRAL
- (4) GESTION DES MATIÈRES RÉSIDUELLES
- (5) APPROVISIONNEMENT RESPONSABLE & TRANSPORT
- (6) COMMUNAUTÉ & PRATIQUES SOCIALES
- (7) ÉNERGIE, EAU & GES
- (8) SENSIBILISATION & COMMUNICATION
- (9) MILIEUX NATURELS, BIODIVERSITÉ & CLIMAT

MISE EN CONTEXTE



Depuis sa création, Courons intègre le développement durable au cœur de sa stratégie organisationnelle, avec la volonté de minimiser son empreinte environnementale et de rendre ses événements, le 21K Nespresso de Montréal et le Marathon Beneva de Montréal, toujours plus écoresponsables.

Depuis 2022, des initiatives concrètes sont mises en place afin de réduire les impacts négatifs liés à l'organisation des événements, tout en renforçant leurs retombées positives, notamment au sein des communautés.

Le présent rapport dresse un portrait des initiatives déployées dans le cadre du 21K Nespresso de Montréal 2026, organisé pour une deuxième édition les 18 et 19 avril derniers.

Pour cette édition, l'événement s'est tenu sur deux jours, contrairement à une seule journée en 2025, et a rassemblé près de 10 500 coureurs, soit 3 000 participants de plus que l'an dernier.

Ces éléments doivent être pris en compte dans l'analyse des résultats, notamment en ce qui concerne la gestion des matières résiduelles et les gaz à effet de serre.



STRATÉGIE DE DÉVELOPPEMENT DURABLE



Courons, en tant qu'organisateur du 21K Nespresso de Montréal et du Marathon Beneva de Montréal, met en œuvre une stratégie de développement durable inscrite dans une logique d'amélioration continue.

Cette stratégie s'appuie sur deux piliers complémentaires :

- Une politique de développement durable, qui établit 4 objectifs fondamentaux orientant nos actions.
- Un plan d'action écoresponsable évolutif, structuré autour de 8 domaines d'intervention et regroupant plus de 50 actions.

4 OBJECTIFS FONDAMENTAUX

1. INTÉGRER LE DÉVELOPPEMENT DURABLE AU COEUR DES STRATÉGIES DE COURONS
2. PROMOUVOIR L'ÉCORESPONSABILITÉ ET SENSIBILISER À L'IMPACT POSITIF D'UNE TELLE DÉMARCHE
3. FAIRE DE LA PHILOSOPHIE DES 4 R-V UN PRINCIPE DIRECTEUR DES ACTIONS À METTRE EN OEUVRE
4. MISER SUR LA COLLABORATION ET L'ENGAGEMENT DANS LA COMMUNAUTÉ

8 DOMAINES D'INTERVENTION

1. GOUVERNANCE
2. COMMUNICATION/MOBILISATION
3. MATIÈRES RÉSIDUELLES
4. APPROVISIONNEMENT
5. TRANSPORT
6. EAU/ÉNERGIE
7. MILIEUX NATURELS
8. SOCIAL

→ + DE 50 ACTIONS ←

MOT DU DIRECTEUR GÉNÉRAL



Chez Courons, le développement durable fait partie intégrante de nos valeurs et de notre façon d'organiser nos événements. En tant qu'organisation ancrée dans les communautés et les espaces où nous courons, nous avons la responsabilité de protéger nos terrains de jeu et de laisser l'empreinte la plus faible possible.

Cet engagement repose sur la contribution de toutes et tous : participant.es, bénévoles, collaborateur.trices, partenaires et autres parties prenantes. Chacun.e joue un rôle essentiel dans l'atteinte de nos objectifs et dans le succès des initiatives que nous mettons en place, tant sur le plan environnemental que social.

Nous souhaitons que nos événements génèrent des retombées positives pour les communautés locales, notamment grâce à nos collaborations avec les organismes locaux, les clubs de course et nos programmes caritatifs. Parallèlement, nous travaillons à réduire notre impact environnemental en repensant continuellement nos pratiques et en cherchant des solutions plus écoresponsables.

Le développement durable est une démarche d'amélioration continue, et nous sommes déterminé.es à poursuivre nos efforts afin de maximiser notre impact positif tout en minimisant notre empreinte.



ALEX RATTHÉ

Directeur Général Courons

GESTION DES MATIÈRES RÉSIDUELLES



INITIATIVES DÉJÀ EN PLACE

- Récupération des vêtements abandonnés sur le parcours et don à un organisme communautaire. Cette année, les dons ont été faits à Renaissance par l'intermédiaire du Consortium Écho-Logique.
- Option d'achat du chandail de l'événement afin de limiter la surproduction.
- Réutilisation de supports de communication et d'éléments de visibilité (mesh, coroplasts, bannières, etc.) entre les éditions et les événements, avec une augmentation des supports non datés pour réutilisation.
- Option permettant aux participant.es de refuser la médaille, en contrepartie d'une contribution de 5 \$ versée par l'organisation pour soutenir le développement du programme caritatif.
- Utilisation de vaisselle réutilisable dans les espaces VIP et de contenants compostables et/ou recyclables auprès des foodtrucks sur le site.
- Utilisation de verres recyclables pour les ravitaillements parcours et arrivée.
- Gestion des matières résiduelles et réalisation d'un bilan post-événement par le Consortium Écho-Logique.
- Calcul et compensation des émissions de GES liées à la gestion des matières résiduelles en collaboration avec Planetair.

EN CHIFFRES

41KG

DE VÊTEMENTS RÉCUPÉRÉS
ET REDONNÉS

70%

DE CHANDAILS D'ÉVÉNEMENT PRODUITS EN MOINS
(2 438 CHANDAILS ACHETÉS SUR 10 500
PARTICIPANT.ES)

10 220\$

VERSÉS PAR L'ORGANISATION AFIN DE SOUTENIR LE
DÉVELOPPEMENT DU DÉFI CARITATIF, GÉNÉRÉS PAR LE
REFUS DE LA MÉDAILLE PAR PLUS DE 2000
PARTICIPANT.ES



GESTION DES MATIÈRES RÉSIDUELLES



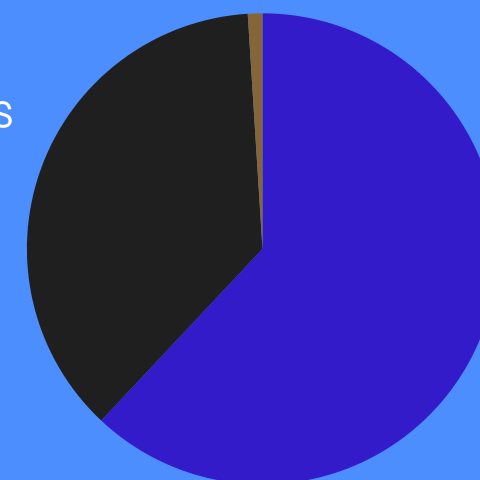
NOUVEAUTÉS 2026

- Création d'une escouade verte composée d'une dizaine de bénévoles, dédiée à la sensibilisation des participant.es et à l'accompagnement pour le bon tri des matières résiduelles.
- Mise en place de 6 stations de tri sur mesure sur le site, avec une signalisation adaptée et 4 voies de tri : compost (première édition), recyclage, consigne et déchets.
- Installation d'une arche avec écran LED permettant de réduire la production de matériel de visibilité.
- Déploiement de stations de remplissage en libre-service sur le parcours pour les participant.es munies de contenants réutilisables.
- Mise à disposition d'une fontaine d'eau sur le site afin d'encourager l'utilisation de contenants réutilisables.
- Implantation d'un système de coupons repas pour le personnel, utilisables auprès des foodtrucks, afin de limiter le gaspillage alimentaire.
- Collaboration avec Consignation dans le cadre de la mise en place d'une escouade verte (4 ambassadeur.rices fourni.es) et comme fournisseur des bacs de récupération des consignes.

2026

COMPOST
1%

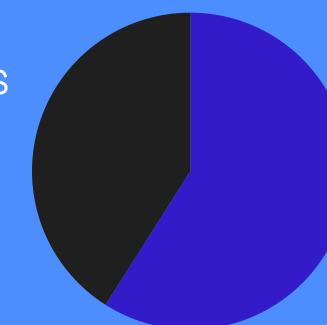
DÉCHETS
37%



RECYCLAGE
62%

2025

DÉCHETS
41%



RECYCLAGE
59%



≈ 10 970 personnes* sur le site
2,09 tonnes de matières produites

≈ 190 g de matières par personne

*80 staff, 10 500 participant.es, 390 bénévoles, hors spectateur.rices

APPROVISIONNEMENT RESPONSABLE & TRANSPORT



INITIATIVES DÉJÀ EN PLACE

- Promotion des transports en commun comme mode de déplacement privilégié vers le site, en collaboration avec la STM.
- Distribution de titres de transport gratuits pour les lapins de cadence.
- Calcul et compensation des émissions de GES liées aux déplacements des employé.es, des bénévoles et aux transports techniques, en collaboration avec Planetair.
- Calcul des émissions liées aux déplacements des participants et offre de compensation volontaire lors de l'inscription (1\$, 2\$ ou 5\$).
- Favorisation de fournisseurs et partenaires locaux (Ciele, Brasserie St-Ambroise, Xact Nutrition, Campus Coach, Spek, Echo-Logique, Planetair...).
- Offre d'options végétariennes pour l'ensemble des repas (VIP, personnel, bénévoles).
- Mutualisation, location et réutilisation de matériel entre événements (arche, clôtures, tentes, fontaines d'eau, etc.).

NOUVEAUTÉS 2026

- Réalisation d'un guide des pratiques écoresponsables afin d'encourager le personnel et les bénévoles à privilégier les transports en commun.

EN CHIFFRES

≈ 73%

DE FOURNISSEURS
LOCAUX

600

PARTICIPANT.ES ONT COMPENSÉ LE TRANSPORT LIÉ À
LEUR PARTICIPATION SOIT PLUS DE 1000\$ REVERSÉS À
PLANETAIR (6% DES PARTICIPANTS)

PISTE POUR 2027

- Offre de titres de transport aux bénévoles pour leurs déplacements vers le site de l'événement.



COMMUNAUTÉ & PRATIQUES SOCIALES



INITIATIVES DÉJÀ EN PLACE

- Programme de sport adapté offert pour toutes les distances du 21K Nespresso de Montréal.
- Catégorie non binaire disponible pour toutes les distances avec classement spécifique.
- Égalité des bourses entre hommes et femmes dans les programmes élités.
- Site adapté aux personnes à mobilité réduite avec toilettes PMR sur le site et sur le parcours.
- Don des vêtements abandonnés sur le parcours à Renaissance (41 kg).
- 684,252.86\$ récoltés dans le cadre du défi caritatif, remis à 51 organismes bénéficiaires.
- Mobilisation de bénévoles issus de la communauté locale.
- Organisation d'une activité de reconnaissance pour les bénévoles en fin d'année.
- Offre de collations et boissons aux bénévoles pendant l'événement + casquette bénévoles offertes.
- Présence de la Caravane Cours Saute Lance d'Athlétisme Québec sur le site d'événement.
- Collaboration avec des clubs de courses locaux (portraits de clubs, stations d'encouragement...).



NOUVEAUTÉS 2026

- Choix d'un ambassadeur écoresponsable parmi les ambassadeur.ices Courons MTL : [James Guilbaud](#).
- Formations du Programme Lueur, suivies par le staff permanent et récurrent de Courons MTL dans le cadre de la sensibilisation aux enjeux liés à l'exploitation sexuelle dans le secteur touristique.

EN CHIFFRES



684,252.86\$

RÉCOLTÉS DANS LE CADRE
DU DÉFI CARITATIF 2026

51

ORGANISMES BÉNÉFICIAIRES
DU DÉFI CARITATIF

EAU, ÉNERGIE & GES

EN CHIFFRES

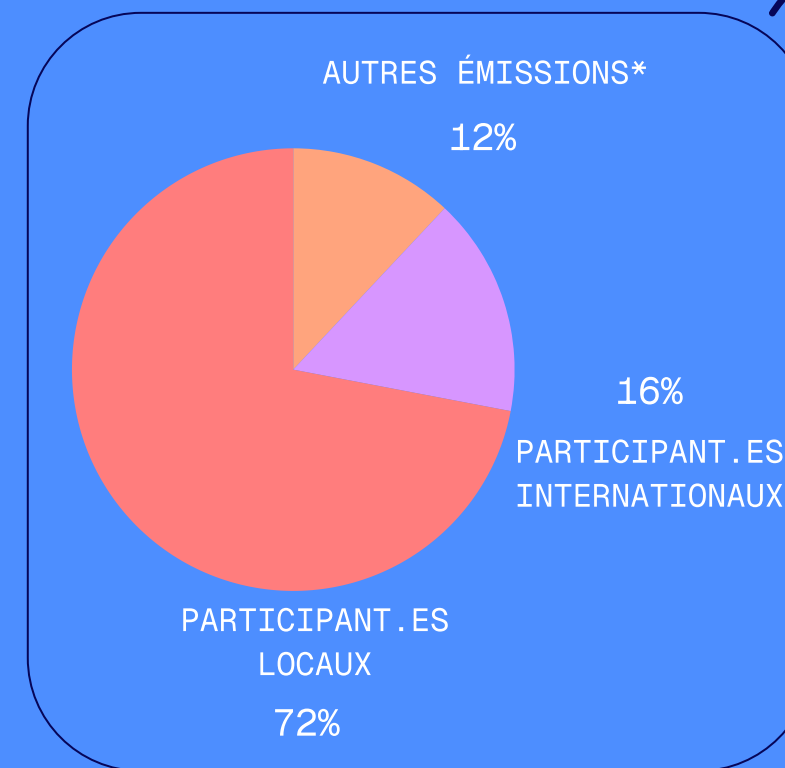
291,6T / 35,3T

(ÉMISSIONS PARTICIPANT.ES INCLUS) (ÉMISSIONS PARTICIPANT.ES NON INCLUS)

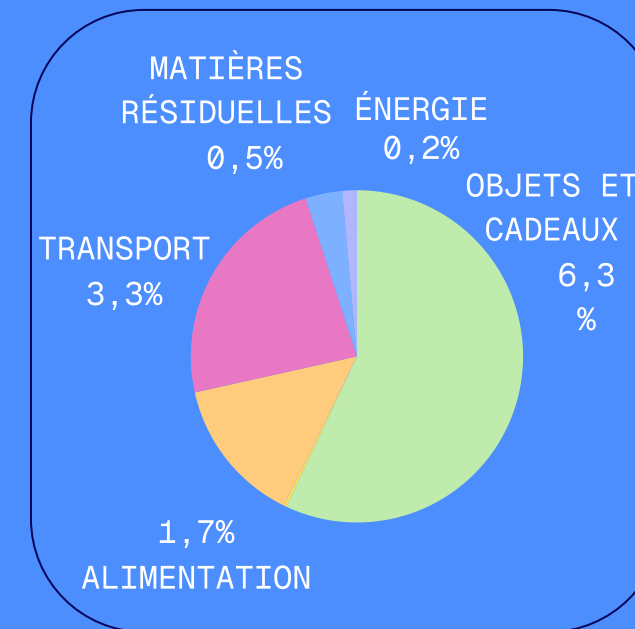
DE GES ÉMIS DANS LE CADRE DE LA TENUE DU
21K NESPRESSO DE MONTRÉAL 2026

1232\$

DE COMPENSATION VOLONTAIRE VERSÉS PAR
LES PARTICIPANT.ES POUR LES ÉMISSIONS DE
GES LIÉES À LEUR PARTICIPATION À
L'ÉVÉNEMENT



DÉTAILS AUTRES ÉMISSIONS*



INITIATIVES DÉJÀ EN PLACE

- Calcul et compensation d'une partie des émissions de GES liées à la tenue du 21K Nespresso de Montréal, incluant les émissions des champs 1 et 2 ainsi que certaines composantes du champ 3 (transport technique, des organisateurs, des bénévoles, des exposants; déplacements d'affaires; alimentation, hébergements des employés; et objets promotionnels.)
- Offre de compensation volontaire des émissions de GES liées aux déplacements des participant.es dans le cadre de leur participation à l'événement (don de 1\$, 2\$ ou 5\$) : 6% des participant.es ont compensé.
- Frais d'écoresponsabilité de 0,15\$ par pied carré, chargé aux exposants présents sur le site.
- Mise à disposition d'une fontaine d'eau sur le site afin d'encourager l'utilisation de contenants réutilisables.

DONNÉES POUR LE CALCUL DES GES

1. Transport des participant.es
2. Transport des organisateurs et bénévoles
3. Transport technique
4. Électricité
5. Carburants fossiles
6. Alimentation
7. Matières résiduelles
8. Hébergement
9. Objets et cadeaux remis
10. Exposants (partenaires et fondations)

SENSIBILISATION & COMMUNICATION

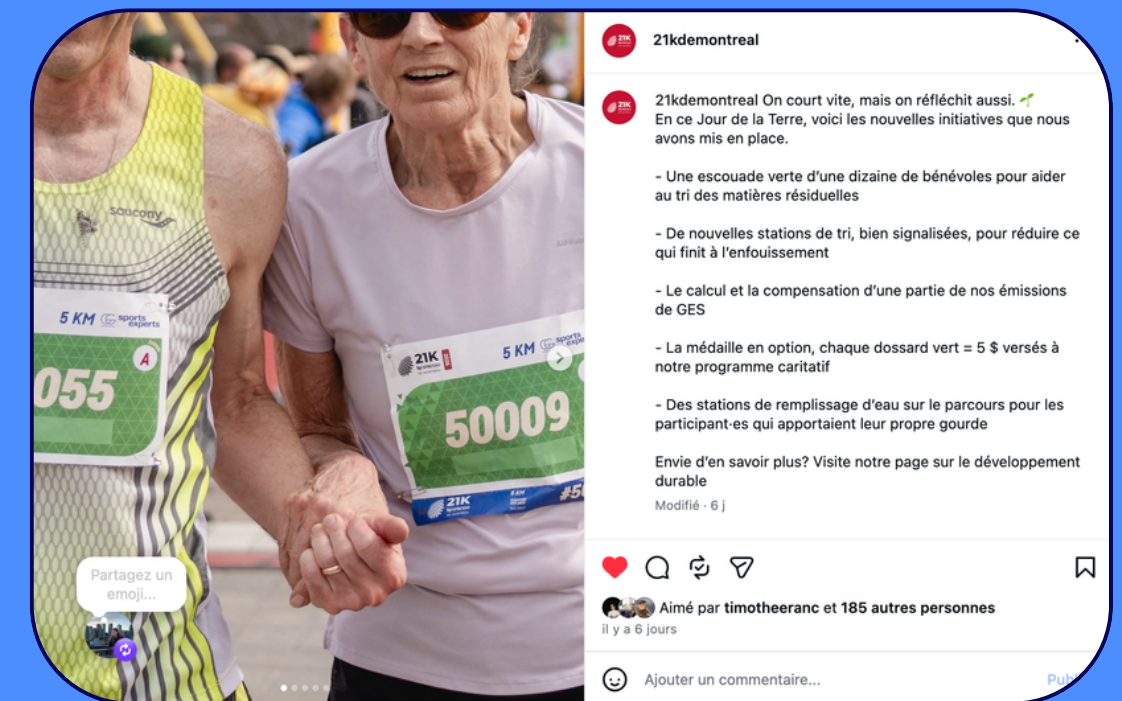


INITIATIVES DÉJÀ EN PLACE

- Élaboration et amélioration continue de la politique de développement durable et du plan d'action écoresponsable de Courons MTL.
- Mise en ligne d'une page dédiée au développement durable sur le site de Courons MTL.

NOUVEAUTÉS 2026

- Recrutement d'une ressource à temps plein dédiée à la structuration et à la mise en œuvre de la démarche écoresponsable de Courons MTL.
- Réalisation d'un rapport annuel public de développement durable afin d'évaluer les initiatives mises en place, les résultats obtenus et d'identifier des axes d'amélioration, tout en assurant la transparence de la démarche.
- Élaboration d'une stratégie de communication dédiée au développement durable.
- Rédaction de guides pratiques visant à sensibiliser le staff, les bénévoles et autres parties prenantes aux enjeux du développement durable et aux bonnes pratiques écoresponsables.
- Production de contenus de sensibilisation (publications et stories) sur les médias sociaux.
- Participation à la première cohorte du programme d'accompagnement Foulée verte – Mouvement collectif pour un sport durable, un parcours de 15 heures porté par Montréal physiquement active en collaboration avec le CQEER, visant à structurer le plan d'action et à soutenir le déploiement de la stratégie de communication dédiée au développement durable.



PISTE POUR 2027

- Organiser une formation annuelle sur les principes et enjeux de développement durable à tous les employé.es et collaborateur.rices.

MILIEUX NATURELS, BIODIVERSITÉ & CLIMAT



INITIATIVES DÉJÀ EN PLACE

- Remise en état du site post-événement au Parc Jean-Drapeau par le consortium Écho-Logique.
- Remise en état du parcours par les équipes logistique.





Pour toute question, merci de contacter Chloé Fouquet, chargée de projets initiatives durables et impact social.

Courriel : cfouquet@couronsmtl.com

Téléphone : 438-448-7711

Découvrez notre [page développement durable](#).

2026

RAPPORT DE DÉVELOPPEMENT DURABLE