



AIDE-MÉMOIRE

EN BREF

Samedi 12 et dimanche 13 septembre 2026

- 2 jours, 320 km (160 km par jour environ)
- 4 pelotons distincts
- 4 encadreur par peloton
- 2 autos suiveuses par peloton (encadrement et soutien)
- Technique du peloton double : la route est à nous !
- Encadrement de la Police de Laval / SQ
- Les vitesses
 - Groupe 1 – 29-31 km/h
 - Groupe 2 et 3 – 27-29 km/h
 - Groupe 4 – 25-27 km/h

L'ENTRAÎNEMENT, LA CLÉ !
POUR VOTRE SÉCURITÉ ET CELLE DE TOUS !

Formations OBLIGATOIRES pour les nouveaux ET
ouvertes à tous, le 13 mai et 17 juin 2026

Circuit PMG à Blainville, 100 rue du Landais,
Blainville, QC J7C 5C9

Une belle occasion de rouler librement et
gratuitement sur un beau parcours

IMPORTANT DE CONFIRMER VOTRE PRÉSENCE

*Attention à la congestion sur la route vers Blainville,
prévoir votre déplacement.

Les sorties préparatoires

Facultatives, gratuites et très utiles !

27 juin – 8 h 30 (90 Km)

2505 Bd des Entreprises, Terrebonne, QC J6X 5S5

29 août – 8 h 30 (110 / 140 Km)

862 Mnt Laurin, Saint-Eustache, QC J7R 4K3

Cocktail de lancement

22 avril prochain chez Quilicot Laval

1600 Boul. le Corbusier Local 31, Laval, QC H7S 1Y9

RESTEZ INFORMÉ !

DEVENEZ MEMBRE DE NOTRE GROUPE FACEBOOK :
[HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/GROUPS/300KMPPOURLAVIE](https://www.facebook.com/groups/300KMPPOURLAVIE)

VISITEZ NOTRE SITE WEB : [300KMPPOURLAVIE.COM](https://www.300KMPPOURLAVIE.COM)

ABONNEZ-VOUS À NOTRE INFOLETTRE !
[HTTPS://WWW.FONDATIONCITEDELASANTE.COM/INFOLETTRE](https://www.fondationcitedelasante.com/infolettre)

LES COLLECTES DE FONDS \$\$\$

Commencez tôt !

Les objectifs : 1 000 \$ par participant /
4 000 \$ par équipe de 4



Si vous ne l'atteignez pas
avant l'événement, vous ne
pourrez pas participer



Maillot du 300 KM

Choisissez la bonne taille ;
Essayage possible durant le lancement du 22
avril prochain chez Quilicot Laval, situé au
Centre Laval, face à l'autoroute 15.

Si la taille du maillot que vous avez
sélectionnée lors de l'inscription ne convient
pas, écrivez-nous avant le 15 juin midi :
anna.shtres.cissslav@ssss.gouv.qc.ca

Le secret : Parlez-en autour de vous et affichez-
vous sur vos médias sociaux, dans votre
signature courriel et diversifiez vos collectes de
fonds !

Pour des idées et des outils

Site web section « collecte de fonds » ou écrivez à
anna.shtreis.cissslav@ssss.gouv.qc.ca

Prêt de matériel de rayonnement

Bannières du 300 KM, tente de la fondation 10 x 10,
affiches personnalisées 8,5 x 11 à imprimer ou autre,
réservez le matériel en écrivant à
anna.shtreis.cissslav@ssss.gouv.qc.com

Boutique du 300 KM

Visitez le site du 300 km* pour des articles aux couleurs
de l'événement : Maillot extra, coupe-vent, etc. à
commander avant le dimanche 15 juin 2026.

La livraison est :

- Gratuite pour les commandes de 200 \$ et plus
- 13 \$ pour les commandes de 95 \$ à 199,99 \$
- 18 \$ pour les commandes de 94,99 \$ et moins

Maillot 2026



*Lien à venir, restez à l'affut de nos prochains envois