

Guide du participant 2026



La Course
12 h 80 km

PRÉSENTÉE PAR IMMOMARKETING INC. 84

Table des matières

Mot de l'équipe	3
Horaire	4
Remise des chandails et des sacs du participants	5
Responsabilités des coureurs	6
Informations pratiques	7
Guide de levées de fonds	8
• Gestion des dons	10
• Stratégies pour réussir votre collecte de fonds	11
Cérémonie de fermeture	16

Mot de l'équipe

L'équipe de la Fondation Véro & Louis est très fière de savoir que vous ferez partie de la 3e édition de la Course 12h-80km présentée par Immomarketing Inc. qui aura lieu le samedi 30 mai 2026.

Nous avons très hâte de vous accueillir à Varennes, sur notre magnifique parcours, et de vous faire vivre l'ambiance unique de notre Village de course festif.

Cet événement n'existerait pas sans le soutien de nos précieux partenaires : Immomarketing Inc., Pacini, Desjardins et Assante.

Nous avons déjà hâte de vous retrouver sur le site et de partager avec vous cette journée unique qui aura lieu sous le signe du dépassement, de la solidarité et du plaisir!



Horaire de la Course

Mercredi, 27 mai 2026

15 h 30 à 20 h 00 : Remise des chandails et des sacs du coureur dans le hall d'entrée du 300, place Charles-Le Moyne

Vendredi, 29 mai 2026

Installation des tentes au Village de course (selon un horaire qui vous sera fourni ultérieurement)

Samedi, 30 mai 2026

5 h 30 à 15 h 30 : Remise des chandails et des sacs du coureur (Village de course)

6 h 00 : Départ de la PREMIÈRE boucle	9 h 00 : Départ 5e boucle	12 h 00 : Départ 9e boucle	15 h 00 : Départ 13e boucle
6 h 45 : Départ 2e boucle	9 h 45 : Départ 6e boucle	12 h 45 : Départ 10e boucle	15 h 45 : Départ 14e boucle
7 h 30 : Départ 3e boucle	10 h 30 : Départ 7e boucle	13 h 30 : Départ 11e boucle	16 h 30 : Départ 15e boucle
8 h 15 : Départ 4e boucle	11 h 15 : Départ 8e boucle	14 h 15 : Départ 12e boucle	17 h 15 : Départ de la DERNIÈRE boucle

Remise

des chandails et des sacs du participant

Pour les participants du Grand Montréal, il est **FORTEMENT** recommandé de venir récupérer votre chandail et votre sac du participant le mercredi.

Mercredi, 27 mai 2026 de 15 h 30 à 20 h 00

Dans le hall d'entrée du
300, place Charles-Le Moyne, Longueuil, QC, J4K 0C2

Pour les personnes résidant à l'extérieur de cette région, il est possible de récupérer votre chandail le matin même directement sur le site **AU PLUS TARD 30 MINUTES AVANT VOTRE DÉPART, et ce, jusqu'à 15 h 30.**

Parc de la Commune
10, rue Sainte-Thérèse, Varennes, QC, J3X 1R3

Responsabilités des coureurs

Le participant s'engage à respecter toutes les instructions et les directives de la Course 12h-80km présentée par Immomarketing Inc.

Le participant s'engage à amasser les fonds nécessaires à sa collecte de fonds (300 \$ individuel, 3 000 \$ en équipe).

De plus, il convient de libérer la Fondation Véro & Louis et les organisateurs de la Course 12h-80km, les bénévoles, les commanditaires, les partenaires et leurs employés ainsi que toute autre personne participant à cette activité de toute responsabilité à l'égard des pertes, des dommages ou blessures subies par lui-même à titre de participant ou à ses biens et qui peuvent survenir durant sa participation à cette activité.

Le participant s'engage également à s'assurer de sa bonne condition physique avant de prendre le départ de la Course 12h-80km présentée par Immomarketing Inc. La Fondation Véro & Louis et les organisateurs de l'activité-bénéfice ne pourront être tenus responsables d'un quelconque incident physique survenant pendant la ou les boucles choisies.

pratique l'info.

- Vous devez être prêt à partir 5 minutes avant votre départ.
- Les participants rapides doivent se mettre à l'avant du groupe de départ. On demande aux participants moins rapides et aux marcheurs de se mettre à l'arrière de la file.
- Remerciez les bénévoles et écoutez les consignes.
- Il est permis de courir avec des écouteurs, mais vous devez être en mesure d'entendre l'environnement qui vous entoure.
- Les chiens en laisse et les poussettes sont permis, mais doivent se placer à l'arrière du groupe de départ.
- Si vous voyez un coureur qui a besoin d'assistance, veuillez vous arrêter et informer un membre de l'équipe bénévole.
- Il y aura un point d'eau sur le site, et dans le but de réduire notre empreinte écologique, nous conseillons d'apporter votre bouteille d'eau ou de conserver votre verre après l'utilisation.



Guide de levée de fonds



La Course
12 h 80 km

PRÉSENTÉE PAR IMMOMARKETING INC. 84

Guide de levée de fonds

C'EST PARTI POUR VOTRE CAMPAGNE!

Votre inscription à la Course 12h-80km présentée par Immomarketing Inc. au profit de la Fondation Véro & Louis est confirmée... place maintenant à votre campagne de levée de fonds!

Nous sommes conscients qu'un tel projet demande du cœur, du temps et beaucoup d'énergie.

C'est pourquoi nous avons préparé pour vous des conseils simples et concrets pour vous accompagner tout au long de votre démarche.

Notre souhait? Que cette expérience soit non seulement un succès, mais aussi un plaisir et qu'elle vous permette d'atteindre et même de dépasser vos objectifs!

Merci de faire partie de cette belle aventure et bon succès!

Gestion des dons

MODALITÉS DE PAIEMENT DES DONNS

Les personnes qui vous encouragent peuvent verser leur contribution via le site Web de [la Course 12h-80km présentée par Immomarketing Inc.](#) en se rendant sur votre page participant.

CONFIGURATION DE VOTRE PAGE PARTICIPANT

Nous vous invitons à personnaliser votre page participant en y ajoutant :

- une photo
- un texte de présentation qui explique pourquoi vous courez/marchez ainsi que votre motivation à amasser des fonds pour la Fondation Véro & Louis

REÇU DE CHARITÉ

Vos donateurs reçoivent un reçu de charité pour tout don de 25 \$ et plus. Ils recevront un reçu de charité par courriel.

PROGRESSION DE LA COLLECTE DE DONNS

Chaque participant est en mesure de voir la progression de son objectif de dons via le site Web de [la Course 12h-80km présentée par Immomarketing Inc.](#) La progression du cumulatif de tous les dons sera publiée sur nos différentes plateformes sociales afin de vous aider à stimuler votre collecte.

Stratégies

pour réussir votre collecte de fonds

La collecte de dons peut être facile et agréable! Voici quelques conseils qui vous permettront certainement d'atteindre votre objectif.

FIXEZ-VOUS UN OBJECTIF!

Définissez un objectif qui vous donnera l'élan nécessaire pour rester motivé chaque jour (300 \$ minimum). N'ayez pas peur de viser haut : un objectif ambitieux peut inciter davantage de donateurs à se mobiliser pour vous aider à le réaliser. Et s'il est atteint plus rapidement, augmentez-le! La générosité devient vite contagieuse.

FAITES CONNAÎTRE VOTRE MOTIVATION

Informez et sensibilisez votre réseau à la cause de la Fondation Véro & Louis est une étape essentielle pour obtenir leur soutien. Montrez concrètement l'impact de leur don en exposant votre barre de progression. Pour cela, utilisez des canaux variés : des publications sur vos réseaux sociaux (Facebook, Instagram, LinkedIn...), un courriel de remerciement ou encore le partage de votre page participant.

Stratégies pour réussir votre collecte de fonds

PARTAGEZ L'ÉVÉNEMENT FACEBOOK

Vous pouvez partager l'événement Facebook pour informer vos amis que vous courez pour une cause cette année!

« *Ami.e.s Facebook / Instagram,*
Je fais appel à vous aujourd'hui pour une cause qui me tient à coeur : la Fondation Véro & Louis. Cette année, j'ai décidé de soutenir cette Fondation en participant à la Course 12h-80km présentée par Immomarketing Inc. qui se déroulera le 30 mai prochain. C'est une cause importante pour moi parce que XXX. Je vous sollicite afin que vous contribuiez au moyen d'un don, petit ou grand – chaque dollar compte! Merci de votre générosité! Pour donner, c'est ici : [La Course 12h-80km présentée par Immomarketing Inc.](#) Merci d'aider à faire la différence! »

Guide de levée de fonds

IDÉES PÊLE-MÊLE POUR AMASSER DES DONS

Vous pouvez également proposer des activités à votre entourage pour vous aider dans votre collecte :

- Campagne « 1 jour = 1 don » : solliciter des dons sur une période courte avec un objectif quotidien.
- Souper spaghetti, party BBQ avec un coût d'entrée, cocktails 5 à 7, etc.
- Organisez un lavothon avec vos amis ou vos enfants par une journée ensoleillée. Vous aurez du plaisir, vous ferez des « heureux aux voitures propres » en plus de faire fructifier votre collecte de dons.
- Vous avez un talent pour la photo? Organisez des séances de Noël, d'anniversaire ou pour des occasions spéciales.

Guide de levée de fonds

IDÉES PÊLE-MÊLE POUR RAMASSER DES DONS - SUITE

- Vente de garage : Le printemps arrivé, on veut se départir des objets dont on ne se sert plus. Faites d'une pierre deux coups et rendez heureux quelqu'un qui en aurait besoin et faites fructifier votre collecte de fonds.
- Faites une collecte de bouteilles ou canettes consignées dans votre quartier; c'est rapide et écologique!
- Annoncer un défi symbolique : « Si j'atteins 300 \$, je fais 300 squats / je cours 30 km / je prends un bain de glace! » → C'est amusant, engageant et attire les dons rapides.
- Demander à un commerce local (café, gym, salon, boutique) de placer un pot de dons ou d'offrir un petit pourcentage de ventes pour votre campagne.

Soyez créatifs et surtout, amusez-vous!

Guide de levée de fonds

MODÈLES DE COURRIEL DE SOLLICITATION :

Bonjour [nom],

Le 30 mai prochain, je participerai à la Course 12h-80km présentée par Immomarketing Inc. au profit de la Fondation Véro & Louis. J'ai décidé de courir X de boucles de 5 km, ce qui représente un défi sportif et de cœur pour moi!

J'ai choisi d'allier ma passion pour la santé physique à celle de l'autisme, une cause qui me tient particulièrement à cœur. Parce que **[votre raison ici]**.

Je me suis engagé.e à recueillir **XXX \$** pour aider la Fondation à soutenir sa mission. Je vous invite à m'encourager par un don et vous remercie à l'avance de faire preuve de générosité pour cette cause vitale.

Un grand merci!



Cérémonie de fermeture

À la fin de la journée, il y aura une remise de prix pour les trois meilleures collectes de fonds individuelles ainsi que pour les trois meilleures collectes de fonds en équipe.

C'est également à ce moment que l'équipe de la Fondation annoncera le montant officiel amassé par l'événement de la Course 12h-80km présentée par Immomarketing.

