

| Kilomètres | | Routes | | PETIT PARCOURS 2022 | | HORAIRES | | | |
|------------|-------|------------------------|--|--------------------------------|--|----------|---------|--------|---------|
| Parcours | | | | Cyclosportive La Vache qui rit | | 40 km/h | 35 km/h | 30km/h | 25 km/h |
| 87,47 | 0 | | | | France - Jura | 40 | 35 | 30 | 25 |
| 87,37 | 0,1 | | | | DEPART NEUTRALISE - Lons-le-Saunier - Juraparc - Rue du 19 Mars 1962 | 9:00 | 9:00 | 9:00 | 9:00 |
| 87,27 | 0,2 | | | → | Chemin des Sondes | | | | |
| 86,87 | 0,6 | D678 | | → | Boulevard Alexis Duparchy | | | | |
| 86,47 | 1 | D117 | | → | Carrefour Boulevard Duparchy / D678 | | | | |
| 86,37 | 1,1 | D117 | | → | Carrefour D678 Bd Jules Ferry / D117 | | | | |
| 83,37 | 4,1 | | | | DEPART REEL - Usine BEL - La Vache qui rit | | | | |
| 83,17 | 4,3 | D156 | | ← | Macornay | 9:06 | 9:07 | 9:08 | 9:09 |
| 79,17 | 8,3 | | | | Bornay | 9:06 | 9:07 | 9:08 | 9:10 |
| 78,97 | 8,5 | D153 | | ← | Carrefour D117 / D156 | 9:12 | 9:14 | 9:16 | 9:19 |
| 78,27 | 9,2 | | | | Carrefour D156 / D153 | 9:12 | 9:14 | 9:17 | 9:20 |
| 75,37 | 12,1 | | | | Côte de Bornay | 9:13 | 9:15 | 9:18 | 9:22 |
| 74,17 | 13,3 | | | ↑ | Courbette | 9:18 | 9:20 | 9:24 | 9:29 |
| 70,87 | 16,6 | | | | D162 | 9:19 | 9:22 | 9:26 | 9:31 |
| 67,17 | 20,3 | | | | Reithouse | 9:24 | 9:28 | 9:33 | 9:39 |
| 67,07 | 20,4 | D2 | | ← | Befia | 9:30 | 9:34 | 9:40 | 9:48 |
| 66,27 | 21,2 | | | | Carrefour D162 / D2 | 9:30 | 9:34 | 9:40 | 9:48 |
| 62,47 | 25 | | | | Moutonne | 9:31 | 9:36 | 9:42 | 9:50 |
| 62,27 | 25,2 | D470 | | ↑ | Orgelet | 9:37 | 9:43 | 9:50 | 10:00 |
| 62,17 | 25,3 | Carrefour D470 / D80 | | ↑ | Rond Point D2 / D470 / D109 | 9:37 | 9:43 | 9:50 | 10:00 |
| 58,97 | 28,5 | D49 | | ← | Sortie Moyen & Grand Parcours | 9:37 | 9:43 | 9:50 | 10:00 |
| 51,17 | 36,3 | | | | Carrefour D470 / D49 | 9:42 | 9:48 | 9:57 | 10:08 |
| 50,77 | 36,7 | D678 | | ← | Pont-de-Poitte | 9:54 | 10:02 | 10:12 | 10:27 |
| 50,77 | 36,7 | | | | Carrefour D49 / D678 | 9:55 | 10:02 | 10:13 | 10:28 |
| 50,37 | 37,1 | D151 | | → | Entrée Moyen Parcours | 9:55 | 10:02 | 10:13 | 10:28 |
| 48,97 | 38,5 | | | ↑ | Carrefour D678 / D151 | 9:55 | 10:03 | 10:14 | 10:29 |
| 48,77 | 38,7 | | | | D151 | 9:57 | 10:06 | 10:17 | 10:32 |
| 46,07 | 41,4 | | | | Mesnois | 9:58 | 10:06 | 10:17 | 10:32 |
| 40,77 | 46,7 | D39 | | ← | Biye | 10:02 | 10:10 | 10:22 | 10:39 |
| 40,27 | 47,2 | | | | Carrefour D151 / D39 | 10:10 | 10:20 | 10:33 | 10:52 |
| 40,27 | 47,2 | | | | Chatillon | 10:10 | 10:20 | 10:34 | 10:53 |
| 39,17 | 48,3 | | | | Entrée Grand Parcours | 10:10 | 10:20 | 10:34 | 10:53 |
| 38,67 | 48,8 | D96 | | → | Côte de Chatillon | 10:12 | 10:22 | 10:36 | 10:55 |
| 34,47 | 53 | D96 | | → | Côte de Chatillon | 10:13 | 10:23 | 10:37 | 10:57 |
| 34,47 | 53 | | | ↑ | Carrefour D39 / D96 | 10:19 | 10:30 | 10:46 | 11:07 |
| 34,37 | 53,1 | D96 | | ← | Carrefour D96 / D471 | 10:19 | 10:30 | 10:46 | 11:07 |
| 28,57 | 58,9 | | | | Mirebel | 10:19 | 10:31 | 10:46 | 11:07 |
| 28,07 | 59,4 | D4 | | → | La Marre | 10:28 | 10:40 | 10:57 | 11:21 |
| 27,37 | 60,1 | D70 | | → | Carrefour D96 / D4 | 10:29 | 10:41 | 10:58 | 11:22 |
| 26,97 | 60,5 | D210 | | → | Carrefour Chemin du Chaumois / D70 | 10:30 | 10:43 | 11:00 | 11:24 |
| 24,37 | 63,1 | | | → | Carrefour D4 / D210 | 10:30 | 10:43 | 11:01 | 11:25 |
| 19,47 | 68 | D70 | | → | Granges sur Baumes | 10:34 | 10:48 | 11:06 | 11:31 |
| 18,97 | 68,5 | | | → | Carrefour D4 / D70 | 10:42 | 10:56 | 11:16 | 11:43 |
| 18,27 | 69,2 | Rue de la Croix du Poy | | → | Baume-les-Messieurs | 10:42 | 10:57 | 11:17 | 11:44 |
| 14,47 | 73 | | | → | Carrefour D70 / D70E1 Pont de la Peyrouse | 10:43 | 10:58 | 11:18 | 11:46 |
| 9,67 | 77,8 | | | | Carrefour D70E1 Pont de la Peyrouse / Rue de la Croix du Poy | 10:49 | 11:05 | 11:26 | 11:55 |
| 8,57 | 78,9 | D70 | | ← | Côte des Bois de Rosnay | 10:49 | 11:05 | 11:26 | 11:55 |
| 8,57 | 78,9 | | | | Lavigny D209 | 10:56 | 11:13 | 11:35 | 12:06 |
| 5,97 | 81,5 | | | | Carrefour D209 / D70 | 10:58 | 11:15 | 11:37 | 12:09 |
| 4,27 | 83,2 | D1083E1 | | → | Montain | 11:02 | 11:19 | 11:43 | 12:15 |
| 4,17 | 83,3 | D161 | | → | Carrefour D70 / Rue du Verger | 11:04 | 11:22 | 11:46 | 12:19 |
| 3,77 | 83,7 | | | → | Rond point D1083E1 | 11:04 | 11:22 | 11:46 | 12:19 |
| 3,17 | 84,3 | Route de Villeneuve | | → | CARREFOUR DANGEREUX D161 / D1083E1 | 11:05 | 11:23 | 11:47 | 12:20 |
| 1,57 | 85,9 | D141 | | → | Villeneuve-sous-Pymont | 11:06 | 11:24 | 11:48 | 12:22 |
| 1,37 | 86,1 | Chemin des Sondes | | → | Carrefour D161 / Route de Villeneuve | 11:08 | 11:27 | 11:51 | 12:26 |
| 0,57 | 86,9 | | | → | Carrefour Route de Villeneuve / D141 | 11:09 | 11:27 | 11:52 | 12:26 |
| 0,17 | 87,3 | Chemin des Sondes | | → | Savagna | 11:10 | 11:28 | 11:53 | 12:28 |
| 0,17 | 87,3 | | | → | Carrefour D141 / Chemin des Sondes | 11:10 | 11:29 | 11:54 | 12:29 |
| 0,07 | 87,4 | | | → | Carrefour Chemin des Sondes / Chemin des Crochères | 11:10 | 11:29 | 11:54 | 12:29 |
| 0 | 87,47 | | | → | Montmorot | 11:11 | 11:29 | 11:54 | 12:29 |
| | | | | → | Rond point Chemin des Sondes / Rue de la Vallière | 11:11 | 11:29 | 11:54 | 12:29 |
| | | | | | ARRIVEE - Lons-le-Saunier - Juraparc Rue de la Vallière | 11:11 | 11:29 | 11:54 | 12:29 |