

SAHARA ALGÉRIEN : UN TOURISME SOUS HAUTE SURVEILLANCE

GRANDS REPORTAGES

GRANDS REPORTAGES

EXPLORER LE MONDE

INDE
DU NORD-EST
LES PLUS BEAUX ITINÉRAIRES

NOUVELLE-ZÉLANDE
UN EDEN NATURE AUX ANTIPODES

PALESTINE
UN SENTIER NOMMÉ ESPOIR

TADJIKISTAN : QUAND LES FEMMES GUIDENT LES RANDONNEURS


© Franck Charton

L 19595 -456- F: 6,90 € -RD



JANVIER 2019

CPPAP : 0319 K 84925

A group of people is seen from behind, sitting on a vehicle in a vast, misty landscape of tall grass. The scene is hazy, suggesting an early morning or late afternoon setting. The people are dressed in outdoor gear, and some are holding cameras, indicating a safari or nature tour. The overall atmosphere is serene and adventurous.

LES PLUS BEAUX ITINÉRAIRES
EN INDE DU NORD-EST

Arunachal Pradesh, Meghalaya, Nagaland...

*ENCORE LARGEMENT À L'ÉCART DES GRANDS
ITINÉRAIRES TOURISTIQUES, LE NORD-EST DE
L'INDE FORME UNE ENCLAVE GÉOGRAPHIQUE
ET CULTURELLE AUX MARCHES HIMALAYENNES
DU SOUS-CONTINENT. UN TERRITOIRE SAUVAGE,
QUI S'ILLUSTRE PAR SES INCROYABLES RICHESSES
ETHNIQUES ET NATURELLES.*

TEXTE ET PHOTOS : FRANCK CHARTON



L'observation à dos d'éléphant du rhinocéros unicorne, ou rhinocéros indien, est l'une des expériences les plus envoûtantes de l'État de l'Assam. Sur les 3 000 spécimens recensés dans le monde, près des deux tiers vivent dans le parc national de Kizaranga, dans l'Assam. Le tiers restant est confiné dans une dizaine de réserves réparties entre le nord de l'Inde et le Népal.

TREKKING
INDE DU NORD-EST



Chargé des limons du Toit du Monde,
le fleuve nourricier s'abandonne
dans d'interminables méandres
à l'approche du Bengale



L'État de l'Assam, ici au niveau de l'île
de Majuli, est traversé par le fleuve
Brahmapoutre, l'un des quatre
« géants » venus du plateau tibétain.

Héritage de la colonisation
britannique, la culture du thé est
favorisée par les climats humides
tempérés des piémonts himalayens.



Aux marges de l'Himalaya oriental,
les États oubliés du nord-est de l'Inde
composent à chaque instant
une incroyable fresque naturaliste



Les paysages vallonnés
du Nagaland, ici dans la
région de Wakching.

Au terme d'un inextricable labyrinthe
de vallées étroites et de forêts humides,
apparaissent soudain les premières
"maisons longues" des communautés nagas




TREKKING
INDE DU NORD-EST



Au sud-est de l'Arunachal Pradesh, dans le district du Tirap, se tient chaque année le festival de Chalo Loku, à Konsha, capitale de la tribu nage des Nocte..





Les féroces chasseurs de têtes
de jadis peinent aujourd'hui
à renouer avec les fragments
d'une culture en péril



FRANCK
CHARTON

Féru de rencontres ethniques, notre reporter a sillonné les États du nord-est indien, à la découverte des tribus nagas et des merveilles naturelles des « Seven Sisters ».

Le grand temple shivaïte de Sibsagar, dans l'État de l'Assam.



Arunachal Pradesh, Assam, Manipur, Meghalaya, Mizoram, Nagaland et Tripura composent une mosaïque d'États tribaux : les "Sept Sœurs"

C'EST OÙ ?

L'Arunachal Pradesh, où se situe la plupart des itinéraires abordés dans ce dossier, est situé à l'extrémité nord-est de l'Inde, à la frontière avec le Bhoutan, le Tibet et la Birmanie. Avec ses voisins de l'Assam, du Manipur, du Meghalaya, du Mizoram, du Nagaland et du Tripura, ces sept États indiens composent en quasi enclave géographique appelées les « Seven Sisters ».

« Pays des montagnes de l'aube », car région indienne la plus orientale, recevant ainsi les premiers rayons de soleil, le nord-est du sous-continent, aux marches du Tibet et de la Birmanie, reste aussi la région la moins peuplée de toute l'Inde, et qui ne lui est rattachée que depuis peu de temps. Ces confins du Nord-Est indien forment une entité culturelle, linguistique, géopolitique et socio-économique distincte du reste du pays, et elle-même très disparate. Outre le Sikkim non traité dans ce dossier, ils regroupent une mosaïque d'États tribaux surnommés les « sept sœurs » : Arunachal Pradesh, Assam, Manipur, Meghalaya, Mizoram, Nagaland et Tripura. Un grand nombre

de ses habitants parlent des langues tibéto-birmanes avec une culture plus proche de celle d'autres pays d'Asie du Sud-Est et du Tibet.

UNE OUVERTURE EN POINTILLÉS

Jusqu'à une époque récente, la région est restée à l'écart des grandes civilisations car constituée de montagnes couvertes de jungles difficiles d'accès, habitées par des tribus particulièrement guerrières, telles les Nagas, les Abors, les Nishis ou les Mishmis. La plupart de ces États sont encore très peu concernés par le tourisme. Ils demeurent parfois même en partie inexplorés, et n'ont d'ailleurs que vingt-et-un kilomètres de frontière commune

Plusieurs grands festivals rythment la saison au Nagaland, comme le Chalo Loku, à Khonsa, en novembre, à l'occasion du Nouvel An nocte.



►

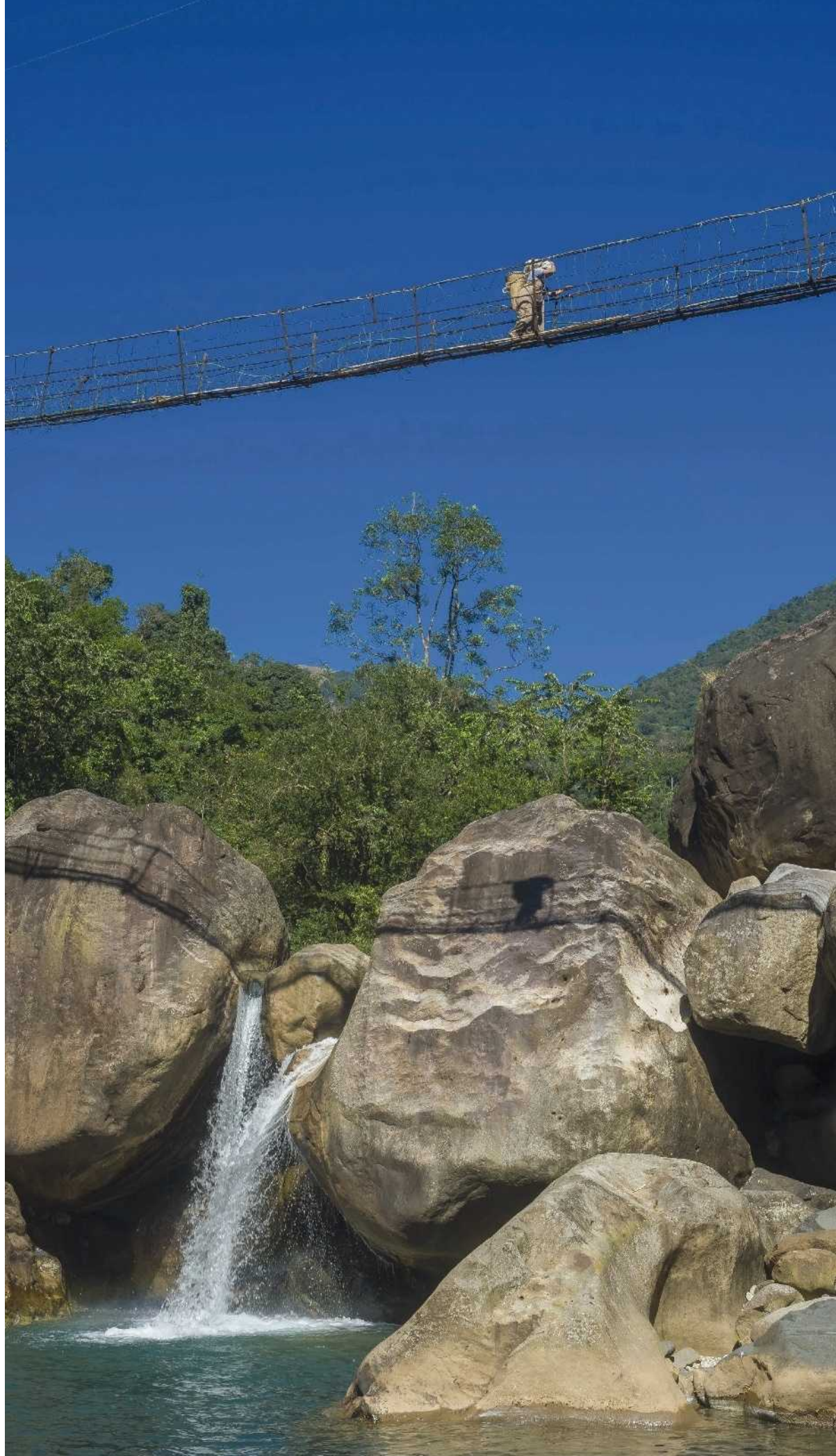
Au Meghalaya, Cherrapunjee s'illustre par ses nombreuses passerelles et cascades, dans un cadre naturel magnifique.

COMMENT Y ALLER ?

Le principal point d'accès au nord-est de l'Inde est Guwahati, la ville la plus importante de l'Assam, située sur la rives du Brahmapoutre. Vols intérieurs depuis la plupart des grandes villes indiennes via Calcutta (plusieurs compagnies). Accès également possible par le train depuis Delhi ou Calcutta. Autres aéroports régionaux possibles suivant le secteur visité : Dibrugarh, Dimapur, Aizawl...

SE DÉPLACER ?

Dans le cadre d'un voyage organisé par un tour-opérateur, on se déplace principalement en véhicule tout-terrain. Les backpackers peuvent toujours utiliser les transports par bus, pas chers mais extrêmement lents. L'Arunachal Pradesh étant soumis à un permis spécial, il est obligatoire d'avoir recours à une agence locale, qui pourra assurer vos déplacements.





Cet Himalaya de l'Est a été identifié, avec le Bhoutan et le Népal, comme un haut lieu de la biodiversité

avec le reste de l'Inde au niveau du corridor de Siliguri ! Hormis l'Assam et ses immenses plaines, ils se partagent entre jungles sèches ou humides, plateaux d'altitude, collines en zones de culture intensive ou sur brûlis et reliefs des piémonts himalayens. Cet Himalaya de l'Est, anciennement

qualifié d'« indo-birman », a été identifié, avec le Bhoutan et le sud du Népal, comme un point chaud de biodiversité mondiale. C'est pourquoi le voyage y est encore pionnier, essentiellement naturaliste, riche de découvertes variées, de rencontres insolites et d'expériences anthropologiques, se déroulant dans des paysages magnifiques souvent préservés.

L'ARUNACHAL EN MAJESTÉ

Parmi les « Seven sisters », l'Arunachal Pradesh est l'État le plus vaste, même s'il est moins peuplé que l'Assam voisin, ce dernier plus propice à l'agriculture. Frontalier avec la Chine, le Bhoutan et la Birmanie, l'Arunachal Pradesh s'étire des pics enneigés de l'Himalaya au nord jusqu'à la vallée du Brahmapoutre au sud. Sa partie septentrionale est revendiquée par Pékin, qui le considère comme

Insolite Stages de survie en Arunachal

Sous la conduite de Robin Boclet-Weller, alias « Ze Hood », expert en randonnées sauvages, Eastern Routes propose des expériences de survie en autonomie en pleine jungle, sans appui logistique, nourriture ou contact extérieur. Un premier temps, théorique, vous initie aux dangers de la jungle, au suivi des sentes animales, à la collecte de plantes comestibles, au piégeage en jungle, aux techniques de chasse ou à la construction d'abris et matériels naturels. Avant le test ultime : trois jours de défi de survie en pleine jungle.

bit.ly/stages-survie-inde-nord-est

Un voyage au Nagaland est avant tout l'occasion d'entrer en contact avec les différentes tribus nagas, comme ici chez les Angami, à Khonoma.

QUEL PERMIS ?

Le Protected Area Permit (PAP) est nécessaire pour visiter l'Arunachal Pradesh en raison de sa proximité avec le Tibet. Durée du permis : 30 jours, 2 personnes minimum (négociable), tarif : 65 €/pers. Pour l'obtenir, il faut impérativement passer par une agence et/ou par son agence réceptive locale, en envoyant le scan du passeport + visa, au minimum 15 jours avant l'arrivée, avec l'itinéraire précis. Pour le Tirap et le Changiang, rajouter 33 €/pers en sus du PAP, ce qui fait donc 98 € en tout, et le délai est d'un mois. Selon certaines sources, le « Home Affair » (ministère de l'Intérieur indien) ne le délivrerait que durant le Chalo Loku. Astuce : faire des photocopies du PAP car il faudra ensuite montrer patte blanche à de nombreux check-posts.

LE BON CONTACT

Eastern Routes (eastern-routes.fr) est une jeune agence locale spécialiste des États du Nord-Est de l'Inde et dirigée par Laurige Boyer, un Français vivant sur place depuis des années. Eastern Routes propose de très nombreux programmes dans cette région, et notamment ceux évoqués dans ce dossier. Laurige Boyer est par ailleurs le correspondant officiel de l'agence lyonnaise Terres Oubliées et guide plusieurs voyages de groupes chaque année (voir « Avec qui partir ? »).



Les racines et les lianes de la passerelle continuent de croître, année après année, depuis plus de cinq cents ans

▲
À Cherrapunjee, au Meghalaya, les ponts « vivants » de racines sont capables de supporter jusqu'à vingt personnes. Les plus anciens seraient utilisés par les populations locales depuis un demi-millénaire.

faisant partie du Tibet. C'est donc dans le vaste Arunachal, plus montagneux, plus mystérieux aussi, que se concentrent pour l'instant les possibilités actuelles de grands itinéraires, avec des hauts cols et des durées respectables, les autres États proposant surtout des randonnées courtes dans des réserves et des parcs naturels, ou des balades à la journée.

MOSAÏQUE ETHNIQUE

Les ambiances de cheminement varient du bon sentier escarpé de montagne aux vagues sentes boueuses en fond de vallée, des passages rocheux en encorbellement aux passerelles câblées branlantes enjambant un torrent, des double-deckers (ponts de racines de figuiers) et des volées interminables de marches de pierre aux traver-

sées de jungles tropicales, des zones de culture aux myriades de petits villages perdus, appartenant à plusieurs dizaines de groupes ethniques, dont pas moins de seize pour les seuls Nagas ! Le climat varie avec l'altitude, depuis un climat subtropical humide en bordure du Brahmapoutre, jusqu'au climat montagnard ou de steppes dans les régions élevées de l'Himalaya, en passant par les zones intermédiaires tempérées. Les nuits se passent en tente, mais très souvent aussi chez l'habitant, et c'est cette combinaison multi-sensorielle d'immersion en nature sauvage et de rencontres en profondeur avec les populations autochtones qui est la source de la fascination du voyage d'aventure dans cette « autre Inde », tellement éloignée des images traditionnelles véhiculées par ce pays gigogne.



AVEC QUI PARTIR ?

L'agence lyonnaise Terres oubliées propose plusieurs circuits d'exploration dans la région, avec des orientations trekking, observation de la nature ou ethno. On notera notamment « Au fil du Brahmapoutre : l'autre Inde sauvage », guidé par Laurige Boyer (16 jours, départ le 30 mars) ou « Aux confins du Nord-Est » (16 jours, départs en février et novembre). Toutes les infos sur www.terresoublees.com.

▲
Au Nagaland, dans la vallée de Dzukhou, les environs des villages de Mimi et Salumi abritent de nombreuses grottes que l'on découvre à l'occasion de treks dans la région.

◀
La récolte du miel des abeilles sauvages, au Nagaland.

Festival Un Woodstock indien !

La vallée de Ziro se situe sur un plateau (1 700 m) entouré par des villages de la tribu Apatani. Environ 15 000 Apatanis, réunis en une vingtaine de hameaux, aux petites maisons sur pilotis serrées les unes contre les autres, gèrent leur territoire en harmonie avec les paysages. Le dernier week-end de septembre, des artistes, locaux, indiens et internationaux se rassemblent dans la vallée de Ziro dans une ambiance bon enfant : c'est le Ziro Festival of Music, l'un des plus gros événements musicaux du Nord-Est. Les paysans s'affairent dans les somptueuses rizières dorées par le soleil, pendant que les groupes se succèdent sur scène !

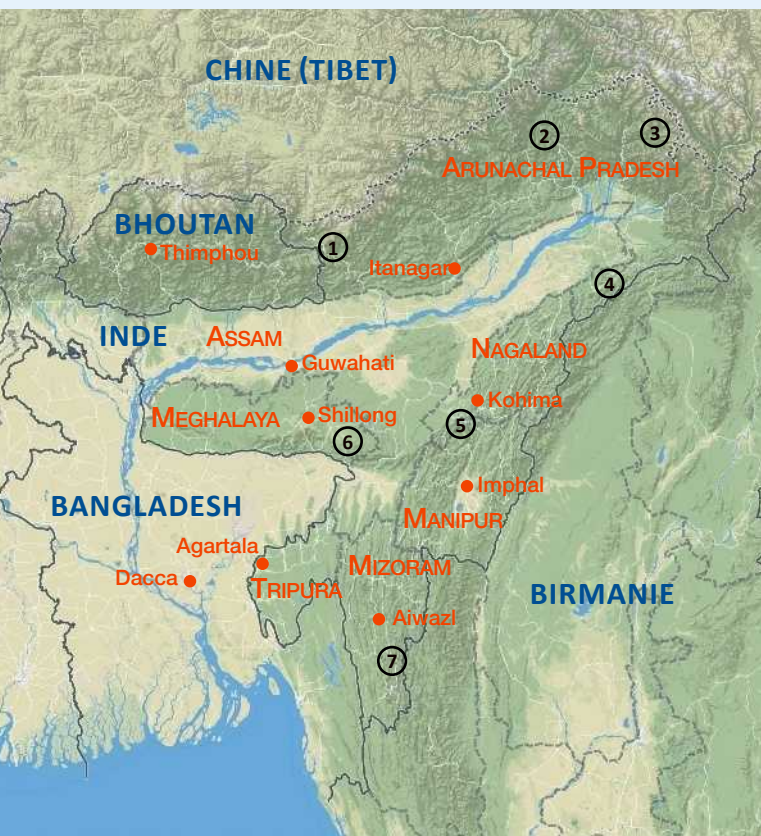


PRÊT À PARTIR

Retrouvez à chaque instant tous les départs de toutes les agences sur notre moteur de recherche de voyages d'aventure : bit.ly/departs-voyages-aventure.

Les plus beaux itinéraires en Inde du Nord-Est

Principalement situés en Arunachal Pradesh, les grands itinéraires de trek dans le Nord-Est indien parcourent vallées et villages dans les piémonts himalayens. Les autres états s'illustrent par leurs possibilités en termes naturalistes ou ethniques.



- | | |
|----------------------|------------------------|
| 1. Bailey Trek | 5. Vallée de Dzukou |
| 2. Beyul Pemako | 6. David Scott Trail |
| 3. Vallée de Dree | 7. Blue Mountain Trail |
| 4. District du Tirap | |

Bailey Trek Arunachal Pradesh



9 JOURS



ASSEZ DIFFICILE

Ce trek entre rivières aux eaux limpides, lacs émeraude et petits villages perdus de la communauté Monpa, retrace la route historique empruntée par les officiers anglais Bailey et Morshed, chargés de cartographier la région entre l'Arunachal Pradesh et le Tibet en 1911-1912. Le parcours, culminant au Sela Pass à 4 550 m, traverse de belles forêts de pins, chênes et rhododendrons et offre des panoramas sur certains des plus hauts pics de l'Himalaya oriental, notamment le Gorichen (6 488 m) et le Kangto (7 060 m). Avec, en apothéose, le superbe monastère de Tawang, second plus grand monastère d'Asie. Au départ de Thembang, la marche progresse d'abord vers Thungri (3 180 m), avec de petites randos autour du camp propices à une journée d'acclimatation. Elle continue ensuite sur Changla (3 750 m) à travers des forêts de conifères, passe le col du Poshing La (3 950 m) avant de redescendre à travers des forêts de genévriers et rhododendrons sur Potak (4 200 m). Montée abrupte jusqu'au Sela Pass (4 550 m), visite du petit lac d'altitude situé juste derrière le col puis redescende dans la vallée jusque Lurtem. La piste longe la rivière qui serpente dans des forêts de conifères et les hautes pâtures où paissent les yaks avant de monter le camp à Mago (3 600 m), charmant village monpa (panorama à couper le souffle et sources d'eau chaude, propice à un jour de repos). Descente jusque New Mealing, puis Tawang.

Meilleure période : octobre-novembre et mars à mai.

Au cœur du Bara bazar de LiewduhInde, à Shillong, capitale du Meghalaya.

Dans la vallée de Ziro, classée au patrimoine mondial par l'Unesco, se tient un grand festival annuel, dans le village apatani de Michi, où l'on célèbre notamment par des chants collectifs la moisson du riz.



Beyul Pemako Arunachal Pradesh



14 JOURS



DIFFICILE

Depuis près de deux mille ans, la notion d'un paradis terrestre caché dans l'Himalaya (le fameux Shangri La) captive l'imagination des explorateurs. D'anciens textes bouddhistes le positionneraient au Pemako, ou « Terre du Lotus ». La région est aujourd'hui un melting pot de différentes cultures tribales, Adi, Memba, Khampa et Mishmi. Ces communautés vivent en paix et en harmonie avec leur environnement naturel. Après un trek plutôt ardu, on atteint la montagne Titapori (4 300 m), dont le cirque naturel ressemble à un lotus. Au milieu du lac sacré Danakosha, objet d'une circumambulation rituelle (khora), se trouve le cœur du monde : Tseta Island, qui purifie les âmes et abonde de pouvoirs tantriques : d'après la légende, quiconque voit cet endroit est lavé de tout péché et améliore son karma. En outre, la vue sur les sommets du Namche Barwa (7 782 m), Kondu Dosem Potrang et la chaîne Abroka à l'ouest et au sud sont à couper le souffle. C'est aussi un sanctuaire de biodiversité, avec de nombreuses plantes médicinales, aromatiques et autres fleurs rares, dont quarante-quatre espèces de rhododendrons. La faune quoique plus difficile à observer, y est incroyable : goral, takin, daim musqué, léopard des neiges et tigre. Un itinéraire hors des sentiers battus dans l'une des parties les plus reculées de l'Himalaya, dont faune et flore font partie de la Dibang Valley Biosphere Reserve.

Meilleure période : août à octobre.

Vallée de Dree Arunachal Pradesh



5 JOURS



ASSEZ DIFFICILE

Cet itinéraire de trekking couvre la partie orientale, la plus reculée, de l'Arunachal Pradesh. L'itinéraire, dans une ambiance de bout du monde, parcourt différents villages tribaux de la vallée de Dree. On y découvre les communautés Idu Mishmi avec logement chez l'habitant. Parmi les plus recluses de l'Arunachal, ces populations vivent encore essentiellement en autarcie ; leurs liens communautaires demeurant entretenus au travers de nombreux rites socio-religieux. Ce trek est idéal pour les randonneurs intermédiaires ou chevronnés : même s'il n'y a pas de montée abrupte ou de descente (excepté un jour), il faut négocier plusieurs marécages et des jungles de bambous ; une certaine expérience de trekking est donc préférable. Une équipe locale compétente est nécessaire pour découvrir la riche diversité biologique, notamment le Mishmi Takin (*Budorcas taxicolor*), l'un des plus farouches herbivores himalayens. Au départ d'Anini, l'itinéraire parcourt d'abord une quinzaine de kilomètres jusqu'à Gipulin. En chemin, visite des villages d'Arpopo et de Mihudo, puis continue sur Agrimbronlin et traverse la rivière Dree par un pont suspendu, fait un crochet en aller-retour sur Acheson, dernier village de la région, avant de filer sur Etabe. En route, visite d'Alinne, autre village Idu Mishmi. Enfin, une dernière grosse journée de marche (7h, 20 km) permet de gagner Amulin, via les villages de Lawungku et Brawrun, où on retrouve les véhicules pour le transfert sur Roing.

Meilleure période : mars-avril et septembre à novembre.



Le village wancho de Wakka, splendide concentration de maisons longues sur pilotis, en pleine forêt tropicale.

Les activités traditionnelles sont toujours très vivaces dans les différents États du nord-est, tels que l'Arunachal ou le Nagaland.



District du Tirap Arunachal Pradesh



6 JOURS



ASSEZ DIFFICILE

Randonnée exploratoire dans le petit district du Tirap, largement méconnu car longtemps fermé au tourisme, entre les villages tribaux des Nocte, Wancho et Konyak, ex guerriers nagas chasseurs de têtes, qui se distinguent par leurs tatouages faciaux. Entre jungles et zones de cultures, la randonnée s'effectue sur les sentiers des chasseurs en compagnies d'une équipe issue de l'ethnie Nocte. Cerise sur le gâteau ? La période du festival Chalo Loku dans les villages, sous sa forme la plus traditionnelle. Ce festival annuel de l'ethnie Nocte, dont les dates sont choisies par les anciens en fonction du calendrier lunaire, est à la fois un rituel agricole et une cérémonie d'initiation. Durant le premier jour (Phamlamja), cochons et buffles sont sacrifiés. Le deuxième jour (Chamkatja) marque le passage à l'âge adulte des adolescents en les introduisant au Paang (conseil communal). Le troisième et dernier jour (Thanlangja), les habitants se rassemblent pour chanter, danser et festoyer dans la maison du chef. Note : cet itinéraire n'a encore jamais été parcouru par des groupes de voyageurs étrangers. Couchages rustiques chez l'habitant, ou présence de la logistique de bivouac nous permettant de monter le camp chaque soir. Trekking à caractère exploratoire, réservé à un tout petit groupe de profil aventuriers.

Meilleure période : novembre.

Vallée de Dzukou Nagaland



9 JOURS



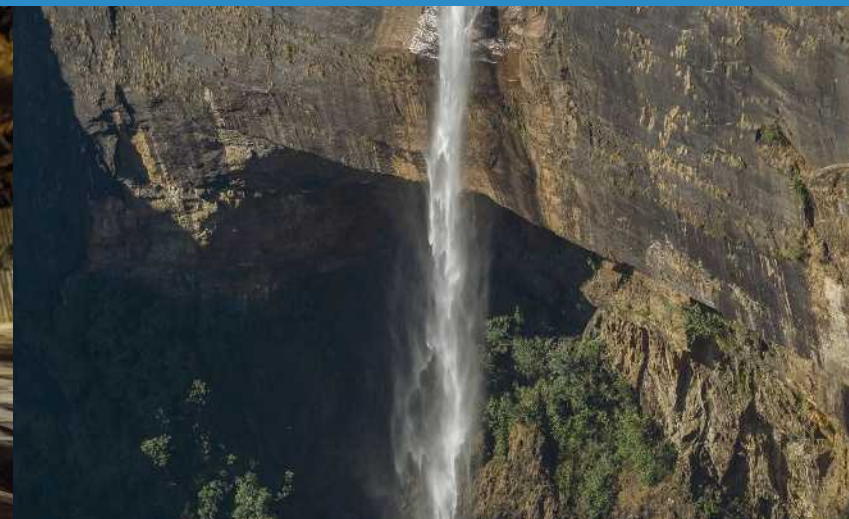
ASSEZ DIFFICILE

Ce trek, situé dans les montagnes des confins indo-birmans, région isolée, complexe, et faiblement peuplée, permet de pénétrer au cœur d'un Nagaland rural et authentique et de gravir les trois sommets principaux de la région, à la découverte des quelques-unes des seize ethnies nagas qui peuplent la région. Le trek démarre par l'exploration de la Dzukou Valley, la « Vallée des fleurs du nord-est », aux paysages verdoyants surréalistes, combinée avec l'ascension du Japfu Peak (3084 m). Plus loin, c'est aux 3840 mètres du Saramati Peak que l'on s'attaque, le plus haut sommet du Nagaland. Cette chaîne de montagne, constituée de forêts et de jungles, forme une frontière naturelle entre le Nagaland et le Myanmar. Dans les villages naga, découverte des morung, les dortoirs traditionnels des hommes, où l'histoire et la culture naga sont transmises d'une génération à l'autre, et observation de l'artisanat féminin : tissage de châles tribaux aux couleurs chatoyantes, fabrication de paniers d'osier. Dans le village de Benreu, possibilité de participer à une partie de pêche avec les habitants et de goûter au vin local. A Pelekei, on assiste à la méthode traditionnelle de fabrication du sel, à Salumi visite de jolies grottes. Enfin, étape à Tuensang, terre des communautés Changs, Kaimungans, Sangtams, Sumis et Yimchangers, réputée pour ses textiles artisanaux.

Meilleure période : mars à septembre.

Avec 340 m de hauteur, la grande cascade de Nohkalikai, près de Cherrapunjee, au Meghalaya, est l'une des plus hautes de tout le pays.

Au Mizoram, dans le district de Lawngtlai, les berges de la rivière Kaladan dévoilent des formations géologiques spectaculaires.



David Scott Trail Meghalaya



5 JOURS



FACILE

Ce fameux sentier porte le nom de David Scott, officier anglais qui était chargé de collecter les taxes de l'Assam de l'époque. Il fit construire une piste à mules qui traversait Cherrapunjee (Sohra) jusqu'au Bangladesh. Cette route, le Scott trail, créa des querelles entre les Khasis menés par U Tirot Singh, roi du clan Khadsawphra et les Anglais. Les Khasis, moins nombreux et n'étant équipés que d'arcs et de flèches, furent finalement vaincus par l'infanterie anglaise mais non sans donner du fil à retordre à la puissance coloniale, résistant quatre ans dans une guérilla sans merci. La vieille piste de 16 km fut longtemps utilisée par les habitants comme route commerciale entre Mawphlang et le Bangladesh. La route est parsemée de sources, vertes prairies, cascades, vallées verdoyantes et villages typiques. Le trek continue ensuite par Cherrapunjee, un des endroits où il pleut le plus au monde (de juin à septembre) pour randonner jusqu'aux magnifiques ponts vivants dans une ambiance à la Tolkien. Environ 3000 marches sont à descendre, puis à remonter (!) jusque Nongsteng et son superbe « double decker bridge » constitué de racines du caoutchoutier indien. Ces ponts sont si résistants qu'ils peuvent supporter jusqu'à cinquante personnes. Enfin, on termine par Mawlynnong, qui a hérité il y a quelques années du titre de village le plus propre d'Asie, posé dans une jungle luxuriante.

Meilleure période : octobre à mars.

Blue Mountain Trail Mizoram



4 JOURS



FACILE

Le Mizoram est une destination sous-estimée, donc largement inexplorée. Magnifiques vallées, culture déroutante, climat tempéré ainsi qu'une faune et flore endémiques sont autant de raisons pour explorer ce paradis perdu. Le trek démarre à Phawngpui aussi appelée « Blue Mountain », montagne magnifique, la plus élevée du Mizoram, près de la frontière avec le Myanmar dans le district de Lawngtlai. L'endroit est réputé pour ses orchidées et rhododendrons. À l'ouest, se trouve une falaise appelée Thlazuang Kham. Culminant à 2 160 m et entourée de falaises, la vue est remarquable depuis le sommet et ses sentiers, parsemés de fleurs sauvages et d'une faune abondante. Il est possible de faire des vols en parapente à Thenzawl, près de Vanlaiphai. On continue ensuite vers les Hmuifang Hills, situées à 50 km d'Aizawl, la capitale du Mizoram. Ces montagnes, autour de 1 620 m, et couvertes de forêts vierges, abritent de nombreux villages Mizos dont Sumsuih, Lamchhip, Chamring et Sialsuk. On découvre leur fascinante culture dans un patchwork de verdure et de jungle luxuriante. Depuis le camp de base à Sangau, il est possible d'observer des gorals (chèvres sauvages). À noter : les Mizos célèbrent la fin des récoltes en mars, septembre et novembre. En voyageant à cette période, il est donc aisé d'assister aux chants et danses qui se déroulent lors des festivals.

Meilleure période : octobre à avril.