

Documentos:

- Passaporte
- Passagens de avião/trem
- Seguro médico

Equipamento pessoal:

- Mochila de cerca de 20 litros
- Bastões de trekking

Roupas e calçados:

- Serve roupa de esqui para o Elbrus?
- Tênis de trekking ou botas de trekking. Em maio e início de junho, nos primeiros passeios de aclimação, ainda pode haver neve; nesse caso, a vantagem das botas sobre os tênis é indiscutível. No entanto, depois de meados de junho até o final de setembro, eles podem ser substituídos por tênis
- Jaqueta corta-vento
- Capa/poncho de chuva
- Jaqueta de fleece
- Roupa térmica superior e inferior
- Luvas finas
- Bandana (além de proteger do sol no vale, pode ser usada para aquecer a garganta ou o rosto no frio)
- Chapéu

Diversos:

- Óculos de sol
- Polainas - necessárias ou não, dependendo da estação, calçado e clima
- Protetor solar, batom hidratante com filtro
- Kit de primeiros socorros pessoal
- Atadura elástica e/ou bandagem de suporte