

Documentos:

- Passaporte internacional
- Passagens aéreas
- Seguro médico cobrindo evacuação de helicóptero

Equipamento pessoal:

- Mochila de 30-50 litros
- Saco para pertences pessoais (fornecido pela nossa equipe no local)
- Saco de dormir, temperatura de conforto -5°C
- Bastões de trekking (obrigatórios, com anéis)

Roupas e calçados:

- Botas de trekking previamente IMPREGNADAS com produto impermeabilizante
- Tênis (para cidade)
- Camada impermeável - jaqueta + calças
- Conjunto de fleece
- Roupa térmica (parte superior e inferior)
- Jaqueta de plumas com capuz
- Luvas grossas
- Luvas finas
- Bandana ou buff (além da proteção solar no vale, pode ser usada para aquecer o pescoço ou rosto no frio)
- Gorro
- Meias de trekking quentes

Diversos:

- Lanterna de cabeça LED com autonomia mínima de 12 horas
- Powerbank
- Óculos de sol
- Capa de chuva
- Capa impermeável para mochila
- Garrafa térmica ou cantil - 1 litro
- Polainas
- Protetor solar SPF 50
- Bálsamo labial SPF 10-15
- Kit de primeiros socorros pessoal
- Bandagem elástica e/ou suporte ortopédico
- Pasta de dentes, escova, sabonete, shampoo, chinelos
- Toalha
- Papel higiênico (vendido nos lodges pelo caminho)