書類:

- パスポート
- 航空券
- 医療保険

個人装備:

- バックパック（70~80リットル）
- 寝袋（快適使用温度 −20℃~−30℃）
- マット
- トレッキングポール（直径70mm以上のバスケット必須）
- スチール製アイゼン
- スチールピック付きのクラシックアイスアックス、またはアイスツール
- アルパインハーネス
- カラビナ 5個
- セルフビレイ用ランヤード
- ユマール（アッセンダー）
- 別カラビナに装着したアイススクリュー
- 下降器
- カップ・スプーン・ボウル
- 5~6mmの補助ロープ 5m

衣類・シューズ:

- 三重または二重構造の高所用登山靴（二重靴の場合はプラスチック製またはレザー製。外付けゲイター付きが強く推奨）
- トレッキングブーツ
- スニーカー（都市用）
- 防水レイヤー（ジャケット+パンツ）。5000/5000クラスの基本的なメンブレンからGore-Tex製品まで各種あり
- フリース上下
- 保温インナー（上・下）
- フード付きダウンジャケット（厚手で非常に暖かいもの）
- 防寒用ミトン
- 予備の防寒用ミトン
- 厚手グローブ
- 薄手グローブ
- バンダナ（谷では日除け、防寒時には首や顔の保温にも使用可）
- ニット帽
- 登頂日用の暖かいトレッキングソックス

その他:

- ヘッドランプ（連続点灯時間12時間以上）
- サングラス
- スキーゴーグル
- サーモス 1リットル（フタにボタンのないタイプ推奨）
- 下顔部用ウィンドプロテクションマスク（スカーフで代用可）
- ゲイター
- 日焼け止めクリーム、リップクリーム
- 使い捨てカイロ（必須ではないが非常に役立つ場合あり）
- 個人用救急キット
- 伸縮包帯および／またはサポーター