

Documentos:

- Passaporte
- Passagens de avião/trem
- Seguro médico
- Voucher (para estrangeiros)

Equipamento pessoal:

- Mochila, 30-40 litros
- Baú, 80-100 litros
- Saco de dormir, temperatura de conforto de 0°C a +10°C (de junho a setembro), de -20°C a -10°C (de outubro a maio)
- Bastões de trekking com anéis de pelo menos 70 mm
- Crampons
- Piolet clássico, com corda de segurança de 5-6 mm para prender no sistema (2-3 metros)
- Sistema de escalada
- Capacete
- Mosquetões, 3 unidades (de preferência grandes — mais fáceis de manusear com luvas)
- Cordas de segurança

Roupas e calçados:

- Botas de montanhismo duplas/triplas - plásticas ou de couro. Botas de camada única podem ser usadas com polainas (não confundir com gaiters)
- Tênis de trekking ou botas de trekking. Em maio e início de junho, pode haver neve nos primeiros trechos de aclimatação, então botas são mais vantajosas. Após meados de junho até o final de setembro, tênis podem ser suficientes (mas há risco de torcer o pé), assegure-se que ainda sejam à prova d'água
- Camada impermeável - jaqueta + calças, membrana recomendada de 10.000/10.000 ou mais
- Fato de fleece
- Roupas térmicas (top + calças)
- Casaco de pluma com capuz, grosso e quente, peso normal a partir de 700 g
- Luvas quentes
- Luvas grossas (de esqui)
- Luvas finas (fleece)
- Bandana (além de proteger do sol, pode ser usada para aquecer garganta ou rosto no frio)
- Chapéu
- Meias quentes para o dia de subida
- Proteção solar para a cabeça
- Calças e camisetas de trekking (preferível de manga comprida)
- Meias de trekking para os dias de caminhada (preferível de acordo com o número de dias de trekking)

Diversos:

- Lanterna de LED para cabeça com autonomia mínima de 12 horas
- Óculos de sol, fator de proteção 3-4, cobrindo totalmente os lados
- Máscara óculos de esqui, fator de proteção 1-2 (para mau tempo, não para bom tempo)
- Garrafa térmica 1 litro, preferencialmente sem botão na tampa
- Máscara contra vento para a parte inferior do rosto (pode ser substituída por cachecol)
- Protetor solar, marca confiável, SPF 30-50 (na prática, pouca diferença entre 30 e 50)

- Bálsamo labial, SPF-15
- Kit de primeiros socorros pessoal
- Bandagem elástica e/ou suporte ortopédico
- Polainas (opcional, útil especialmente em maio-junho)
- Aquecedores químicos (opcional, mas podem ser muito úteis)