

Documentos:

- Passaporte internacional
- Bilhetes de avião
- Seguro médico cobrindo evacuação por helicóptero

Equipamento pessoal:

- Mochila 30-50 litros
- Saco para itens 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 BEM impermeabilizadas com produto específico
- Tênis (para cidade)
- Camada impermeável - jaqueta + calças
- Conjunto de fleece
- Roupa térmica superior e inferior
- Jaqueta acolchoada com capuz
- Luvas grossas
- Luvas finas
- Bandana ou buff (além da proteção solar no vale, pode ser usada para aquecer garganta ou rosto no frio)
- Chapéu
- Meias de trekking quentes

Diversos:

- Lanterna de cabeça LED com autonomia mínima de 12 horas
- Powerbank
- Óculos de sol
- Capa de chuva
- Capa de chuva 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, sabão, shampoo, chinelos
- Toalha
- Papel higiênico (disponível nos lodges ao longo do percurso)