

Documentos:

- Passaporte
- Passagens de avião/trem
- Seguro médico

Equipamento pessoal:

- Mochila: 30-50 litros
- Saco de dormir, conforto a partir de -10 °C
- Bastões de trekking
- Crampons (necessários em viagens até junho)
- Piolet clássico (necessário em viagens até junho)
- Isolante/colchonete

Roupas e calçados:

- Botas de trekking compatíveis com crampons
- Camada impermeável – jaqueta + calças. A indústria oferece uma ampla gama, desde membranas simples 5000/5000 até produtos Gore-Tex
- Conjunto de fleece
- Roupas térmica superior e inferior
- Jaqueta acolchoada com capuz
- Luvas grossas
- Luvas finas
- Bandana (além da proteção solar no vale, pode ser usada para aquecer o pescoço ou rosto em frio intenso)
- Gorro
- Meias térmicas para trekking no dia da ascensão

Diversos:

- Lanterna de cabeça LED com autonomia mínima de 12 horas
- Óculos de sol
- Máscara de esqui
- Garrafa térmica – 1 litro, preferencialmente sem botão na tampa

- Máscara de proteção contra vento para a parte inferior do rosto
- Polainas
- Protetor solar e protetor labial
- Bolsas de aquecimento químicas (opcional, mas muito úteis)
- Kit de primeiros socorros pessoal
- Bandagem elástica e/ou suporte de ligamento