

Documentos:

- Passaporte internacional
- Passagens aéreas
- Seguro médico, incluindo evacuação por helicóptero

Equipamento pessoal:

- Mochila 30-50 L
- Saco de dormir, temperatura de conforto -5 °C
- Bastões de trekking, obrigatórios com argolas

Roupas e calçados:

- Botas de trekking bem impermeabilizadas previamente
- Tênis (para uso na cidade)
- Camada impermeável com membrana – jaqueta + calças
- Fato de fleece
- Roupas térmicas, parte superior e inferior
- Jaqueta de plumas com capuz
- Luvas grossas
- Luvas finas
- Bandana ou buff (além da proteção solar no vale, pode ser usado para aquecer pescoço ou rosto em clima frio)
- Chapéu
- Meias quentes de trekking

Diversos:

- Lanterna de cabeça com autonomia mínima de 12 horas
- Powerbank
- Óculos de sol
- Capa de chuva
- Capa de chuva para mochila
- Garrafa térmica ou cantil – 1 L (opcional)
- Perneiras (gaiters)
- 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 nas lodges ao longo do caminho)