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
- シュラフ（快適使用温度 −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クラシックアイスアックス、またはテクニカルアイスツール
- クライミングハーネス
- 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
- ディッセンダー
- カップ・スプーン・ボウル
- 5~6mm径のレップコード 5メートル

衣類・靴:

- 三重構造の高所登山靴
- スニーカー（市街地用）
- 防水レイヤー — ジャケット+パンツ（5000/5000クラスの簡易メンブレンからGore-Tex製品まで）
- フリーススーツ
- 保温下着 上下
- フード付きダウンジャケット（厚手・防寒性の高いもの）
- 防寒ミトン
- 予備用ミトン
- 厚手グローブ
- 薄手グローブ
- バンダナ（谷では日除けとして、寒冷時には首や顔の防寒にも使用可能）
- ニット帽
- 登頂日に使用する保温トレッキングソックス

その他:

- ヘッドランプ（連続点灯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）
- 下顔部用ウインドプロテクションマスク
- ゲイター
- 日焼け止めクリーム、リップクリーム
- 化学カイロ（必須ではありませんが、非常に役立つ場合があります）
- 個人用救急キット
- 伸縮包帯および／またはサポーター