

Documentos:

- Passaporte
- Passagens aéreas
- Seguro médico

Equipamento pessoal:

- Mochila, 30-50 L
- Saco de dormir, temperatura de conforto a partir de 10°C ou abaixo
- Colchonete
- Bastões de trekking
- Crampons
- Piolet

Roupa e calçado:

- Botas de trekking compatíveis com crampons
- Tênis
- Camada impermeável - jaqueta + calças. A indústria oferece desde produtos simples como membrana 5000/5000 até itens em Gore-Tex
- Conjunto de fleece
- Roupa térmica (parte superior e inferior)
- Jaqueta de pluma
- Luvas grossas
- Luvas finas
- Bandana (além de proteger do sol no vale, pode ser usada para aquecer garganta ou rosto no frio)
- Gorro
- Meias de trekking quentes para o dia da ascensão

Diversos:

- Lanterna de cabeça com LED
- Óculos de sol
- Máscara de esqui
- Garrafa térmica - 1 L, preferencialmente sem botão na tampa
- Máscara de proteção contra vento para a parte inferior do rosto (pode ser substituída por um lenço)
- Polainas
- Protetor solar, batom com proteção solar
- Aquecedores químicos (opcional, mas podem ser muito úteis)
- Kit de primeiros socorros pessoal
- Atadura elástica e/ou faixa de suporte