

Documentos:

- Passaporte internacional
- Passagens aéreas
- Seguro médico

Equipamento pessoal:

- Mochila para caminhadas diárias — capacidade mínima de 35 litros
- Mochila grande ou saco de 60-70 litros
- Saco de dormir — deve suportar pelo menos -5°C (pode ser alugado por 60 kin)
- Hidratador — 3 litros
- Bastões de trekking

Roupa e calçado:

- Camada base: camiseta de polipropileno de manga comprida (calças opcionais)
- Segunda camada: camisa de manga comprida de material de secagem rápida
- Terceira camada: suéter de manga comprida de merino ou material similar
- Quarta camada: jaqueta de fleece
- Quinta camada: jaqueta de Gore-Tex
- Calças de trekking compridas
- Calças impermeáveis
- Gaiters
- Meias grossas de lã/merino
- Botas de trekking
- Luvas de esqui ou de lã
- Gorro
- Cachecol ou gola de merino/lã
- Boné/chapéu para sol
- Tênis para viagens
- Roupas limpas e secas para viagem e para usar no lodge à noite

Diversos:

- Itens de higiene pessoal — escova/dente, pasta, papel higiênico, sabão, toalha pequena, shampoo
- Gel antisséptico para as mãos
- Lanterna de cabeça com autonomia mínima de 12 horas, com várias pilhas e lâmpadas sobressalentes
- Pequena farmácia pessoal — curativos/antifricção
- Aspirina/Nurofen (sem soníferos)
- Protetor solar/bálsamo labial
- Óculos de sol