

Documentos:

- Passaporte
- Bilhetes de avião
- Seguro médico

Equipamento pessoal:

- Mochila 70-80 litros
- Saco de dormir, conforto de -20°C a -30°C
- Isolante térmico
- Bastões de trekking com argolas de pelo menos 70 mm
- Crampons de aço
- Piolet clássico com ponta de aço ou ferramenta de gelo
- Sistema de escalada
- Mosquetões - 5 unidades
- Corda de segurança (prusik)
- Jumar
- Parafuso de gelo em mosquetão separado
- Dispositivo de descida
- Caneca-colher-tigela
- 5 metros de corda de 5-6 mm

Roupas e calçados:

- Botas duplas ou triplas. Duplas - de plástico ou couro - de preferência com gaiters externas
- Botas de trekking
- Tênis (para cidades)
- Camada impermeável - jaqueta + calças (recomenda-se membranas de 10.000/10.000 ou produtos Gore-Tex)
- Fato de fleece
- Roupa térmica superior e inferior
- Jaqueta de plumas com capuz, grossa e quente
- Luva de plumas
- Luva de reserva
- Luvas grossas
- Luvas finas
- Bandana (para proteger do sol e do frio)
- Gorro
- Meias de trekking quentes para o dia da subida

Diversos:

- Lanterna de cabeça com autonomia mínima de 12 horas
- Óculos de sol
- Máscara de esqui
- Garrafa térmica de 1 litro, preferencialmente sem botão na tampa
- Máscara de proteção contra vento para o rosto (pode ser substituída parcialmente por um lenço)
- Polainas
- Protetor solar, batom com fator de proteção
- Aquecedores químicos (opcional, mas podem ser úteis)

- Kit de primeiros socorros pessoal
- Atadura elástica e/ou faixa de suporte