Usted trae todo su equipo personal. Antes del viaje, acuerde con su guía los modelos de calzado, la compatibilidad de sus botas y crampones, su piolet y su saco de dormir, teniendo en cuenta el mes y el estado actual de la ruta. Si le falta parte del equipo, infórmese con antelación sobre las condiciones de alquiler de equipo de montaña y compruebe si se pueden suministrar artículos para un viaje al extranjero. Las botas, los crampones y el piolet deben probarse juntos antes de la salida.

Documentos

- Pasaporte
- Billetes de avión o resguardos de billetes electrónicos
- Seguro médico que cubra el montañismo y una ascensión de al menos 5137 m
- Copias digitales de sus documentos en el teléfono y en almacenamiento en la nube
- Funda impermeable para documentos

Equipo personal

- Mochila de 30-50 litros
- Saco de dormir con una temperatura de confort no superior a -10 °C
- Bastones de trekking plegables con rosetas de al menos 70 mm de diámetro
- Funda impermeable para la mochila
- Bolsas estancas o bolsas interiores para la ropa y la electrónica

Equipo técnico

- Crampones compatibles con las botas que elija
- Piolet clásico

Los crampones y el piolet importan especialmente en las salidas de junio y otras salidas tempranas. Si hacen falta en fechas posteriores depende del estado real de la ruta. La decisión final la toma el guía, así que no deje fuera de su equipaje, por iniciativa propia, el equipo técnico acordado.

Ropa y calzado

- Botas de montaña dobles de plástico o de cuero para salidas tempranas, según lo acordado con el guía
- Botas de trekking impermeables o botas de montaña ligeras con una suela fiable que admita crampones, para ascensiones de verano
- Calzado ligero de repuesto para la ciudad y el hotel
- Chaqueta impermeable de membrana con capucha
- Pantalón impermeable de membrana
- Chaqueta de forro polar o conjunto de forro polar
- Capa base, parte superior e inferior
- Chaqueta de plumas abrigada con capucha
- Pantalón de trekking de secado rápido
- Camisetas o camisas de manga larga de secado rápido
- Guantes finos
- Guantes abrigados
- Tubular (tipo Buff) o bandana
- Gorro abrigado
- Sombrero para el sol
- Calcetines de trekking abrigados para el día de cumbre
- Ropa interior y calcetines de trekking de repuesto
- Polainas

Extras útiles

- Linterna frontal LED con al menos 12 horas de batería
- Un juego de pilas de repuesto, o una pila recargable, para su linterna frontal
- Gafas de sol con protección UV
- Gafas de esquí contra el viento, la nieve y la mala visibilidad
- Termo de 1 litro, preferiblemente sin tapón de pulsador
- Botella reutilizable aislante de 1 litro
- Máscara cortavientos para la parte inferior del rostro, o una bufanda abrigada
- Crema solar
- Bálsamo labial con protección solar
- Batería externa y cables de carga
- Toalla de secado rápido
- Artículos de aseo personal y toallitas húmedas
- Calentadores químicos de manos, opcionales
- Un botiquín personal de primeros auxilios adecuado a sus propias necesidades médicas
- Venda elástica o una órtesis de soporte personal

Recomendamos además leer nuestros artículos sobre la elección del equipo para ascensiones de gran altitud y sobre el botiquín personal de primeros auxilios en la montaña.