Rock and Rent führt alle hochwertigen Ausrüstungsgegenstände, die Sie für die Besteigung des Elbrus brauchen. Sie können in kurzen Hosen anreisen, und das ist kein Scherz. Wichtig ist, das benötigte Set im Voraus zu reservieren, dann liegt es zu Ihrer Ankunft bereit. Wir haben diese Ausrüstung nach einem einzigen Kriterium ausgewählt: wie gut sie zu den Bedingungen am Elbrus passt, wo unsere Guides seit 2001 Gruppen führen. Teilnehmer von Mountain-Guide-Reisen erhalten 15 % Rabatt auf die Ausrüstungsmiete bei Rock and Rent. Wenn Sie bereits Skikleidung haben und nicht sicher sind, ob sie für eine Elbrus-Besteigung taugt, empfehlen wir die Lektüre von „Ist Abfahrtsskikleidung für den Elbrus geeignet?“. Vielleicht besitzen Sie bereits einen Teil dessen, was Sie brauchen. Diese Liste beruht auf der Erfahrung der Guides von Mountain Guide: Das Team hat zusammen mehrere tausend Elbrus-Besteigungen durchgeführt, daher spiegelt sie die realen Bedingungen auf der klassischen Südroute wider. **Dokumente:**

- Reisepass
- Flug- oder Bahntickets
- Krankenversicherung
- Voucher (für ausländische Teilnehmer)

Persönliche Ausrüstung:

- Rucksack, 30–40 Liter
- Reisetasche, 80–100 Liter
- Schlafsack mit einem Komfortbereich von 0 bis +10 °C von Juni bis einschließlich September und −20 bis −10 °C von Oktober bis einschließlich Mai
- Trekkingstöcke mit Tellern von mindestens 70 mm Durchmesser
- Steigeisen
- Klassischer Eispickel mit 2–3 m Reepschnur von 5–6 mm zum Einhängen in den Klettergurt
- Klettergurt
- Helm
- Drei Karabiner. Große sind vorzuziehen, da sie sich mit Fäustlingen leichter handhaben lassen
- Selbstsicherungsschlingen (Cow’s Tails)

Kleidung und Schuhwerk:

- Ist Abfahrtsskikleidung für den Elbrus geeignet?
- Doppel- oder Dreifach-Bergstiefel, Kunststoff oder Leder. Einschichtige Stiefel sind nur mit warmen Überstiefeln möglich (nicht mit Gamaschen zu verwechseln)
- Trekkingstiefel oder wasserdichte Trekkingschuhe. An den Akklimatisationstagen im Mai und Anfang Juni kann Schnee liegen, daher sind Stiefel vorzuziehen. Von Mitte Juni bis Ende September sind Turnschuhe akzeptabel, schützen den Knöchel aber weniger gut
- Wasserdichte Hardshell-Jacke und -Hose. Der empfohlene Membranwert beträgt 10.000/10.000 oder besser
- Fleece-Oberteil und -Hose
- Funktionsunterwäsche, Oberteil und Hose
- Eine dicke, warme Daunenjacke mit Kapuze. Eine für den Elbrus geeignete Daunenjacke wiegt normalerweise mehr als etwa 700 g
- Warme Fäustlinge
- Dicke Handschuhe (zum Beispiel Skihandschuhe)
- Dünne Fleecehandschuhe
- Bandana – zum Sonnenschutz im Tal und um Gesicht oder Hals bei Kälte warm zu halten
- Warme Mütze
- Warme Trekkingsocken für den Gipfeltag
- Sonnenhut
- Trekkinghose und T-Shirts, vorzugsweise langärmelig

- Trekkingsocken für die Akklimatisations- und Trekkingtage

Weitere Gegenstände:

- LED-Stirnlampe mit einer Akkulaufzeit von mindestens 12 Stunden
- Sonnenbrille der Kategorie 3–4 mit vollständigem Schutz vor seitlichem Licht
- Skibrille der Kategorie 1–2 für schlechtes Wetter, Wind und Schneefall
- Thermosflasche (1 Liter), vorzugsweise ohne Druckknopfdeckel
- Winddichte Maske für den unteren Gesichtsbereich (ein Schal erfüllt teilweise denselben Zweck)
- Sonnencreme mit LSF 30–50
- Lippenpflegestift mit LSF 15
- Persönliche Erste-Hilfe-Ausrüstung
- Elastische Binde und/oder eine Stützbandage
- Gamaschen – nicht zwingend erforderlich, können aber nützlich sein, besonders im Mai und Juni
- Chemische Handwärmer – nicht zwingend erforderlich, können aber nützlich sein

Für die 9-tägige Elbrus-Besteigung von Süden müssen Sie nicht Ihre gesamte Ausrüstung eigens für eine einzige Reise kaufen. Das meiste lässt sich bei Rock and Rent mieten, und die Guides helfen Ihnen, das Set zu prüfen, bevor Sie auf die Route gehen.