Rock and Rent备有攀登厄尔布鲁士峰所需的全部优质装备。您甚至可以穿着短裤飞来，这不是玩笑。关键是提前预订所需的整套装备，我们会在您抵达时准备好。我们挑选这些装备只依据一个标准：是否适合厄尔布鲁士峰的条件，自2001年起我们的向导一直在这里带队。参加Mountain Guide行程的参与者在Rock and Rent租用装备可享受15%的折扣。如果您已有滑雪服，但不确定能否用于攀登厄尔布鲁士峰，建议阅读《高山滑雪服适合攀登厄尔布鲁士峰吗？》。您可能已经拥有部分所需物品。本清单基于Mountain Guide向导的经验：团队累计带领过数千次厄尔布鲁士峰攀登，因此清单反映了经典南线的真实条件。 证件：

护照
机票或火车票
医疗保险
旅游凭证（适用于外国参与者）

个人装备：

背包，30-40升
驮包，80-100升
睡袋：6月至9月（含）舒适温标为0至+10°C，10月至5月（含）为-20至-10°C 登山杖，杖尖雪托直径至少70毫米
冰爪
经典冰镐，配2-3米长、5-6毫米粗的辅绳，用于挂在安全带上
登山安全带
头盔
三把主锁。最好选择大号的，戴连指手套时更容易操作
牛尾绳（自我保护连接绳）

服装和鞋靴：

高山滑雪服适合攀登厄尔布鲁士峰吗？
双层或三层高山靴，塑料或皮革材质均可。单层靴只有搭配保暖外靴套（不要与雪套混淆）才可使用徒步靴或防水徒步鞋。5月和6月初的高度适应日可能有积雪，因此最好穿徒步靴。6月中旬至9月底可以穿运动鞋，但对脚踝的保护较差防水外层：冲锋衣和冲锋裤。建议防水透气膜指标为10,000/10,000或更高
抓绒上衣和裤子
排汗内层上衣和裤子
带帽的厚实保暖羽绒服。适合厄尔布鲁士峰的羽绒服通常重约700克以上
保暖连指手套
厚手套（例如滑雪手套）
薄抓绒手套
头巾：在山谷中防晒，寒冷时为面部或颈部保暖
保暖帽
冲顶日穿的保暖徒步袜
遮阳帽
徒步裤和T恤，最好是长袖
高度适应日和徒步日穿的徒步袜

其他物品：

LED头灯，续航至少12小时
3-4级太阳镜，能完全遮挡侧面光线
1-2级滑雪镜，用于恶劣天气、大风和降雪时
1升保温壶，最好不带按压式盖子
下半脸防风面罩（围巾可部分替代）
SPF 30-50防晒霜
SPF 15润唇膏
个人急救包
弹力绷带和/或护具
雪套：非必需，但可能有用，尤其是在5月和6月

化学暖手宝：非必需，但可能有用
参加9天南坡攀登厄尔布鲁士峰，无需为一次行程专门购买全部装备。大部分装备可以从Rock and Rent租用，向导也会在您上路前帮您检查整套装备。