このルートでは、アイゼン、ピッケル、ヘルメット、ハーネスは必要ありません。個人装備はすべて参加者自身で持参します。靴、寝袋、アウターウェアのモデルは、事前にガイドと相談して確認することをおすすめします。 書類

パスポート
航空券またはeチケットの旅程表
必要な標高までの活動とヘリコプターによる搬送を補償する医療保険
書類の電子コピー
書類用の防水ケース

荷物と個人装備

毎日の歩行用の30〜50リットルのザック
主な荷物を入れるソフトタイプのダッフルバッグ（現地でチームが用意します）ザック用の防水カバー
衣類と電子機器用の防水バッグまたは丈夫なインナーバッグ
快適使用温度が-5°C以下の寝袋
バスケット付きの折りたたみ式トレッキングポール
合計約2リットルの容量がある水の容器
長い歩行日に備えた個人用の行動食

衣類と靴

グリップの確かなソールを備えた防水トレッキングブーツ
カトマンズとロッジでの休息用の軽い替え靴
速乾性のベースレイヤー（上下）
速乾性のTシャツと長袖のトップス
トレッキングパンツ
フリースジャケット
フード付きの暖かいダウンジャケット
フード付きの防水メンブレンジャケット
防水メンブレンパンツ
薄手の手袋
暖かい防水手袋
暖かい帽子
ネックゲイターまたはバンダナ
日よけ用のキャップまたはハット
トレッキングソックスと乾いた替えのセット
ゲイター

便利な持ち物

LEDヘッドランプと予備の電池セット
紫外線を防ぐサングラス
SPF50の日焼け止め
日焼け止め効果のあるリップクリーム
容量約1リットルの保温ボトルまたは耐熱ボトル
モバイルバッテリーと必要な充電ケーブル
速乾性のタオル
洗面・衛生用品、ウェットティッシュ、トイレットペーパー 個人用救急セット
伸縮包帯または個人用のサポーター
靴擦れの予防・手当て用品
ルート上での個人的な出費に備えた少額の現金