La ruta no requiere crampones, piolet, casco ni arnés. Cada participante trae todo su equipo personal. Le recomendamos acordar con antelación con el guía los modelos de calzado, saco de dormir y ropa exterior. **Documentos**

- Pasaporte
- Billetes de avión o recibos de billete electrónico
- Seguro médico con la cobertura de altitud necesaria y evacuación en helicóptero
- Copias digitales de los documentos
- Funda impermeable para los documentos

Equipaje y equipo personal

- Mochila de 30-50 l para las etapas diarias
- Petate blando para el equipaje principal: lo proporciona el equipo en destino
- Funda impermeable para la mochila
- Bolsas estancas o bolsas interiores resistentes para la ropa y la electrónica
- Saco de dormir con una temperatura de confort de -5 °C o inferior
- Bastones de trekking plegables con rosetas
- Recipientes para agua con una capacidad total de unos 2 l
- Tentempiés personales para las etapas largas

Ropa y calzado

- Botas de trekking impermeables con una suela fiable
- Calzado ligero de repuesto para Katmandú y para descansar en los lodges
- Ropa térmica de secado rápido: parte superior e inferior
- Camisetas de secado rápido y una prenda de manga larga
- Pantalón de trekking
- Chaqueta de forro polar
- Chaqueta de plumas abrigada con capucha
- Chaqueta impermeable de membrana con capucha
- Pantalón impermeable de membrana
- Guantes finos
- Guantes abrigados e impermeables
- Gorro abrigado
- Tubular (tipo Buff) o bandana
- Gorra o sombrero para el sol
- Calcetines de trekking y un juego seco de repuesto
- Polainas

Artículos útiles

- Linterna frontal LED y un juego de pilas de repuesto
- Gafas de sol con protección UV
- Crema solar FPS 50
- Bálsamo labial con protección solar
- Termo o botella resistente al calor de aproximadamente 1 l
- Batería externa y los cables de carga necesarios
- Toalla de secado rápido
- Artículos de aseo personal, toallitas húmedas y papel higiénico
- Botiquín personal
- Venda elástica o una órtesis de soporte personal
- Productos para prevenir y tratar las ampollas
- Una pequeña cantidad de dinero en efectivo para gastos personales en la ruta