Документы:

- Загранпаспорт
- Билеты на самолет
- Медицинская страховка

Личное снаряжение:

- Рюкзак 70-80 литров
- Спальник, температура комфорта от -30С.
- Коврик.
- Треккинговые палки.
- Кошки стальные.
- Ледоруб классический со стальным клювом или ледовый инструмент.
- Альпинистская система.
- Карабины – 5 шт.
- Усы самостраховки.
- Жумар.
- Ледобур на отдельном карабине.
- Спусковое устройство.
- Кружка-ложка-миска.
- 5 метров 5-6мм репшнура.

Одежда и обувь:

- Ботинки альпинистские тройные.
- Кроссовки (для городов).
- Непромокаемый слой – Куртка+брюки. Индустрия предлагает целый ряд изделий от простых мембан 5000/5000 до изделий из Gore-Tex.
- Флисовый костюм.
- Термобелье верх+низ.
- Пуховка. Толстая и теплая.
- Рукавицы теплые.
- Рукавицы запасные.
- Перчатки толстые.
- Перчатки тонкие.
- Бандана (помимо защиты от Солнца в долине можно использовать для утепления горла или лица на морозе)
- Шапка.
- Теплые треккинговые носки на день восхождения

Разное:

- Фонарик диодный на голову
- Очки солнцезащитные
- Лыжная маска-очки
- Термос – 1 литр. Желательно без кнопки в крышке.
- Маска ветрозащитная на нижнюю часть лица
- Гамаши
- Крем от Солнца, гигиеническая помада
- Химические грелки (не обязательно, но могут оказаться очень полезными)
- Личная аптечка

- Эластичный бинт и/или поддерживающий бандаж.