- Загранпаспорт
- Билеты на самолет
- Медицинская страховка
- Рюкзак. 50-60л
- Спальник, температура комфорта от -25С до -15С
- Коврик
- Треккинговые палки
- Кошки, можно алюминиевые
- Ледоруб. Классический, на самостраховке. Можно облегченный или комбинированный с лыжной палкой
- Каска
- Кружка-ложка-миска
- Ботинки альпинистские тройные или двойные. Двойные — пластиковые или кожаные. Из пластика рекомендуем Scarpa Vega — пожалуй, самые теплые из всех двойных ботинок
- Кроссовки или ботинки треккинговые. В идеале — и то, и другое. Кроссовки для трека в базовый лагерь, легкие ботинки — для акклиматизационного выхода и базового лагеря. Хотя можно обойтись кроссовками
- 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
- 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
- Фонарик диодный на голову
- Очки солнцезащитные
- Лыжная маска-очки
- Термос — 1л. Желательно без кнопки в крышке
- Маска ветрозащитная на нижнюю часть лица (с некоторой долей успеха можно заменить шарфом)
- Гамаши
- Крем от Солнца, гигиеническая помада
- Химические грелки (не обязательно, но могут оказаться очень полезными)
- Личная аптечка
- Эластичный бинт и/или поддерживающий бандаж