Документы:

- Паспорт
- Билеты на самолет
- Медицинская страховка

Личное снаряжение:

- Рюкзак. 70-80 литров
- Спальник, температура комфорта от -20С до -30С.
- Коврик
- Треккинговые палки
- Кошки стальные
- Ледоруб классический со стальным клювом или ледовый инструмент
- Альпинистская система
- Каска
- 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 или двойные. Двойные – пластиковые или кожаные — очень желательно с внешним бахилом
- Ботинки треккинговые
- 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 с капюшоном. 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 с запасом свечения не менее 12 часов
- Очки солнцезащитные
- Лыжная маска-очки
- Термос – 1 литр. 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