



- Back pack: de 70 a 80 litros es suficiente para esta expedición.
- Sleeping bag: de – 10 c
- Bajo alfombras (pad, thermarest).
- Casco de montanismo.
- Arnés de escalada.
- Piolet de travesía (ice axe).
- Crampones de 12 puntas para montanismo.
- Bastones telescópicos.
- 2 mosquetones de seguridad.
- Gorro de lana o sintético que cubra las orejas y se pueda ocupar debajo del casco.
- Lentes para el sol 100 protección uv (de preferencia con protección en los costados).
- Lámpara frontal con baterías de repuesto.
- Guantes (2 pares)(capileno , goretex).
- Primer capa: pantalón y camisa larga (thermal long underwear) de base sintética que permite eliminar el sudor (capileno, polipropileno).
- Segunda capa: pantalón y chamarra térmica , ayuda a mantener la temperatura corporal (polartec).
- Tercer capa: pantalón tormenta y chamarra, esta es nuestra capa aislante nos protege del viento, agua y nieve (gore tex).
- Botas de alpinismo (compatible con tus crampones).
- Polainas (gaiters).
- Calcetas de lana o base sintética (smartwool).
- Cámara.
- Bloqueador solar y labial 45 spf.
- 2 botellas de plástico de un litro c/u (nalgen) (bpa free).
- Utensilios de aseo personal.
- Snacks, energéticos y bebidas de preferencia.