



VIATGES MON PETIT
agencia especializada en viajes de montaña por el mundo
Registro GC-004105 - MONPETIT TRAVEL SL - B67491167
c. Doctor Pi i Suñer 123 BA - 08042 BARCELONA
www.catalonia-trekking.com - pakocrestas@gmail.com



LISTADO DE MATERIAL ACONSEJABLE PARA LA SALIDA AL ELBRUS

- Bastones (a gusto de consumidor, aconsejable)
- Polainas
- Crampones (aconsejable automáticos o semi automáticos)
- Piolet de rando
- **Arnés y algún mosquetón de rosca y aro de cordino 5mm ó 6 mm para cruzar glaciar.**
- Botas de alta montaña preparadas para caminar por nieve durante horas y que protejan adecuadamente del frío
- Guantes o manoplas nieve (aconsejable llevar repuesto)
- Gafas nieve y/o de ventisca
- Gorro, pasamontañas fino, braga cuello... (Según persona)
- 1 Pantalón exterior para caminar que nos proteja adecuadamente de la nieve, el frío y el posible viento.
- Prendas térmicas de piernas y superior
- 3/4 pares de calcetines buenos para caminar
- 1 polar o similar de segunda capa
- 1 abrigo para la nieve, cortaviento... (Última capa)
- Chaqueta de plumas
- Pantalón/malla y camiseta/jersey para estar en el refugio
- Saco para dormir (de invierno) en el refugio
- Opcionalmente comida auxiliar: Barritas, frutos secos... etc.
- Crema y cacao protector
- Cosas para higiene personal
- Mini botiquín
- Móvil/cargador
- Documentación en regla (PASAPORTE)
- Dinero para gastos extras personales

PODEMOS LLEVAR ROPA DE CALLE PARA VISITAR LA POBLACIÓN EL ÚLTIMO DÍA Y DEJARLA EN EL HOTEL DE TRESKOL.

OS RECORDAMOS QUE PODEMOS ACONSEJAROS SIN NINGÚN COMPROMISO SI DESEIS ADQUIRIR MATERIAL EN NUESTRA TIENDA ON-LINE: <https://www.pakocrestas.com/tienda-online/>