

## 石夢谷步道

### 單日登山型步道建議裝備清單

更新日期：2018/3/2

參考自 登山補給站 <https://www.keepon.com.tw/thread-c47af9b1-17d8-e411-93ec-000e04b74954.html>

類別	項目	春季	夏季	秋季	冬季	備註
行走裝備	小背包+背包套	☆	☆	☆	☆	
	頭燈	☆	☆	☆	☆	
	防水袋		☆			
	護膝	☆	☆	☆	☆	
	綁腿		☆			
	工具手套	☆	☆	☆	☆	
	地圖+指北針					
	登山杖	☆	☆	☆	☆	
	GPS	☆	☆	☆	☆	
	行動電話	☆	☆	☆	☆	
	手錶	☆	☆	☆	☆	
雨傘	☆	☆	☆		視天氣狀況	
衣著	排汗衣	☆	☆	☆	☆	
	快乾排汗長褲	☆	☆	☆	☆	
	排汗內衣褲	☆	☆	☆	☆	
	中層保暖衣	☆			☆	
	兩截式雨衣褲/硬殼衣與雨褲	☆	☆			視天氣狀況
	排汗襪					
	登山鞋/雨鞋	☆	☆	☆	☆	
	遮陽帽	☆	☆	☆		
	保暖帽				☆	
	墨鏡		☆			
頭巾	☆	☆	☆	☆		
食物	隨身糧	☆	☆	☆	☆	
	食物	☆	☆	☆	☆	
	水瓶/水袋	☆	☆	☆	☆	
	垃圾袋	☆	☆	☆	☆	
其他	防曬乳		☆	☆		
	防蚊液		☆	☆		
	健保卡	☆	☆	☆	☆	
	入山、入園證					
	錢	☆	☆	☆	☆	
	相機	☆	☆	☆	☆	
	望遠鏡					
登山保險	☆	☆	☆	☆		

類別	項目	春季	夏季	秋季	冬季	備註
	登山紀錄					
自救包	大黑塑膠袋					
	哨子	☆	☆	☆	☆	
	備用電池	☆	☆	☆	☆	
	鹽巴	☆	☆	☆	☆	
	打火機	☆	☆	☆	☆	
	醫藥包	☆	☆	☆	☆	
	彈性繃帶	☆	☆	☆	☆	
	OK 繃					
	個人藥品	☆	☆	☆	☆	
	碘酒					
	面速力達母/紫草膏	☆	☆	☆	☆	
備註：☆為必帶						