

新美内沙谷歩道

郊山健行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	☆	☆	☆	☆	20L 以下
	頭燈					
	護膝					
	綁腿					
	地圖＋指北針					
	登山杖	☆	☆	☆	☆	
	行動電話	☆	☆	☆	☆	
	手錶					
	雨傘	☆	☆	☆	☆	視天氣狀況
衣著	排汗衣					
	排汗長／短褲					
	排汗內衣褲					
	雨衣或軟／硬殼衣					
	襪子					
	健行鞋／登山鞋／運動涼鞋	☆	☆	☆	☆	雨鞋佳，防蛇
	保暖外套					
	遮陽帽	☆	☆	☆	☆	
	保暖帽					
	墨鏡					
	頭巾					
食物	隨身糧(行動糧)	☆	☆	☆	☆	
	水					有瀑布(水源)
	垃圾袋					
其他	防曬乳					
	防蚊液					
	健保卡					
	錢					
	相機					
	望遠鏡					

備註：☆為必帶