

聖母登山步道

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 | ☆ | ☆ | ☆ | ☆ | |
| | 保暖外套 | | | | | |
| | 遮陽帽 | | | | | |
| | 保暖帽 | | | | | |
| | 墨鏡 | | | | | |
| | 頭巾 | | | | | |
| 食物 | 隨身糧(行動糧) | ☆ | ☆ | ☆ | ☆ | |
| | 水 | ☆ | ☆ | ☆ | ☆ | |
| | 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