

北大武山步道

多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	大背包+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	☆	☆	☆	☆	
	高度計					
	行動電話					步道全線幾乎無行動電話訊號
	手錶	☆	☆	☆	☆	
	傘帶					
	路條					
雨傘					建議攜帶兩截式雨衣	
衣著	排汗衣	☆	☆	☆	☆	
	快乾排汗長褲	☆	☆	☆	☆	
	排汗內衣褲	☆	☆	☆	☆	
	禦寒衣物	☆	☆	☆	☆	
	兩截式雨衣褲/硬殼衣與雨褲	☆	☆	☆	☆	
	排汗襪+厚襪	☆	☆	☆	☆	
	登山鞋/雨鞋	☆	☆	☆	☆	
	遮陽帽	☆	☆	☆	☆	
	保暖帽	☆	☆	☆	☆	
	墨鏡	☆	☆	☆	☆	
	頭巾	☆	☆	☆	☆	
食物	糧食	☆	☆	☆	☆	
	預備糧	☆	☆	☆	☆	
	隨身糧(行動糧)	☆	☆	☆	☆	一天以上
	碗、筷餐具	☆	☆	☆	☆	
	瓦斯罐	☆	☆	☆	☆	
	爐頭	☆	☆	☆	☆	
	炊具	☆	☆	☆	☆	
檔風板	☆	☆	☆	☆		

類別	項目	春季	夏季	秋季	冬季	備註
	水瓶/水袋	☆	☆	☆	☆	
	濾水器					
	保溫瓶	☆	☆	☆	☆	
	打火機	☆	☆	☆	☆	
	瑞士刀	☆	☆	☆	☆	
	垃圾袋	☆	☆	☆	☆	
住宿裝備	睡袋	☆	☆	☆	☆	
	睡墊	☆	☆	☆	☆	若有申請到山屋則毋須攜帶
	帳篷	☆	☆	☆	☆	若有申請到山屋則毋須攜帶
	地布	☆	☆	☆	☆	若有申請到山屋則毋須攜帶
	枕頭	☆	☆	☆	☆	
	露宿袋	☆	☆	☆	☆	
	盥洗用具	☆	☆	☆	☆	
	輕便拖鞋	☆	☆	☆	☆	
	衛生紙	☆	☆	☆	☆	
其他	防曬乳	☆	☆	☆	☆	
	保濕乳液	☆	☆	☆	☆	
	濕紙巾					
	防曬唇膏					
	乾洗頭					
	女性衛生用品	☆	☆	☆	☆	
	防蚊液					
	紙、筆	☆	☆	☆	☆	
	健保卡	☆	☆	☆	☆	
	錢	☆	☆	☆	☆	
	入山、入園證	☆	☆	☆	☆	
	登山紀錄					
	登山保險					
	相機	☆	☆	☆	☆	
	望遠鏡					
	太陽眼鏡/雪鏡					
	冰爪					
冰斧						
團體裝備	無線電	☆	☆	☆	☆	兩支以上
	衛星電話	☆	☆	☆	☆	
	收音機	☆	☆	☆	☆	
	炊事帳(外帳)	☆	☆	☆	☆	若有申請到山屋則毋須攜帶
	營燈	☆	☆	☆	☆	
	山刀、鋸子					

類別	項目	春季	夏季	秋季	冬季	備註
自救包	鎚子					
	大黑塑膠袋	☆	☆	☆	☆	
	急救毯					
	哨子	☆	☆	☆	☆	
	反光鏡					
	3mm 細繩					
	打火機	☆	☆	☆	☆	
	火種					
	備用電池	☆	☆	☆	☆	
鹽巴	☆	☆	☆	☆		
醫藥包	紗布					
	三角巾					
	彈性繃帶					
	透氣膠帶					
	碘酒	☆	☆	☆	☆	
	OK 繃	☆	☆	☆	☆	
	棉片					
	抗生素藥膏					外傷用
	感冒藥	☆	☆	☆	☆	
	止瀉藥	☆	☆	☆	☆	
	止痛藥					
	抗生素(消炎藥)					
	胃腸藥	☆	☆	☆	☆	
	個人用藥	☆	☆	☆	☆	
	剪刀、指甲刀					
Diamox(丹木斯)	☆	☆	☆	☆	高山症藥物	
Adalat(冠悅達)						
備註：☆為必帶						