

Tom's 裝備檢查表

背負+行進			
必備		選備	
<input type="checkbox"/> 大背包 <input type="checkbox"/> 背包套 <input type="checkbox"/> 防水袋(塑膠袋)	<input type="checkbox"/> 登山鞋/雨鞋 <input type="checkbox"/> 登山杖	<input type="checkbox"/> 攻頂包 <input type="checkbox"/> 綁腿	<input type="checkbox"/> 護膝 <input type="checkbox"/> 護踝

睡眠+衣物			
必備		選備	
<input type="checkbox"/> 睡墊 <input type="checkbox"/> 睡袋 <input type="checkbox"/> 雨衣雨褲 <input type="checkbox"/> 備用衣物 <input type="checkbox"/> 手套 <input type="checkbox"/> 羊毛襪	<input type="checkbox"/> 保暖衣物(刷毛,羊毛,化纖,羽絨) <input type="checkbox"/> 毛帽 <input type="checkbox"/> 頭巾 <input type="checkbox"/> 帳篷/天幕(含釘繩)	<input type="checkbox"/> 露宿袋 <input type="checkbox"/> 睡袋內套 <input type="checkbox"/> 耳塞 <input type="checkbox"/> 眼罩	<input type="checkbox"/> 地布 <input type="checkbox"/> 拖鞋 <input type="checkbox"/> 枕頭 <input type="checkbox"/> 頭蚊網

炊事+糧食			
必備		選備	
<input type="checkbox"/> V鍋具 <input type="checkbox"/> V爐頭 <input type="checkbox"/> 餐具 <input type="checkbox"/> 水壺/水袋	<input type="checkbox"/> 瓦斯罐 <input type="checkbox"/> 打火機 <input type="checkbox"/> 行進糧/預備糧 <input type="checkbox"/> 午餐	<input type="checkbox"/> 保溫瓶 <input type="checkbox"/> 小刀	<input type="checkbox"/> 擋風版

照明定位+醫藥其他			
必備		選備	
<input type="checkbox"/> 頭燈(+備用電池) <input type="checkbox"/> 手機(GPS app) <input type="checkbox"/> 行動電源/線 <input type="checkbox"/> 地圖+指北針	<input type="checkbox"/> 個人用藥 <input type="checkbox"/> 衛生紙 <input type="checkbox"/> 個人垃圾袋 <input type="checkbox"/> 刁山小包	<input type="checkbox"/> 哨子 <input type="checkbox"/> 濕紙巾 <input type="checkbox"/> 防曬乳 <input type="checkbox"/> 護唇膏	<input type="checkbox"/> 20M繩/扁帶 <input type="checkbox"/> 有鎖鉤環 <input type="checkbox"/> 太陽眼鏡 <input type="checkbox"/> 雨傘

[登山裝備 | 不再花冤枉錢, 找到適合自己的登山裝備 \(附裝備檢查表\)](#)