

說明	灰色與白色背景僅爲字行 閱讀方便				
	黃色色背景物品要看情況				
用途	名字	用途	品牌 / 特别建议	作者使用	特别事项
导航 / Navigation	地图 (Map)	如果去偏远地方, 必须要印刷地图	网上搜索 (Alltrails Pro),	家中印刷後塞入保鮮袋或塑料信件袋防水	不要依賴手機
	指南针 (Compass)	地图定位	Suunto, Silva, Cammenga, Brunton	Suunto MCB NH Compass	注意: 南北半球指南針不一樣
	卫星电话 (Satellite Phone)	去极度偏远地方(过夜), 求救和定位	Inmarsat, Iridium, GlobalStar, Thuraya	Garmin inReach Mini 2	僅限荒野使用 .
灯光 / Lighting	头灯 (Headlight)	夜晚使用	Surefire , Fenix HL60R , NiteCore NU32	Surefire Maximus	
	手电 (Flashlight)	夜晚使用	Maglite , Surefire , Fenix , Nitecore , Streamlight	作者不用手 电, 只用头灯	
防晒 / Sun Protection	防晒霜 (Sunscreen)	护肤, 晴天 / 平原	任意	Banana Boat Ultra Sport	有些人對某些金屬過敏, 請注意成分
	帽子 (Hat)	护肤, 晴天 / 平原	任意	Goorin Brothers	
	墨镜 (Sunglasses)	护眼, 大雪 / 晴天	自己喜欢的眼镜框, 找眼睛店 换成偏振眼镜	Lenscrafters	非偏振光眼镜在野外基本上沒用
急救 / First Aid	急救箱 (First Aid Kit)	解决伤痛	药店/超市有合成急救箱, 但是往往缺乏 针对性	作者自组急救箱, 请看 急救箱清单	
	口哨 (Whistle)	求救使用		Fox 40 Classic	别买铁的! 夏天烫嘴冬天沾!
工具 / Tools	多用工具 (Multitool)	刀, 钳子都非常有用	Wenger, Victorinox, Leatherman	Leatherman Skeletool	SOG, Gerber 劣等品牌
	防熊喷雾 (Bear mace)	看名字	Frontiersman, Sabre	Frontiersman Bearspray	
	防熊铃铛 (Bear bell)	看名字	任意	Fontiersman Bear Bell	
	伞绳护腕 (Paracord Bracelet)	各种用途 (钓鱼, 包扎, 修补等)	任意	The Friendly Swede Paracord Bracelet	僅限荒野使用 .
引火 / Fire Starters	防水火柴 (Storm Proof Matches)	大雨中使用	UCO	UCO Stormproof Match	
	防風打火机 (Lighter)	大风中使用	Zippo (外加Ranger Band), Exotac	Exotac Lighter	BiC, Clipper 不适合户外
	引火石 (Flint and Steel)	应急使用	任意, 看个人喜 欢	Light My Fire Firesteel	
	火种 (Tinder)	应急使用	任何 Fatwood (油浸过的木头), 蜡	Light My Fire Fatwood	
遮掩 / Shelter	应急毯子 (Emergency Blanket)	遇难过夜使用	Pathfinder, UCO	Pathfinder Blanket	一次用的和太薄的不能用
	露营袋子 (Bivy / Bivouac Sack)	远途遇难过夜使用	SOL, Outdoor Research	作者用吊床	僅限荒野使用 .
饮水 / Extra Water*	氯片 (Purification Tablets)	消灭细菌, 微生物	Aquatab / 通用饮水氯片	AquaTabs	
	过滤泵 (Water Pump)	过滤病毒, 尘埃, 微生物	Lifestraw, Katadyn, MSR	Katadyn Hiker Pro	僅限荒野使用。一般加拿大流動水不需要, 除非沙土多
衣物 / Extra Clothing	便携防雨/挡风 (Pack Shell)	夏季高山使用	任何 Poncho/便携夹克都可以	Arcteryx Nodin	
				Coghland Poncho	
食物 / Extra Food	能量棒或量壓高能縮食物	应急使用	隨口味		
	炉子 (Stove)	加热 / 煮食物	MSR, Jetboil, Snow Peak	Snow Peak Gigapower	需要鍋和煤氣
冬季 / Winter	雪崩探测棍 / Avalanche Probe	雪崩后 寻找被埋者	Black Diamond, Back Country Access	Black Diamond Quick Draw	
	雪崩探测仪 / Beacon	雪崩后 寻找被埋者	Black Diamond, Back Country Access	Black Diamond Pieps DSP	
	铲子 / Shovel	雪崩后 营救被埋者	铝的, 便携, 活 动零件少的的最好	Hopkins Manufacturing Shovel	塑料寒冷会断, 折叠的容易坏