

# ของ ที่ควร นำไป ด้วย



จิตใจที่เข้มแข็ง

สุขภาพที่แข็งแรง



เสื้อกันฝน



หมวก



ยากันยุง  
ไฟฉายพกพา  
ยาประจำตัว



เสื้อผ้าที่เหมาะสม  
กับสภาพพื้นที่และกิจกรรม



เช้าและค่ำอากาศจะเย็น



มุมมอง  
ที่เปิดรับ  
สิ่งใหม่ๆ



กลางวันอากาศร้อน กิจกรรมจะอยู่กลางแจ้ง



รองเท้าผ้าใบ/รองเท้าหุ้มส้น  
ที่เหมาะสมสำหรับเดินในพื้นที่ลาดชัน  
และเปียกน้ำได้

รองเท้าแตะ



ปากกา



เครื่องอาบน้ำ  
และผ้าเช็ดตัว