

# ہائیکنگ کی 10 لازمی چیزیں

- 1** نیویگیشن  
نقشہ، قطب نما، GPS سسٹم،  
زائد بیٹریاں
- 2** انسولیشن  
آب روک/ہوا روک جیکٹ، ٹوپ، فیس  
ماسک، دستانے، تھرملز، اونی موزے  
(پرتیں پہنیں، زائد پیک کریں)
- 3** پوشش  
برف میں پہننے کے جوتے، کھنچاؤ  
والی ڈیوائس، جرابیں، حاجز/آب  
روک بوٹ، لمبے سفر والے پول
- 4** روشنی  
بیڈ لیمپ، فلیش لائٹ،  
لاٹین، زائد بیٹریاں
- 5** فرسٹ ایڈ سپلائیز  
پہلے سے بنے ہوئے کٹ یا خود اپنے  
بنائے ہوئے
- 6** ایمرجنسی کٹ  
ویسل، سگنل والا آئینہ، شعلہ، ڈکٹ  
ٹیپ، جیبی چھری/ملٹی ٹول
- 7** آگ  
آب روک ڈبے میں موجود ماچس،  
لائٹر، فائر اسٹارٹر
- 8** نیوٹریشن  
زیادہ پروٹین/زیادہ کیلوری (زائد پیک کریں،  
چھوٹے حصوں میں پیک کریں، جمنے سے بچنے  
کے لیے بیگ کے وسط میں پیک کریں)
- 9** پانی  
کافی سارا پانی، پانی فلٹر کرنے کا نظام،  
ٹیوبنگ پر انسولیٹرز (جمنے سے بچنے  
کے لیے بیگ کے وسط میں پیک کریں)
- 10** ہنگامی پناہ گاہ  
اسپیس بلینکٹ، خیمہ، دو گرتی  
بوری، رسی/پیراکورڈ

ایک محفوظ اور قابل لطف تجربہ کے مدنظر یہ لازمی چیزیں تمام ہائیک پر اپنے ساتھ لائیں۔

**911** ایمرجنسی کی صورت میں کال کریں:

1-833-NYS-RANGERS (1-833-697-7264)



Department of  
Environmental  
Conservation