Atitit uke保暖规范 attilax著

[1. 取暖设备 2](#_Toc23716)

[1.1. 小太阳推荐 2](#_Toc21734)

[1.2. 空调 火炉 2](#_Toc25489)

[1.3. 暖风机 不好的电热油汀，暖风机 2](#_Toc27822)

[2. 穿衣原则 3](#_Toc8104)

[2.1. 美观原则，尽可能使用组合模式满足保暖要求 3](#_Toc4791)

[2.2. 可脱卸原则 ，适应室内室外温差大情况，方便脱掉 3](#_Toc28866)

[2.3. 外穿原则，尽可能确保内部衣服都可以外穿适应更多季节，以及方便脱卸 3](#_Toc24423)

[2.4. 多层原则，适应春夏秋冬四季，也节约成本 3](#_Toc11735)

[2.5. 紧身原则 方便内套搭配 也修身好看 3](#_Toc5464)

[2.6. 薄款原则，方便组合搭配 增强灵活性 3](#_Toc16532)

[3. 穿衣保暖指南 3](#_Toc19224)

[3.1. 上衣典型四件套 衬衣 马甲 外套 大衣/风衣/斗篷，方便脱卸，适应春夏秋冬四季 3](#_Toc12948)

[3.2. 下身裤子典型双件套 或三层模型 3](#_Toc9202)

[3.3. 外套 呢子外套更加好些 小西服 皮衣 3](#_Toc24984)

[3.4. 外衣 大衣，包括 风衣 斗篷 雨衣 风雪衣 3](#_Toc6105)

[3.5. 尽可能避免某一件衣服过厚，特别是内部衣服 3](#_Toc31271)

[3.6. 大衣类型6大类型 3](#_Toc3067)

[3.7. 女孩子可以穿的衣服多些 衬衫、 、小背心/吊带、蕾丝衫/雪纺衫 4](#_Toc5243)

[4. 尽可能避免的衣物 既不好看又不好层次 搭配适用四季 4](#_Toc18553)

[4.1. 毛衣 羽绒服 雪地靴 难看 4](#_Toc28082)

[4.2. 无领t恤 保暖内衣 针织衫 4](#_Toc32091)

[4.3. 卫衣 羽绒大衣和冲锋衣 棉衣 棉大衣 4](#_Toc18322)

[4.4. 避免大衣里面直接就是衬衣 ，尽可能层次分明，先套外套，在上大衣 4](#_Toc22466)

[4.5. 避免套头式衣服，脱下穿上不方便，选择纽扣式开胸式 4](#_Toc2918)

[5. 常用冬季户外裤子搭配（男） 5](#_Toc29138)

[5.1. 两条裤子搭配法，里面一条比较紧身些即可 5](#_Toc28855)

[5.2. 加绒紧身卡其裤+修身牛仔裤不怎么紧身的，好处是可以脱卸 5](#_Toc31486)

[5.3. 三层搭配 秋裤+卡其裤+牛仔裤，有一定脱卸性，推荐 5](#_Toc12022)

[5.4. 加绒紧身皮裤+加绒牛仔裤，皮裤可外穿最好，可以脱卸 5](#_Toc9108)

[5.5. 加绒修身秋裤+加荣牛仔裤 5](#_Toc14676)

[5.6. 三层搭配 跑步秋裤+皮裤+牛仔裤 5](#_Toc28090)

[5.7. 还可以搭配足球袜 内护膝 5](#_Toc15948)

[6. Atitit 冬天裤子如何搭配 适应室外室内夏冬变换 6](#_Toc22327)

[6.1. 选择上面可脱卸的模式 6](#_Toc12477)

[6.2. 其他 6](#_Toc10953)

[7. 睡眠取暖指南 6](#_Toc3708)

[7.1. 使用斗篷代替被褥，方便起身，也能披着走，本身就是一件大衣 6](#_Toc31951)

[7.2. 穿衣睡觉 全副武装 不惧寒冷 7](#_Toc30915)

[7.3. 尽可能穿鞋睡觉，务必铺设床尾巾 7](#_Toc13964)

[7.4. 毛巾被 毛毯盖一个也不错 7](#_Toc5366)

[7.5. 头上冷了尽可能 围巾 帽子 口罩 。如没有围巾帽子等，可以衣服包起来 口罩或者牛仔帽不错 7](#_Toc27736)

[7.6. 睡袋不推荐，不能随时起身，安全方面有问题 7](#_Toc8326)

[7.7. 尽可能不要用被子 褥子，半夜起来冷，早上也起来不来被窝 7](#_Toc24177)

# 取暖设备

## 小太阳推荐

## 空调 火炉

## 暖风机 不好的电热油汀，暖风机

# 穿衣原则

## 美观原则，尽可能使用组合模式满足保暖要求

## 可脱卸原则 ，适应室内室外温差大情况，方便脱掉

## 外穿原则，尽可能确保内部衣服都可以外穿适应更多季节，以及方便脱卸

## 多层原则，适应春夏秋冬四季，也节约成本

## 紧身原则 方便内套搭配 也修身好看

## 薄款原则，方便组合搭配 增强灵活性

# 穿衣保暖指南

## 上衣典型四件套 衬衣 马甲 外套 大衣/风衣/斗篷，方便脱卸，适应春夏秋冬四季

## 下身裤子典型双件套 或三层模型

## 外套 呢子外套更加好些 小西服 皮衣

## 外衣 大衣，包括 风衣 斗篷 雨衣 风雪衣

## 尽可能避免某一件衣服过厚，特别是内部衣服

## 大衣类型6大类型

从正式--休闲角度看，切斯特大衣（Chesterfield）最正式；克龙比（Crombie） 偏正式，也可百搭；战壕风衣（Trench coat）和马球大衣（Polo coat）偏休闲，也可适应一些正式场合；粗毛呢短大衣（Peacoat）和牛角扣大衣（Duffel coat）相对更休闲。 — 从长短角度看，总体上切斯特大衣（Chesterfield）和克龙比（Crombie）多为长款，战壕风衣（Trench coat）和马球大衣（Polo coat）长款短款均有，粗毛呢短大衣（Peacoat）和牛角扣大衣（Duffel coat）则多短款。

(4 封私信 \_ 13 条消息)男生冬天穿的大衣\_ - 知乎.mhtml

## 女孩子可以穿的衣服多些 衬衫、 、小背心/吊带、蕾丝衫/雪纺衫

# 尽可能避免的衣物 既不好看又不好层次 搭配适用四季

## 毛衣 羽绒服 雪地靴 难看

## 无领t恤 保暖内衣 针织衫

## 卫衣 羽绒大衣和冲锋衣 棉衣 棉大衣

## 避免大衣里面直接就是衬衣 ，尽可能层次分明，先套外套，在上大衣

## 避免套头式衣服，脱下穿上不方便，选择纽扣式开胸式

# 常用冬季户外裤子搭配（男）

## 两条裤子搭配法，里面一条比较紧身些即可

## 加绒紧身卡其裤+修身牛仔裤不怎么紧身的，好处是可以脱卸

## 三层搭配 秋裤+卡其裤+牛仔裤，有一定脱卸性，推荐

## 加绒紧身皮裤+加绒牛仔裤，皮裤可外穿最好，可以脱卸

## 加绒修身秋裤+加荣牛仔裤

## 三层搭配 跑步秋裤+皮裤+牛仔裤

## 还可以搭配足球袜 内护膝

# Atitit 冬天裤子如何搭配 适应室外室内夏冬变换

## 选择上面可脱卸的模式

## 其他

冬季专用的跑步裤 加绒

里面长内裤 到膝盖 紧身 运动紧身跑步裤五分

搭配足球袜 与袜套 可以 根据温度拆卸。。

外面可以搭配运动绷带 外缠起来保暖

搭配大长大衣 斗篷保护上面

# 睡眠取暖指南

## 使用斗篷代替被褥，方便起身，也能披着走，本身就是一件大衣

## 穿衣睡觉 全副武装 不惧寒冷

## 尽可能穿鞋睡觉，务必铺设床尾巾

## 毛巾被 毛毯盖一个也不错

## 头上冷了尽可能 围巾 帽子 口罩 。如没有围巾帽子等，可以衣服包起来 口罩或者牛仔帽不错

## 睡袋不推荐，不能随时起身，安全方面有问题

## 尽可能不要用被子 褥子，半夜起来冷，早上也起来不来被窝

安全性不佳，不能随时起来战斗，以及躲避危险

美观性也不佳，总不能披着被褥四处走，适用长斗篷代替，斗篷还可以披着随身走

作者:: 绰号:老哇的爪子claw of Eagle 偶像破坏者Iconoclast image-smasher

捕鸟王"Bird Catcher kok 虔诚者Pious 宗教信仰捍卫者 Defender Of the Faith. 卡拉卡拉红斗篷 Caracalla red cloak 万兽之王 纵火者

简称：： st Emir Attilax Akbar 圣 埃米尔 阿提拉克斯 阿克巴

全名：：st Emir Attilax Akbar bin Mahmud bin attila bin Solomon bin adam Al Rapanui 圣 埃米尔 阿提拉克斯 阿克巴 本 马哈茂德 本 阿提拉 本 所罗门 本亚当 阿尔 拉帕努伊

常用名：艾提拉（艾龙）， EMAIL:1466519819@qq.com

头衔：

|  |  |
| --- | --- |
| uke | Emir Uke部落首席大酋长，ati协会创始人  uke总部o2o负责人，全球网格化项目创始人，  圣阿提拉克斯国王 |
| 科技领域 | UTSC uke技术标准化委员会委员长 uke 首席cto 软件部门总监 技术部副总监 研发部门总监主管 产品部副经理 项目部副经理 uke科技研究院院长 uke软件培训大师  Ati组织科研研究院创始人 |
| 文艺领域 | ， ，， uke机车协会主任 uke纹身协会  uke交友协会会长 uke捕猎协会会长  Ati文艺协会会长 ati文学协会 |
| 行政领域 | Gchsp总裁 gchsp常委 GsP创始人 |
| 媒体传播领域 | uke出版社编辑总编 宣传布道总策划  Ati传媒总部 |
| 渔猎军事领域 | uke保安部首席大队长  Uke 户外运动协会理事长 度假村首席大村长  Ati打猎协会 |
| 法学 | 法学研究会 制度研究会 |
| 管理领域 | 工商管理学 公共管理与社会服务  ,uke制度检查委员会副会长 |
| 教育领域 | uec学院校长， uecip图像处理机器视觉专业系主任 uke文档检索专业系主任  Uke图像处理与机器视觉学院首席院长  uke终身教育学校副校长  靓号研究院 |
| 经济领域 | uke波利尼西亚区大区连锁负责人 汤加王国区域负责人 uke克尔格伦群岛区连锁负责人，莱恩群岛区连锁负责人，uke布维岛和南乔治亚和南桑威奇群岛大区连锁负责人  Uke软件标准化协会理事长理事长 Uke 数据库与存储标准化协会副会长  直达巴士西北区负责人 直达巴士长沙与西安分部部长  润昌通讯软件事业部总裁 执行长 分部负责人 执行委员会主席  Ati经济研究所 |
| 历史领域 | 历史事业部 ati历史研究院 |
| 社会科学领域 | 社科学院 ati文化部 |
| 自然科学领域 | Uke研究院院长兼首席研究员 科学家  Ati自然科学研究院 |
| 宗教神学领域 | uke宗教与文化融合事务部部长 大师master  uke制度与重大会议委员会委员长 ati宗教事务所 |
| 医学领域 | Uke医院 与医学院方面的创始人 |

转载请注明来源：attilax的专栏 <http://blog.csdn.net/attilax>

<http://www.cnblogs.com/attilax/>

Microblog

<http://weibo.com/u/5941179815> (common attilax)

<https://weibo.com/p/1005055941179815> （attilax201707,bek weibo）

<http://weibo.com/u/5487832265> (tech,for blog auto gene)

知乎空间

https://www.zhihu.com/people/ati-att/activities

Qq 1466519819 小号112237553

微信attilax 小号attilax201708

微博 attilax2016 小号attilax201707

--Atiend v19