

OUT,LOOK

STORY. OUTFIT. TRIP. GEAR.

自然時序 X 城市溫度

用一天的時間，傳達季節、生活場景與穿搭的關係

想知道柯柯的冬季穿搭哲學嗎？

不浪費，是對環境溫柔友善的第一步

與岩壁面對面的當下

即是與內心對話的時刻 至堯戶外工作室

冬季露營必備道具

Let's go winter camping.

2021 Issue 02



OUT,LOOK

STORY. OUTFIT. TRIP. GEAR.

About OUT,LOOK magazine

冬季，是一年之中，大自然排列順序最末的季節。幾個月的時間，我們可以明顯感受到 " 時間 " 如何改變人們與城市的作息，晝短夜長以及溫度的變化，也讓我們對於日常穿搭做出了一些調整。在不同的時間與空間裡，大自然持續地給予我們不同的感受與體驗，冷風、小雨、暖陽、海浪 等，透過不同的服裝搭配詮釋這些自然存在的現象，也同時表達人與服裝在這個季節所產生的溫度與畫面。

Contents

4 自然時序 X 城市溫度

用一天的時間，傳達季節、生活場景與穿搭的關係

Model : 潘維她 @pankuancheng / 曾少甫 @dough702

36 想知道柯柯的冬季穿搭哲學嗎？

先從不浪費開始

40 與岩壁面對面的當下 即是與內心對話的時刻

至堯戶外工作室

46 冬季露營必備道具

Let's go winter camping.

OUT,LOOK

由「Out 戶外 +Look 模樣」組成，顧名思義，希望將「戶外」變成大家生活中熟悉的「模樣」。用日常的方式開啟戶外品牌服飾不一樣的視角，以最貼近生活的自然樣貌呈現，少了距離與陌生，更多了質感與溫度。

Aloha!

經典連帽設計
休閒時尚

圓形領口
簡約有型

帳篷營地圖案
好可愛

一天的開始 始於早晨的一杯咖啡

晚上的睡眠，會影響一早心情的好壞。還好有一整套的美麗諾羊毛服飾，在東北季風冷冽的吹襲之下，還能保持一定的溫暖程度；即便離開舒服的被窩，也不覺得寒冷。17°C 的溫度，搭配一杯手沖黑咖啡或是拿鐵，暖心程度剛剛好。

嗯
還是美式好喝

我喜歡拿鐵

Cozy Morning



不論是離開舒服的床，愜意的側躺著閱讀，或是慵懶的走到陽台，一邊看著美景聊天，一邊享受著咖啡，灰綠色的刷毛上衣讓你靜靜的感受這季節細微的變動，放空的時刻，還能溫暖你的身體。



Cute
Socks

表面噴粉塗層
更耐刮且增加防滑效果

圓領領口
展現清新休閒風格

icebreaker 女 Real Fleece 刷毛連帽長袖上衣 -TA200

icebreaker 女 Carrigan 抽繩休閒長褲 -JN

icebreaker 女 中筒中毛圈健行襪 (營地露營)

icebreaker 男 Shearer 圓領羊毛衣 -JN

icebreaker 男 Shifter 休閒抽繩長褲 -JN200

icebreaker 男 中筒中毛圈健行襪 (夢幻森林)

Camelbak 350ml Camp Mug 不鏽鋼露營保溫馬克杯

自然時序 X 城市溫度



袖口經典羅紋針織設計
不易拉扯變形



前側大口袋設計
更加方便好使用



美麗諾羊毛羅紋針織
溫暖且親膚舒適



杯蓋可調整飲用流量
關閉時可防止灑漏



與秋冬樹木顏色相互呼應的咖哩黃圓領羊毛衣，由 100%美麗諾羊毛羅紋針織面料製成，搭配下身褲腳縮口設計的抽繩長褲與中毛圈羊毛襪，從上到下滿足你對居家生活的舒適要求。

*Reading with
perfect coffee.*



親膚柔軟
絲毫沒有束縛感

i need more coffee.

早晨儀式的尾端，不外乎賴床後的一杯咖啡與半小時的閱讀聊天，房間的溫度與燈光的亮度恰恰與一身的寧靜與舒服完美融合；講求出遊的品質，也該重視服裝的質量。



◎ 宜蘭縣頭城鎮環鎮東路二段 600 巷 13 號

遠離城市的喧囂，來到屬於浪人的家 - 番薯旅店。推開大門，由原木裝點而成的大廳，簡單樸實卻又不失溫暖；坐在窗邊，海風迎面吹來，呼吸著最純淨的自新鮮空氣，倘佯在番薯旅店獨有的溫馨氣息之中。



整裝後準備出發 開始我們一天的旅程

為自己和好友規劃許久的旅程精心搭配，是最開心的一件事了。
穿戴上自己喜歡的質感衣服和實用物件，在這個小小城市裡發現不同的生活面貌，感觸肯定很不一樣。



鈕扣式耳罩可以
向上摺疊喔！

白色超輕暖外套
氣質非凡

襪子搭配白鞋
也很有型～



icebreaker 男 Shearer 圓領羊毛衣 -JN
icebreaker 男 Tech 美麗諾羊毛休閒長褲 -TA260
Montura 男 Garda 輕量防潑保暖背心
Sunday Afternoons 抗 UV 保暖毛呢遮耳帽

Alchemy equipment 女 美麗諾羊毛混防棉針織衫
icebreaker 女 美麗諾羊毛刷毛口袋寬褲 -TA210
icebreaker 女 Ainsworth 超輕暖防潑水外套 -ML100
Alchemy equipment MINIMALIST 20 極簡日用背包

Let's go!

自然時序 X 城市溫度

小口袋、小巧思
什麼小東西都可以放這裡啦！

簡易電腦夾層
15吋筆記型電腦適用

線條簡單輕盈
展現結實曲線

Packing up all stuff.

收拾起背包準備出門，相機、書籍、雨傘、錢包...，將所有物品整齊的一次收納進背包裡，旅程中可以更快的拿取需要的物品，即便在慌亂之中，也能從容自在。



不同的衣服搭配不同的配件小物，可以讓你出門的氣色更佳。保暖背心與遮耳帽是保持溫暖的好夥伴，背包的防水拉鍊與外套內裡的小口袋也是貼心的小設計。

什麼？
你喜歡我的背包？



寬褲穿搭可以優雅時尚，也能日常休閒，是許多人喜愛的原因。依照出門時的風格搭上簡單的白鞋，不需要過多的顏色調配，呈現最自然的樣貌，也能展現衣服材料最真實的質感。



外套內襯低調的線條紋路，
你有發現嗎？

*Your own
Urban
Style.*

走！要不要跟我去兜風？



早餐永遠是最重要的 必須要好好吃

一天的能量與動力來源，早餐絕對是不可或缺的。有別於一般的漢堡、三明治，在這裡，傳統小吃就是敲響居民一天生活的小鑼；我們也入境隨俗，點了滿滿的一桌菜，先填飽肚子再說吧！

Breakfast is the most important.



寒冷的季節，頭部和脖子的保暖對女生來說要更重視，高領上衣和捲收毛帽是不可或缺的；一件好看的輕薄長版外套也能與秋冬相互呼應。



到底還要加多少
手好痠...

icebreaker 女 Deice 高領長袖上衣 -TA260
icebreaker 女 美麗諾羊毛刷毛口袋寬褲 -TA210
icebreaker 女 Ravva Cardigan 長版 開襟羊毛衫 -JN140
Buff 蓄熱刷毛 -美麗諾羊毛可捲收毛帽
Alchemy equipment 男 美麗諾羊毛混防棉針織衫
Montura 男 Outdoor time 防潑彈性保暖長褲
icebreaker 男 Ainsworth 超輕暖防撥水外套 -ML100

自然時序 X 城市溫度



復古折紋線條針織設計
機能又時尚

寬褲版型透氣舒服
也可以當作冬季的保暖褲

美麗諾羊毛填充加上外層防潑水材質，下點小雨也能應付；針織衫的觸感溫柔舒適，保暖效果也不馬虎。



寬鬆的長版外套配上寬褲，隨興中帶有淡淡的不凡氣息，鈕扣僅扣上第一顆便能感受風輕撫布料的細膩質感，連貓咪都覺得不可思議。



Laughing in this nice weather.

毛帽不僅可捲收
還能調整帽圍

下擺長版設計
可以修飾臀部與腿型





排扣長袖襯衫
簡單休閒又好看

時尚防潑水大衣
成熟魅力爆發

簡約手拿包
低調、取物方便

旅途中的小車 讓我們安全前往下一站

一台小車，總能將我們期待的心情，安全無虞的帶往一個接著一個的目的地，還能裝進旅程中的快樂回憶。不論颳風下雨，都能像衣服一樣，給予最大的安全感。



驅車前往下一站
AM 10:00

*Where did
you park our
car?*



袖口隱藏鈕扣
調整手圍

襯衫外套與長版大衣能同時展現女性和男性的氣質與魅力，適合日常生活中的許多場合；搭配高領與半開襟上衣，美麗諾羊毛卓越的溫控功能與透氣效果，讓你外遊玩一整天都能不受天氣干擾。

高領皺褶隨興不刻意
保暖外型都加分



icebreaker 女 Deice 高領長袖上衣 -TA260
icebreaker 女 Pique 美麗諾羊毛長袖襯衫 -TA190
icebreaker 女 Tech 美麗諾羊毛休閒長褲 -TA260
Alchemy equipment DOPP KIT 簡約生活收納包
icebreaker 男 Deice 美麗諾羊毛半開襟長袖上衣 -TA260
Montura 男 Adamello 撥水彈性保暖軟殼長褲
Alchemy equipment 男 防潑水防風時尚休閒風雨衣
Tatonka Great Escape 50+10 旅行背包

自然時序 X 城市溫度

大地色系的服裝，不論怎麼搭配，都能既合適又好看，不必擔心成為別人眼中不懂穿搭的路人，也更加不受潮流趨勢所影響了。



內側隱藏口袋
可以放置重要物品



鈕扣扣起來
又是另一種滋味

半開襟設計
方便調整領口高低



防潑水保暖軟殼長褲，褲頭使用壓扣設計，穿脫更方便，都會生活穿搭恰到好處；大衣下擺開口設計，穿著時將鈕扣解開也能展現另一種休閒時尚感。



待會兒
就去海邊吧！

Functional bag for your trip.

一個多功能的行李袋，能大大減輕旅程中的負擔。大容量的空間與簡潔收納，還能因應行程需求將前側小包拆卸當成一般的小背包，肩帶也可以收納起來，二人的行程只要將物品收在一個袋裡，節省空間又方便。



Keep you warm,
comfort, and protective.



簡約生活收納包可以當成手拿包或是化妝包，不僅大小適中，低調的提手也很好拿；防水拉鍊讓物品保持乾燥，浮雕內裡也容易清潔，最適合小物眾多，卻被清潔問題困擾已久的你。

用我們的雙腳 感受外澳沙灘的溫度

這個季節到海邊，無疑是想一邊看看寬廣的大海，聽聽海浪的聲音與夏天有何不同，一邊與朋友聊著平時在都市中鮮少提到的話題：腳下踩著沙灘，也穿得保暖抗風，也許能得到一些不一樣的答案與見解。

蓄熱刷毛
最適合來海邊

美麗諾羊毛天然角蛋白
抑制細菌孳長

防潑水處理
前側拉鍊與隱藏磁扣設計

*Feel the wind, the wave,
the rain, and the sand.*

兼具防水與保暖功能的連帽大衣，穿起來厚實穩重，內裡拉鍊口袋與前側隱藏式鈕扣，外觀更乾淨俐落；胸前兩個口袋，自動磁吸上扣，不怕物品掉落或遺失。拉鍊拉起，海風沒有機會趁虛而入。

保暖部位使用 PrimaLoft® 材質
反光細節增加活動安全性

胸前磁扣設計口袋
可調整式鈕扣袖口

icebreaker 男 Steveston COOL-LITE 長袖襯衫 - JN150
Montura ROLLE 男防潑抗風彈性快乾長褲
Alchemy equipment 男 防水保暖羽絨排扣造型連帽大衣
Sunday Afternoons 抗 UV 防風保暖 2 用刷毛飛行帽
icebreaker 女 Nature Dye RealFleece 圓領長袖上衣 - JN210
icebreaker 女 Tech 美麗諾羊毛休閒長褲 - TA260
Alchemy equipment 女 PRIMALOFT® 防潑水保暖羽絨高領夾克
Buff 蓄熱刷毛 - 美麗諾羊毛針織帽
icebreaker Tech 抗風保暖觸控手套 - AC260
Camelbak 600ml Chute Mag 不鏽鋼戶外運動保溫瓶

自然時序 X 城市溫度



大領口高領設計
觸感更厚實

美麗諾羊毛長褲
讓你感受日常舒適

鐘形造型袖口與螺紋內袖保暖設計的防潑水保暖羽絨高領夾克，有別一般常見的羽絨外套，外型更簡約時尚，整體造型更有質感；前側同樣採用拉鍊與隱藏磁扣設計，領子向上立起可以絕佳的包覆脖子，阻擋冷風侵入。

*You should wear hat
and gloves in this cold day.*



寬鬆版型上衣
天然染色，貼近自然

觸屏設計
免脫手套也能使用手機

高領隱藏磁扣
保護脖子不受寒

下擺前短後長
修飾身形更有曲線

站在氣勢磅礴的博物館前 態度自然展現出來

建築的最高點指向東方的龜山島，而外牆的石材與鑄鋁板排列也象徵著蘭陽大地的農田景觀；現代建築與傳統農田的強烈對比，將新時代的產物完美地結合在舊時代的地景之中，與暗色服裝搭配亮眼配件有異曲同工之妙。

說好的態度呢？



想要突出，又不想要太過搶眼，顏色是一個簡單的挑選準則。暗色系穿搭的同時，只需要一件顯眼的單品，整體穿搭沒有一絲沉悶感，反而還更年輕有活力。背包可以手提或肩背，適應各種場合，使用上也更多元。

*Just the right place
with the right bags.*

icebreaker 女 Shearer 圓領美麗諾羊毛衣 -JN
Klättermusen Falen 女有機棉立領外套
icebreaker 女 YANNI COOL-LITE 休閒長裙 -JN160
Sunday Afternoons 羊毛混紡針織毛球帽
Tatonka Grip Bag 托特包
Klättermusen Verkstad 1990 男有機棉短袖 T 恤
icebreaker 男 Helix 超輕暖防潑水背心 -ML70
Klättermusen Balder Zip 男羊毛保暖外套
Montura Tirol 男防潑彈性保暖軟殼長褲
Sunday Afternoons 抗 UV 防風保暖刷毛帽
Tasmanian Tiger Modular 30 公升模組化通用戰鬥背包

自然時序 X 城市溫度

要提紅棕色的托特包
才不會被人群埋沒喔！



有了它
再也不冷了！

除了藍色以外
還有其他顏色喔！





反光設計
增強可視度



2021 年度代表色「灰 + 黃」就是這件拼接的美麗諾羊毛上衣，代表著力量與正向的結合；外套斜向拉鍊以及交疊領口的設計，可以避免摩擦產生的不適感；休閒長裙側邊開衩，活動自如也更顯優雅。



沒有笨重的口袋
剪裁為身體活動需求設計

外觀雷射切割 molle
簡潔俐落更輕量



模組化配置是這款戰鬥背包的特色，內附網袋與槍套可以隨意更動位置，不論是背包內部還是外側，都可以附掛各種不同樣式的小配件袋，滿足你對軍用背包個性與耐用的要求。



需要加強防風時
也可以反向配戴 ~



紋花式針織圖案
質感優雅時尚



使用 bluesign® 環保認證布料；符合 GOTS 全球有機紡織品認證標準；下擺及袖口採用 WindStretch™ 彈性抗風布料，給你不曾擁有的觸感與質感。

超輕暖防潑水背心，領口襯片及內部防風片，可減少摩擦，提升舒適度，內裡拉鍊口袋可以放置小物；羊毛保暖外套合身舒適，且可以自由活動的肩袖設計，即使將手高舉，袖子依然不會掉落；拉鍊微曲設計，也可以避免多件衣物拉鍊重疊卡在下巴處。小小的貼心設計，給你大大的滿足。



鏡腳置孔設計
眼鏡不怕弄丟

*Sustainable, style,
and outstanding are always
top priority.*

冬天該有的品味
我終於找到了！

有新衣服穿
真的好開心 ~



這時間泡湯一下最剛好 讓你從腳底暖到心裡

小腿是人體的第二顆心臟，適時的泡腳對血液循環非常有幫助，而天氣冷的時候泡腳更是一大享受。愜意的穿搭迎接一天中最後一個有益健康的行程，年輕的身體應該從現在開始保養，泡腳不是年長的象徵，而是重視自己的體現。

表布防潑水處理
內裏親膚吸濕刷毛設計



隨身的日用腰包最適合這樣輕鬆沒有壓力的行程，大容量空間放入多樣重要物品不是問題，連保溫瓶都能輕鬆找到容身處；雙手不必提拿任何東西，是在一天旅程快結束時，最放鬆的時刻。



Klättermusen Eir 男美麗諾羊毛 + 絲 Rain 長袖 T 恤
Klättermusen Skoll 立領羊毛混紡背心
Montura 男 Sound Winter 撥水彈性保暖運動長褲
Klättermusen Eir 女美麗諾羊毛 + 絲 Rain 長袖 T 恤
icebreaker 女 Descender 長袖保暖外套 -GT240
icebreaker 女 刷毛美麗諾羊毛休閒長褲 -TA200
Tatonka Hip Sling 日用腰包
Camelbak 500ml MultiBev 二合一不鏽鋼保溫隨行瓶
自然時序 X 城市溫度

*Relax is the most
enjoyable moment.*



美麗諾羊毛與蠶絲混紡
舒適與機能兼具

呃...



水瓶與咖啡杯完美的輕便日用結合，減少一次性使用的浪費，可捲收矽膠杯蓋可以防止啜飲時液體濺灑，讓你輕鬆與朋友分享，喝得更多，攜帶得更少。

5 公升大容量
隨身小物都能容納

袖口小開口讓大拇指穿出
手指靈活運用

Skoll 立領羊毛混紡背心腋下採用彈性材質加強，前側的拉鍊避免直接與下巴摩擦，擁有更好的舒適度；長袖保暖外套使用 Corespun 苞蕊紗布料結合萊卡纖維與美麗諾羊毛，提高產品耐用度和快乾性，較長的下擺也可以包覆臀部上半部。



Jacket is your good companion.

泡腳時身體雖然會溫暖起來，帶上一件輕薄外套或是背心更能防止感冒喔！



內裡填充義大利回收羊毛
保持體溫



由美麗諾羊毛與蠶絲混紡的上衣，正面與背面皆有經典的攀山鼠圖案及 logo，厚薄程度搭配這個行程恰到好處，泡腳的時候不燥熱，泡完身體也不覺得冷；適合泡湯，也適合在家當睡衣。



我用彈的
就知道水溫多少！

有效排除多餘熱量
泡腳也不覺得熱



採用 Kevlar 彈性布料
耐磨性加強



懷舊紅磚搭起時間的拱門 用鮮亮為一天劃下句點

結束一天充實的行程，儘管身體有些疲累，準備回程前也不能忽略為自己好好的打扮。從頭到腳都由同一服飾品牌 - 攀山鼠，展現一致的穿搭風格，用亮色系服裝點綴即將變暗的天色，看起來就像剛出門一樣有活力。



*Light up your style
with colors.*



下身深卡其色與黑色的沉穩色調，大腿位置拉鍊口袋設計，行走時不因內部物品放置而感到不適；搭配上身蜂窩黃與暗紅色的背心，成熟之中帶點年輕氣息，完全看不出年齡。



[Klättermusen Falen](#) 男有機棉連帽長袖 T 恤
[Klättermusen Liv](#) 男 93/7 FP800+ 羽絨背心
[Klättermusen Dvalin](#) 男抗風耐磨快乾長褲
[Klättermusen Barre](#) 小羊毛直條保暖帽
[Klättermusen Tjalve](#) 10L 輕量攻頂包
[Klättermusen Falen](#) 女有機棉連帽長袖 T 恤
[Klättermusen Alv](#) 女 primaloft 防風保暖背心
[Klättermusen Misty 2.0](#) 女防潑抗風快乾長褲
[Klättermusen Barre](#) 短帽沿羊毛直條保暖帽
[Klättermusen Urur](#) 23L 手提後背兩用托特包

自然時序 X 城市溫度

正面的環形織帶
可附掛物品

待會進站後
我們先把口罩戴起來



防磨領口設計
具絕佳包覆度

膝蓋預彎設計
符合人體工學剪裁

適合於多種環境
長時間行走也不感覺疲憊

可調整式帽兜設計
穿戴更輕鬆



口袋開口處、袖口及下擺
收口強化設計



100% 高品質 Falen 有機棉長袖上衣，袖口的 Klättermusen WindStretch™ 布料、下擺與網狀口袋，都讓這件衣服格外吸睛。如果出門在外忘了帶毛巾，就將 Falen 反過來用吧！



*Modern
lifestyle.*

小羊毛直條保暖帽有著舒適版型，是適合冬季健行或在冷颼颼的日常穿戴的機能性帽款，在最需要保暖的額頭部位做反折設計，強化保暖度，耳朵也能被照顧到；延伸帽簷款式，保護你免受冬季陽光的直射。



柯 玟曲



柯玟曲 @christina_k0829

近幾年來登過無數的山頭，爬山時帶著重達近兩公斤的相機，只為了拍下前往山林的過程中，難得看見的絕美風景與精彩瞬間。許多人覺得爬山很累，她卻樂在其中，享受腳下踩的每一個步伐，珍惜平安走過的每一趟旅程。

想知道「柯柯」的冬季穿搭哲學嗎？ 先從不浪費開始

不論是踏入戶外已經一段時間，或是才剛發現台灣山林美好的人，一定對「柯玟曲」這個名字、或是「柯式野生活」不陌生，而平時除了透過不同的社群平台去感受她帶給我們的各種「野生活」該是什麼模樣，是否也想一探她私底下對於穿搭的思考與樣貌呢？

說起平時穿搭的消費習慣，柯柯笑著說道：「其實我以前也會去連鎖服飾店消費，因為他們主打衣服款式眾多，價位也相對便宜，所以有時候一不小心就會手滑，很多衣服頂多也就穿一季，明年再看到也不會想穿了」。幾年前開始爬山後，慢慢地重視衣服的材質、質感與舒適度，最重要的是不會因為流行性而快速地被取代，只是偶爾看到人家打扮地很有質感，內心還是會小小的拉扯。「所以我的做法就是，我就盡量不逛街，不逛街就看不到，剛好我平常交通工具是機車，不會搭乘大眾運輸，就不會有過多時間停留在別人的穿著上；下雨天我就穿雨衣，也不會有人在意。」

在生活中，拋開不必要的流行與潮流影響因素，衷於自己對於「購買」這個行為的簡單理念，雖然付出多一些，服裝的適用環境卻能兼具戶外與城市，對社會與環境都是一個正向的舉動。如同柯柯身上這套 icebreaker 的圓領刷毛長袖上衣與 Carrigan 抽繩休閒長褲，不參雜一丁點可能隨時會退流行的元素，也沒有一絲讓你擔心在未來某個時刻就會「過季」的疑慮，以最樸實的色系與不張揚的設計，結合最天然的美麗諾羊毛材質，成就每一天的「柔軟舒適」與「保暖親膚」。「除了登山時的戶外穿搭，我平常也喜歡偏中性色彩一點的風格，icebreaker 這樣的剪裁與設計就很符合我的身型與喜好，對我來說不只是單純的服飾，而是幫助我在生活中能夠更專注。」



保暖對柯柯來說，也是冬天不能忽略的重點，在平地是，在山上更是。在城市中行走，雖然溫度沒有山上來的低，不過當下雨或是寒流來襲時，挑選具有溫控能力的服飾可以為你抵禦寒氣與溼氣管理，保持身體乾燥與溫暖。「我自己比較重視頭部跟脖子的保暖，所以基本上外套我會選擇拉鍊可以上拉到脖子，而且有帽兜的款式，必要的話也會戴上毛帽，腳部也會選擇有抑菌抗臭效果的羊毛襪保暖。」

快時尚產業是僅次於石化工業的全球第二大碳排放量來源，近兩年許多大型企業也紛紛對環境永續許下承諾；有別於快時尚，icebreaker 一直以來都致力於打造最天然的服飾，並反饋養分給予土地滋養植物生長，目標更是從 2023 年開始，將不再使用塑料材質來生產製造。柯柯表示：「自從『快時尚消費』被提起之後，我覺得有越來越多人往『非快時尚』前進了，從簡單的購買行為的次數減少開始做起，也有人提倡『極簡生活』。譬如說，讓你的衣櫃就固定維持那 20 幾件衣服，但每一件衣服的材質、款式、顏色、版型不受流行趨勢干擾，保持簡單、易搭配，就不需要考慮太多，也可以節省更多時間。」慢慢改變思考環境的方式與消費的習慣，跨出第一步，每個人都能為自己帶來更美好的生活體驗。

柯柯對環境溫柔的方式，是不浪費，不跟隨大眾隨波逐流，不進行不必要的購買行為，正視自己的需求，而非欲望。作為在自己擅長領域中具有影響力的人物之一，柯柯也希望能夠藉由自身的行動讓更多人了解「**不浪費，也能很自在**」的生活態度與穿搭哲學，深入了解環境的過程中，也漸漸地讓環境真正的走進你的心。



icebreaker 女 圓領刷毛休閒長袖上衣 -TA200

icebreaker 女 Carrigan 抽繩休閒長褲 -JN

icebreaker 女 Helix 超輕暖防潑水連帽外套 -ML70

icebreaker Barre 小羊毛直條保暖帽

Camelbak 600ml Chute Mag 不鏽鋼戶外運動保溫瓶

與岩壁面對面的當下， 即是與內心對話的時刻

至堯戶外工作室

@chiyhao.outdoor



(由左至右：Jumar、致華、至堯)

12月初的東北角，陰雨綿綿的日子已經好一段時間了，鄰海的關係風也要比在都市中強勁。提到東北角，自然美景伴著蔚藍太平洋海岸是大家腦中浮現的第一印象，而在龍洞社區這個充滿潛水商家的小漁村裡，有個看似平凡，戶外挑戰精神卻滿溢的戶外工作室已經坐落這裡將近3年的時間了。

至堯與致華原本是各自在台北生活的兩個個體，因為喜愛戶外活動而到了戶外用品店工作，進而相識。恰巧兩人在第一次體驗過攀岩的樂趣之後，都持續從事著這項熱愛的運動，兩人也因此時常結伴去北投攀岩，有繩伴幫忙確保的工作，自然能夠專注在每一個動作與踩點上。

可以和我們分享成立工作室的契機嗎？

至堯：2017年底，離開戶外用品店之後去了加拿大一所登山學校，密集的學習攀岩、冰攀、滑雪、登山健行…等戶外活動的技巧，學習的過程中覺得好像回來台灣後可以做點什麼，或許是帶一些攀岩或是登山活動。當時也沒有想過要在龍洞，只是花很多時間在這裡攀岩，不像大多數人來完就走。後來發現這邊非常適合有個據點，如果可以生活在這邊就更棒了。

致華：其實成立工作室這件事情是一個很衝動的決定。我們一直想要開一間工作室，但是沒有決定要在哪裡開、營業項目是什麼，一直在思考到底要在台東好呢？還是花蓮？我的戶外活動經驗是從水域開始，大學時期是游泳隊，也划過龍舟、獨木舟，去戶外用品店工作之前在台灣的東海岸當獨木舟指導員。龍洞剛好靠海，除了攀岩，距離可以下水划獨木舟的地方只需要走路大約5分鐘就到了，非常方便。可以在全台灣最大的天然岩場之下划著獨木舟，是多麼棒的一件事，所以就決定在這邊住下來了。

至堯：除了剛剛說的以外，另一方面也是因為離台北很近，很多住在都市的朋友過來其實很快，但他們都不知道有個途徑只要開車一小時左右就可以來攀岩。我們想說這邊適合攀岩，也適合划船，不如就在這邊租一間房子帶活動，一段時間運作下來發現也滿符合我們的需求。



工作室剛成立的時候，是否有遇到什麼困難？

致華：我覺得算滿幸運的，因為我們在開工作室之前，就已經在這個產業裡面工作一陣子，所以大概知道這個戶外活動產業運行的方式。剛開始很多親朋好友來幫忙，也有很多前輩願意支持和分享，第一年就慢慢的上軌道；到了第二年，也很幸運剛好搭上龍洞熱潮，開始很多人關注攀岩這個運動，跟台灣攀岩的風氣越來越興盛也有關係。

至堯：對阿！像是台北的岩館越來越多，台中也是。多虧岩館的朋友大家互相分享，我們也接到很多體驗過室內岩場，想要第一次攀爬戶外岩場的學員，或是一開始就想體驗戶外攀岩的人。尤其駐點在這邊的工作室非常少，我們住在這邊方便很多，如果臨時要報名體驗都是可以接受的，彈性也比較大。

「很多人都問我們怎麼生活，其實我們的生活就像住在郊區一樣，進到市區很像進城的感覺，距離也不會很遠，時間對我們來說都是 ok 的。」

在帶學員體驗 / 認識龍洞的過程中，你們最享受、最喜歡的是什麼？

致華：除了攀岩跟獨木舟，也會介紹龍洞的生態自然與地質樣貌。我們最喜歡講解這邊的鳥類，包含黑鶯、遊隼、魚鷹。例如遊隼習慣在高聳的岩壁上築巢，牠們的繁殖期間大約在 3-6 月，天氣好的時候很容易可以看到。岩場有個區域是遊隼的棲地，所以攀岩社群也規範這段期間不能在這個區域攀岩，如果有人不知道也會良性勸導。

攀岩和其他戶外活動相比，有什麼特別讓你們熱衷的地方嗎？

至堯：喜歡攀岩的原因，是在過程中你要非常的專注，因為可能你一恍神，就有機會讓自己處在風險當中，過程中自己一個人專注當下去完成一條你嘗試很多次，卻都沒有成功的路線，最終成功之後會非常有成就感，我很享受這個過程。

致華：對我來說，我覺得攀岩是一個跟「內在」很有關係的運動，很多人覺得很刺激，但我覺得重點是「跟自己對話的過程」，因為你在往上爬的時候，基本上只有你一個人，就算在路線上遇到瓶頸、覺得好像爬不上去了，你也只能靠自己。像我每次在爬的過程中，其實內心小劇場都超多，「這邊怎麼那麼難抓」、「如果掉下去怎麼辦」，就會不斷地跟自己對話，「你再試試看」、「好像可以用這個策略跟方法」、「讓身體稍微休息一下再過去好了」，我覺得這個過程回想起來，其實很有趣。



對於沒有戶外攀岩經驗的人，你們認為最重要的事情是什麼？

致華：如果對於戶外攀岩有興趣，但是沒有經驗的人，我認為選擇一個好的戶外團隊帶領你的第一次體驗其實非常重要，這也是我們成立工作室的初衷。我們很在意大家的第一次攀岩經驗是好的，因為我們也曾經有過很多第一次，知道對每一個不常接觸戶外，但是想要踏入這個領域的人來說，良好的體驗絕對可以發揮最大的影響力，當然在風險管理與評估控管上，也都會非常嚴格，這是我們希望能夠做到的事情。

「你們肯定也看過『Free Solo』，對嗎？」不知不覺，也聊到了這部紀錄片。

「『Free Solo』那個是不一樣的境界，我印象最深刻的是導演的一段話：『拍攝赤手登峰讓我陷入天人交戰，因為這實在太危險了，你可能會在電影拍攝時，親眼目睹朋友墜崖身亡』，你知道那個風險與難度有多高，那個恐怖的感覺，是我們在看這部片的心情。」

有沒有曾經到國外攀岩，或是想過要做這件事？

至堯：會想阿！但是要有繩子～(哈哈)現在台灣其實也非常流行「攀岩旅行」，到世界各個地方去見識不同的地貌風景跟岩石型態，像是法國夏慕尼、泰國、香港等，很多地方都適合攀岩旅行。我們之前就去過香港跟泰國，當時在香港獅子山一路爬了大約 80 公尺，從下午到晚上，上去之後還可以看到維多利亞港的夜景，隨後再慢慢走一旁的步道下山，除了風景很美以外，天氣也很舒服。

致華：等疫情好轉後，或許有機會再去不同地方攀岩。以東南亞來說，台灣也算是很多歐美國家的攀岩客非常喜歡來的一個區域，再來就是泰國，除了物價相對低以外，攀岩區域也非常多。中國現在也有許多開發中岩場，已具指標性的攀岩場包括四川、陽朔等地方，攀岩活動越來越興盛，不論是地形的多樣或是高度，中國都是一個非常大的市場，而且做訓練也相對方便。





平時挑選適合攀岩的褲子，會特別重視什麼樣的款式設計嗎？

至堯：一般在戶外岩場，我們都習慣穿著輕薄的褲子上攀，最好不要太厚的，攀山鼠這款 Vanadis 2.0 防潑抗風輕量快乾長褲就很符合我們的需求。除了台灣的天氣因素以外，加上攀岩是全身的運動，基本上爬的時候都是汗，所以我們很重視材質的厚度、重量以外，透氣效果跟彈性絕對是很重要的考量。

致華：膝蓋是最容易受傷的部位，所以我們都要求學員們要穿長褲，七分褲也可以。如果你可以適應微寬鬆的版型，其實這款 Vanadis 2.0 防潑抗風輕量快乾長褲，不論是做高跨步或是像抬腿這類的大動作，完全沒有束縛感。以我們來說，要選到好穿的攀岩褲其實不太容易，因為台灣大部分還是以登山健行褲居多。

至堯：攀山鼠除了褲子以外，衣服的質感與舒適度，也讓我在第一次穿著的時候感到滿意外的，就是明明穿著，但卻感覺像沒穿一樣的柔軟舒服。除了剛剛提到的考量之外，設計與品牌理念也是我們重視的另一個因素。攀山鼠是最具永續發展指標性的戶外品牌之一，我們也希望用最簡單的方式親近山與海，並藉此喚醒大家對環境與海洋保護的重視。

「這是我們去走屏風山的時候撿到的，回來拿去請標本師傅做的。」致華和我們分享白面鼯鼠的標本。
「我們撿到的時候應該是剛死沒多久，因為氣溫很低，我們就趕快把牠包下山，師父說應該是生病死掉的。你看牠的尾巴」「挖塞，好長喔！」「我覺得保存的算很完整，一開始我還不太敢摸，我覺得超恐怖的…」

工作室的外觀像是三合院一樣，很溫暖也很有味道；從天花板到屋內的擺設，都像是一個個承載許多人生與戶外冒險故事的載體。期待在這樣寒冷的日子裡，有著暖爐燒著自己砍的柴，除了在冰冷的岩壁上感受跳動的炙熱心臟，工作室也能讓更多人真實地與自己的內心對話。



Let's go Winter

冬季露營必備道具

Camping.



全台灣優質的露營地遍布各地，有低海拔的特色露營區，也有海拔較高，可以看見日出雲海的營地。如果你喜歡動手自己搭帳篷、準備各種裝備與食材、烹煮特別的料理與朋友分享，肯定不能再錯過露營活動了。快跟上熱門的露營風潮，打造屬於自己的風格露營吧！



① 多功能桌子



② 舒適小物件



③ 野餐墊



④ 各式杯具



⑤ 各式鍋具



⑥ 烤架



⑦ 茶具、杯碗



⑧ 燈具



登山友 戶外用品店

位於中山北路一段的登山友，靠著專業與豐富經驗經營超過 60 年，是許多從事戶外活動的老手與新手前往挑選專業器材與裝備的愛店，不論登山、健行或是露營，你都可以在這裡找到你想要的東西。

OUT,LOOK

STORY. OUTFIT. TRIP. GEAR.

主編 張珈菱
攝影 鄭宇程
發行 墾趣戶外休閒旅遊用品
聯絡方式 product@ftg.com.tw
出版日 2021.01

2021 Issue 02

服裝、配件品牌

icebreaker / Montura / Alchemy equipment / Klättermusen / LOWA / Camelbak / Tatonka /
Tasmanian Tiger / Buff / Sunday Afternoons / Sea To Summit / High Peak



