

以下文章来自于我爱卡论坛网友“Mr、star”：

25笔(100—500元单笔消费)小额

25笔小额刷卡，这个不一定非25笔，这里讲的25笔左右即可，精养卡的话，每个月消费在20笔以上，普养的话在10笔以上，如果是精养的话，小额的，每个月在20笔以上即可，普通人具体怎么消费，我们待会讲。

3笔(单笔不超过额度的30%)中额

3笔中额消费，不超过卡片额度的30%，如你1万的额度，一般刷10%-30%的额度，也就是刷1K-3K的额度即可，这个根据自己的情况灵活应对即可。

1笔(单笔不超过额度的60%)大额

1笔大额消费，从风控的角度而言，每次刷卡，不要超过卡片总额的60%，如1万块，最多刷6千多，刷的太多比较伤卡，这一笔大额的消费，大家可以控制在卡片额度的30%-60%，但不要超过60%，这个自己灵活点操作即可。

一、安全养卡的方法

1、信用卡额度超过1W，每次刷卡控制在60%以内，不要在同一天在同一部机器上刷完，分几天或分机器刷。

2、刷卡为安全起见，单笔交易控制在5W以内，单天交易控制在20W以内(20W以上容易被监管)。

3、14家银行的提额通道，无非就是电话、网上银行、微信公众号等等渠道。

4、在营业时间内刷卡，一般为上午9点到晚上9点，其余时间请不要刷卡(非营业时间是危险期)。

5、银行的选择。有些银行本身的特点就是提额比较慢，而有些银行提额就是比较快的，选择好银行也是很重要的。国有四大行的提额都是比较慢的，选择一些地方商业银行更利于快速提额。

6、同一张信用卡一天内不要在同一台机器上刷超过3次，两次之间需要间隔10分钟

，同一张卡信用卡一周内不要在同一台机器上刷超过5次。

7，POS机简单的知识，至少你要知道哪些POS机是安全的，什么样的POS机不能刷。例如：手刷或者蓝牙刷，这些都很不稳定，建议不要经常使用，另外如果经常出现跳码的机器也不能刷，一下子从商场跳到美容院，或者从北京跳到上海，这样很容易被银行风控。

8、刷卡时化整为零，例如刷1W的话，可以刷成9930或10130(正常交易很少有刚好好的整数)。

9，懂得14家银行的基本规则和喜好，比如有的银行喜欢用户分期，有的银行看重大额消费，有的银行看重小额多笔消费，每家银行的特点和喜好都不尽相同。

那么上面说了那么多下面大星再来整理一些更加实用的东西分享给大家，下面就是一些仅供参考的时间表，具体的消费时间和金额如何安排，我们根据普通上班族人士，提供一下刷卡方案，大家可作为参考。

刷卡时间按早上、中午、下午、晚上四个时间段来刷卡。早上：6点到10点；中午：11点到3点；下午：4点到7点；晚上：7点到10点。具体方法如下：

1、早上：主要是买早餐；

主刷超市、便利店、面包店、副食店这些商户，金额：10元到100元之间。

2、中午：午餐；

主刷：饭店或者餐馆便利店面包店等100元到2000元。

3、下午：晚餐；

主刷：饭店或者餐馆西餐厅等100元到2000。

4、晚上：购物，日常消遣；

主刷：百货、超市、健身、酒吧、美容院、保龄球、ktv、电影院等100元到5000元。

5、双休日另做安排，坚持的原则就是刷高端商户，双休日是很多人休息的时间，那么中额消费和大额消费，可以放在这两天消费，平时周一到周五，就刷小额的即

可。

最后，大星提醒大家牢记以上的25+3+1提额方法，以及正确的养卡提额方法，快速的把信用卡额度养上去绝对不是难事，最重要的是这些细节和这些方法，你能不能坚持的做下来。好了今天就先分享一部分，有时间我再寻找素材汇总后再来分享，想要学习更多的卡友可以关注大星~大星会持续更新的!!!在这里提前预祝各位卡友2019年多多下卡多多提额~~~