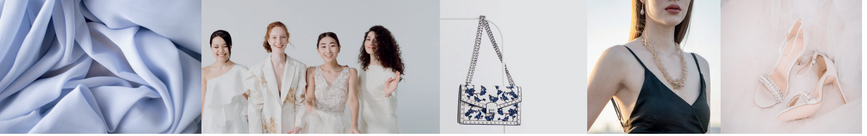


SHIRTS,TOPS, PULLOVER

- ☐ Kurz
- ☐ Lang

- ☐ Kurzer Arm
- ☐ Langer Arm
- ☐ Angeschnittener Arm
- ☐ Überschnittener Arm
- ☐ Schulterfreier Arm
- ☐ ½ Arm
- ☐ ¾ Arm

- ☐ Top dünne Träger
- ☐ Top breite Träger

- ☐ Körper betont
- ☐ Körper umspielend
- ☐ Körperbetont
- ☐ Taschen im Bauchbereich

MUSTER

- ☐ Groß
- ☐ Klein
- ☐ Floral
- ☐ Punkte
- ☐ Graphisch
- ☐ Ineinanderfließend
- ☐ Punktuell

KRAGEN

- ☐ Schalkragen
- ☐ Bubikragen
- ☐ Schluppen
- ☐ Kelchkragen
- ☐ Stehkragen
- ☐ Reverskragen
- ☐ Kleiner runder Ausschnitt
- ☐ Kleiner V-Ausschnitt
- ☐ Kleiner eckiger Ausschnitt
- ☐ U-Boot
- ☐ Großer runder Ausschnitt
- ☐ Großer V-Ausschnitt
- ☐ Carmen-Ausschnitt
- ☐ Rollkragen
- ☐ Turtle Neck
- ☐ Wasserfallkragen
- ☐ Schulterfrei

SCHUHE

- ☐ Absatz dünn
- ☐ Absatz mittel
- ☐ Absatz breit

- ☐ Spitze rund
- ☐ Spitze schmal
- ☐ Spitze mandelförmig

- ☐ Hochfront
- ☐ Riemchen
- ☐ offener Ausschnitt

BRILLENTIPPS

+ Lange Nasen vertragen markante Brillenstege.
+ Eine schmale Nase verträgt eher sanfte Farben mit zierlichem Nasensteg.
+ Kleine Stupsnase benötigen hohe Brillenstege mit Bügeln, welche mittig sind.
+ Breiten Nasen empfehle ich kräftige Brillen mit großen Gläsern.
+ Achten Sie darauf, dass Ihre Augen mittig in der Brille sind.
+ Harmonisch sieht Ihre Brille aus, wenn die Form Ihren Augenbrauen folgt.
+ Die Breite der Brille ist optimal, wenn Sie mit der breitesten Stelle Ihres Gesichts abschließt.

GESICHT

BRILLEN- & SCHMUCKFORM & HAARSCHNITT

☐ **RUND**

Mit eckigen und grafischen Brillen verschaffen Sie Ihrem Gesicht Kontur. Um so runder das Gesicht um so eckiger und um so kräftiger darf auch die Farbe des Gestells sein. Schmale und auch längere Ohrringe strecken genauso wie Halsschmuck, welcher halsfern und eher in der V oder Y – Form ist. Ein mittellanger Haarschnitt mit seitlichen Strähnen ist optimal ebenso alle Bobfrisuren. Achten Sie auch hier darauf, dass der Schnitt nicht zu weich ist.

☐ **OVAL**

Diese Gesichtsform verträgt alle Formen. Achten Sie aber darauf, dass diese im richtigen Verhältnis zu Ihren Proportionen steht. Große Gesichter vertragen mehr Fassung als Kleine. Auch bei Schmuck und Haarschnitt sind Ihnen keine Grenzen gesetzt

☐ **HERZ**

Filigrane und leichte Brillengestelle sind optimal. Alternativ dazu auch rahmenlose Brillen. Die Bügel sollten im oberen Bereich der Brille angesetzt werden Runde, ovale oder leicht eckige sowie trapezförmiger Schmuck schmeichelt dieser Kopfform. Achten Sie auch darauf, dass dieser nicht zu dominant ist.
Zu empfehlen sind hier beispielsweise ein Bob, der unterhalb des Kinns endet, oder auch Kurzhaarfrisuren. Bei glatten Haaren schmälert ein schräger Pony den Stirnbereich.

☐ **ECKIG**

Hier heißt es weiche runde Brillen-Formen in das Gesicht zu bringen. Auch beim Schmuck sehen runde und weich fließende Formen vorteilhaft aus. Wunderbar ist ein Haarschnitt mit vielen Stufen. Auch machen wellige Haare und Locken das Gesicht weicher.

☐ **LANG**

Hier heißt es das Gesicht mit eckigen sowie runde Brillen-Formen zu verkürzen. Breiter Ohrschmuck, Creolen und große Perlen lassen das Gesicht kürzer wirken. Optimal sind längere, seitliche Haarschnitte mit einem Pony, welche die Gesichtsform kürzer wirken lassen.

☐ **TRAPEZ**

Die Fassung sollte dem schmalen Bereich des Gesichts mehr Fülle geben und damit den breiten Teil optisch ausgleichen. Der Brillenrahmen sollte nicht breiter sein als die dominanten Wangenknochen. Der obere und seitliche Teil des Brillenrahmens sollte sich vom Rest der Fassung markant abheben. Große runde bis ovale Ohrhänger oder auch dicke Perlen unterstreichen diese Gesichtsform. Die rundliche und auch vertikale Form ist auch für den anderen Schmuck optimal. Durchgestufte Kurzhaarfrisuren und glattes Haar mit breitem Pony sehen bei dieser Gesichtsform am besten aus. Alternativ lange Haare mit Stufen und /oder Wellen.

Sei du selbst

Anke von Jamel
IMAGE COACHING

STYLING-TIPP

> “Mode kann man kaufen –
> Stil kann man lernen.”

Die hier aufgeführten Stiltypen haben nichts mit Modetrends zu tun,
sondern klassifizieren sich im Bild des individuellen Frauentyps.

☐ KLASSISCHER TYP

Er kann von jedem getragen werden, denn er ist angepasst, gradlinig und eher unauffällig.
Gerne wird er im Geschäftsleben getragen und ist mit jedem anderen Stiltypen kombinierbar.
Er ist stilvoll und zeitlos. Wertige Kleidung ist diesem Figurtyp wichtig. Dezenter, edler Schmuck
unterstreichen diesen geschmackvollen Typ.

☐ ROMANTISCHER TYP

Er liebt es verspielt. Trägt gerne Rüschen, Biesen und verträumte Blumenmuster.
Weiche, fließende Stoffe unterstreichen diesen Typ genauso wie filigran anmutender Schmuck.

☐ EXTRAVAGANTER TYP

Er lieb es auffällig und schrill, er lässt seiner Kreativität freien Lauf und möchte gesehen werden.
Asymmetrische Schnitte und knallige Farben mit sehr auffälligem Schmuck sind bei ihm sehr beliebt.

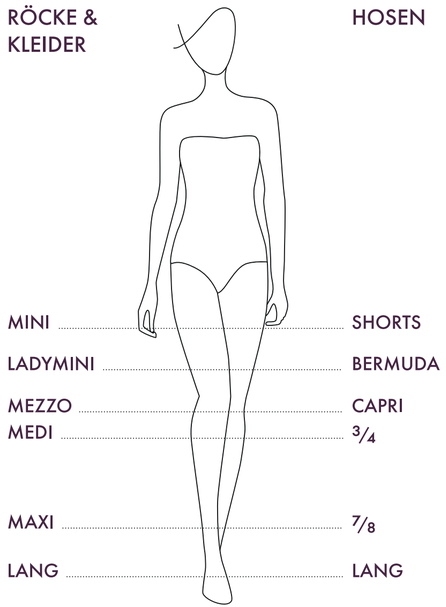
☐ NATÜRLICHER TYP

Bequem, praktisch und lässig. So beschreibt sich dieser Typ. Er trägt das, was sein Schrank ihm hergibt.
Hauptsache ist, dass es bequem ist. Jeans, Leder und Cord, weite Jacken und Shirts ist der Standard in
seinem Kleiderschrank.

☐ SPORTLICHER TYP

Er weiß bequeme, gradlinige Kleidung mit klassischer Kleidung perfekt zu kombinieren. Tolle Sneakers, Chelsea Boots oder Slipper zu Jeans oder Chinohose ist für ihn grandios. Dazu Shirt oder lässige
Bluse und ein gut sitzender Blazer und schon hat er sein Outfit kreiert. Der Schmuck hat klare Formen.

ROCK- UND HOSENLÄNGE



HOSE

- ☐ Gerades Bein
- ☐ Schmales Bein
- ☐ Weites Bein
- ☐ Konisches Bein
- ☐ Chino
- ☐ Marlene
- ☐ Palazzo
- ☐ Culotte
- ☐ Karotte
- ☐ Cargo
- ☐ Bootcut
- ☐ Leggings
- ☐ Röhre
- ☐ Overall/Jumpsuit
- ☐ Bundfalte

- ☐ Gürtel breit
- ☐ Gürtel schmal
- ☐ Bindegürtel

- ☐ Hoher Bund
- ☐ Mittlerer Bund
- ☐ Niedriger Bund
- ☐ Flexibler Bund

ROCK

- ☐ Glockenrock
- ☐ Hosenrock I Coulotte
- ☐ Ballonrock
- ☐ A-Linien-Rock
- ☐ Plissee- oder Faltenrock
- ☐ Stiftrock
- ☐ Wickelrock
- ☐ Godetrock

- ☐ Vertikale Rocktasche
- ☐ Horizontale Rocktasche
- ☐ Verdeckte Rocktasche

- ☐ flexibler Rockbund
- ☐ hoher Rockbund
- ☐ mittlerer Rockbund
- ☐ niedriger Rockbund

- ☐ Gürtel schmal
- ☐ Gürtel breit
- ☐ ohne Gürtel

KLEID

- ☐ Etui
- ☐ Wickel
- ☐ A-Linie
- ☐ Boho
- ☐ Hemdblusenkleid
- ☐ Empire
- ☐ Figurbetont oben
- ☐ Figurbetont unten

- ☐ Gürtel breit
- ☐ Gürtel schmal
- ☐ Ohne Gürtel

BLAZER, MANTEL, JACKE

- ☐ Abnäher I Taillierung
- ☐ Gürtel
- ☐ Schößchen
- ☐ Blazer kurz
- ☐ Blazer mittellang
- ☐ Longblazer I Gehrock
- ☐ Biker
- ☐ Bolero
- ☐ Weste kurz
- ☐ Weste lang

BLUSE

- ☐ Hemdbluse
- ☐ Longbluse
- ☐ Kurzbluse
- ☐ Tunika
- ☐ Bodybluse
- ☐ Wickelbluse
- ☐ Rüschen
- ☐ Biesen
- ☐ Körperbetont
- ☐ Körperumspielend
- ☐ Wiener Nähte
- ☐ Keine Taillierung
- ☐ Brusttaschen
- ☐ Knöpfe auffallend
- ☐ Knöpfe dezent

STRICK

- ☐ Cardigan lang
- ☐ Kurzstrickjacke
- ☐ Wickeljacke

- ☐ Vertikale Taschen
- ☐ Horizontale Taschen
- ☐ Verdeckte Taschen

- ☐ Einreiher Knopfleiste
- ☐ Zweireiher Knopfleiste