



## Wstęp

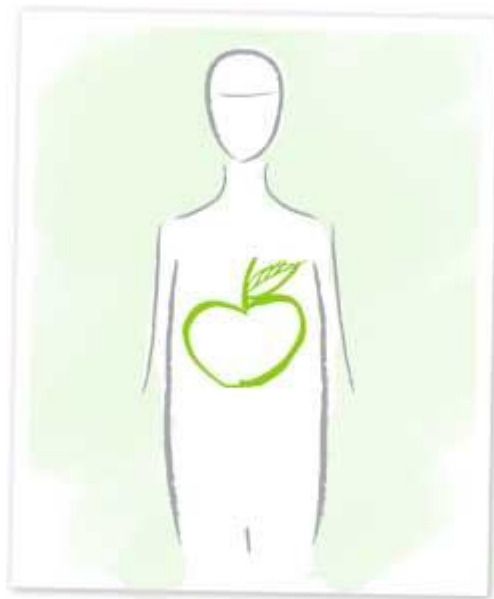
Każda z nas jest piękna i żadna nie jest idealna. Często patrząc w lustro zauważamy tylko to, co nam się w sobie nie podoba, irytuje. Wtedy zaczynamy ukrywać wady i niepostrzeżenie zapominamy o mocnych stronach. Jak się ubrać, żeby wyeksponować zalety sylwetki i wyglądać atrakcyjnie? Przeczytaj nasz przewodnik i zastosuj się do zamieszczonych w nim rad, a odkryjesz swoją atrakcyjność i uwierzysz w siebie.

**W przewodniku przedstawiamy najpopularniejsze typy sylwetek i do każdego dopasujemy odpowiednie ubrania i akcesoria. Przeczytaj cały przewodnik gdyż może okazać się, że twoja figura łączy różne typy. Znajdź swój i ruszaj na zakupy!**

UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.

## Typ sylwetki: *Jabłko*

Jabłko charakteryzuje się dobrymi ogólnymi proporcjami z nieco zaokrągloną środkową częścią ciała i niewielką talią lub jej brakiem. Jednocześnie możesz mieć bajeczne nogi i/lub piersi, więc kluczowe będzie unikanie fasonów dodatkowo poszerzających w pasie.



## Co możesz nosić

- bluzki i sukienki odcięte pod biustem (tzw. styl empire), najlepiej z wydłużonym dekoltem, który poprowadzi oko do góry i odwróci uwagę od tali,
- długie, rozszerzane suknie,

UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.

- spódnice do kolan lub do połowy łydki, wskazana jest asymetria,
- spodnie rozszerzane lub z nogawką typu boot cut,
- legginsy, ale tylko z tuniką odciętą pod biustem i masywnymi koturnami,
- bluzki z dekoltem karo i zdobionymi rękawami,
- dekolty przykuwające oko wzorzystym haftem, koronką, aplikacjami, itp.,
- trencz, klasyczny płaszcz zapięciem tuż pod biustem i dekoltem karo, najlepiej noszone rozpięte,
- buty na obcasie, koturny i platformy,
- torebki z długim paskiem na ramię, naszyjniki mocno rozbudowane,
- szale z nadrukami, zawiązane lub noszone luźno.

UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.



UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.



UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.



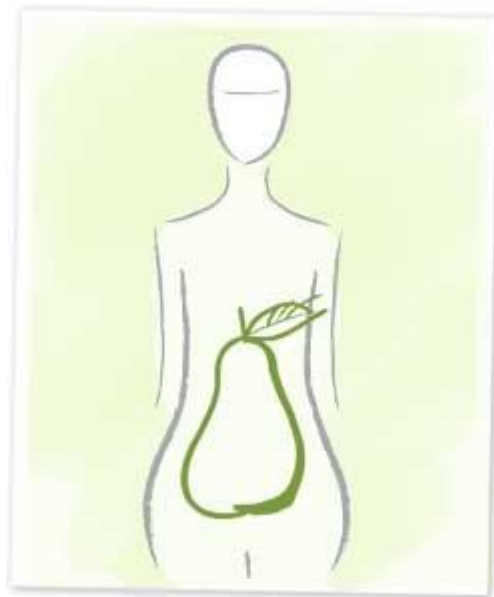
## *Czego powinnaś unikać*

- spódnice nie powinny być obcisłe, żadnych plis i falban,
- zwężane fasony z podwyższoną talią,
- spodnie rurki,
- krótkie, bombkowane kurtki,
- buty z ostrymi czubkami, cienkie obcasy, mokasyny z kwadratowym czubkiem,
- paski, szczególnie szerokie

UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.

## Typ sylwetki: *Gruszka*

Gruszka to najpopularniejszy typ kobiecej figury, z mocnymi biodrami, pupą lub udami. Najczęściej Gruszki mają też piękne, płaskie brzuszki. Wystarczy więc nieco popracować nad uwydatnieniem kobiecości przez noszenie się jasno, wzorzyć się i bogato ponad talią.



## Co możesz nosić

- sukienki w kształcie litery A, z mocno zdobioną górą i głębokim dekoltem,
- spódnice w kształcie litery A i z pełnego koła;

UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.



- spódnice maxi w stylu cygańskim,
- bluzki w odważnych kolorach, najlepiej w stylu kimono, z rozszerzonymi rękawami,
- kamizelka do gładkiej bluzki,
- szerokie wyłogi i podkreślone ramiona w płaszczach i kurtkach,
- kołnierze ze sztucznego futra,
- obszerne rękawy,
- kozaki na obcasie, szerokie szpilki,
- duże naszyjniki i kolczyki,
- kolorowe apaszki.



UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.



UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.



## *Czego powinnaś unikać*

- obcisłe sukienki, które podkreślą dużą pupę i biodra,

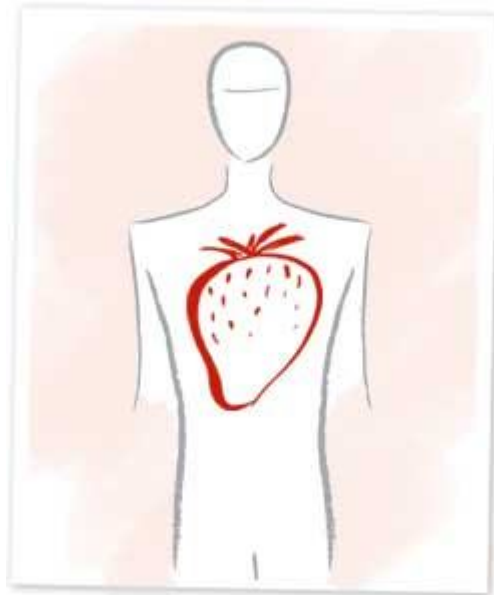
UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.

- dopasowane spódnice ołówkowe i szyte ze skosu,
- wąskie klapy w marynarkach i małe kołnierzyki,
- duże, workowate bluzki ukrywające talię,
- buty z ostrymi czubkami,
- torby na pasku sięgające uda

UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.

## *Typ sylwetki: Truskawka*

Panie o ponętym kształcie truskawki mają wyraźnie zaznaczoną sylwetkę ponad talią, zwykle przez szerokie ramiona i/lub duże piersi. Szerokie ramiona i wąskie biodra mogą tworzyć wrażenie chłopięcej sylwetki, jednak łatwo je złagodzić odpowiednimi ubraniami. Jeśli masz świetne nogi jak najbardziej możesz je wyeksponować, pamiętaj jednak, żeby nie przykuwać uwagi do górnej części ciała wzorzystym topem, itp.



## *Co możesz nosić*

- spodnie z nogawką boot cut, rozszerzane dżinsy, szerokie nogawki, bojówki i jasne kolory,

UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.

- spódnice w kształcie litery A, mogą być z falban, w odważnych kolorach,
- spódnice powinny zaczynać się w talii, nie na biodrach,
- topy na jedno ramię,
- kardigany noszone rozpięte,
- dekolty w kształcie litery V,
- płaszcze rozszerzane od talii,
- małe klapy i kołnierze,
- płaszcze zapinane na jeden guzik,
- wybieraj obuwie na solidnym obcasie, kozaki z ozdobami do spódnic,
- duże bransoletki i pierścionki,
- torby na długim pasku do biodra.

UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.



UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.





UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.





## *Czego powinnaś unikać*

- spodnie z wysoką talią, legginsy, króciutkie szorty,
- spódnice ołówkowe,
- bufki na rękawach,
- gruba dzianina, duże swetry,
- poduszki na ramionach, epolety, duże klapy i kołnierze,
- krótkie żakiety lub kurtki z dopasowanymi spodniami lub spódnicą,
- platformy i buty w cielistym kolorze,

UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.

- duże torby noszone pod ramieniem, rozbudowane naszyjniki.

UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.

## *Typ sylwetki: Klepsydra*

Piękne krągłości pań w kształcie klepsydry to zwykle obfity biust i równoważące go biodra z wąską talią. Ta megaseksowna sylwetka potrzebuje odpowiedniej oprawy!



### *Co możesz nosić*

- sukienki z dekoltem kwadratowym i w kształcie serca,
- sukienki kopertowe i z wiązane z tyłu oraz bez ramiączek,
- spodnie z szerokimi nogawkami,
- spodnie typu bootcut i rozszerzane,

UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.

- spódnice ołówkowe, w kształcie A, z pełnego koła, najlepiej długość do kolan,
- bluzki wiązane na szyi,
- bluzki z kwadratowym dekoltem,
- dopasowane kardigany z rozpiętymi kilkoma górnymi guzikami,
- krótki tułów wydłuż pionowymi paskami,
- trencze i płaszcze z paskiem,
- blezery zapinane pod biustem,
- krótkie żakiety,
- obuwie z okrągłymi czubkami, szpilki typu peep-toe,
- modne, zdobione paski.



UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.



UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.



## *Czego powinnaś unikać*

- sukienki odcinane pod biustem (empire),

UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.

- bojówki,
- jeśli masz duży biust unikaj falbanek i kokardek w tych okolicach,
- jeśli masz szerokie biodra zrezygnuj z dopasowanych spódnic,
- jeśli masz duże uda nie noś rurek,
- obcisłe spódnice,
- workowate t-shirty i bluzy,
- proste tuniki,
- proste, bezkształtne płaszcze i żakiety,
- obszerne kurtki i płaszcze z obniżoną talią,
- botki noszone do spódnicy, buty z ostrymi czubkami,
- paski noszone na biodrach.

UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.

## *Typ sylwetki: Prostokąt*

Kobiety o figurze prostokąta mają sylwetkę prostą, bez wydatnych krągłości, dzięki czemu mogą nosić więcej fasonów niż inne typy. Zwykle jednak chciałyby podkreślić swoją kobiecość, co łatwo osiągnąć odpowiednim strojem, jak płaszcz z paskiem w talii i dużym kołnierzem.



## *Co możesz nosić*

- sukienki szyte ze skosu,
- wszystkie rodzaje spódnic, szczególnie w kształcie A, ołówkowe i tulipany,
- dekolty wiązane na szyi,

UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.



- wąskie spodnie, rurki, legginsy, najlepiej z ozdobami na pupie lub biodrach,
- szerokie spodnie lniane,
- bluzki z falbankami, kokardkami,
- dekolty okrągłe i w łódkę,
- bluzki na cienkich ramiączkach,
- rozszerzane płaszcze,
- podkreślaj talię paskiem,
- baleriny, cienkie szpilki, niskie obcasy,
- jeśli masz mały biust noś długie korale.



UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.



UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.



## *Czego powinnaś unikać*

- proste na całej długości fasony,
- niska talia,

UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.

- dzwony i rozszerzane spodnie oraz bojówki,
- jeśli jesteś wysoka unikaj spódnic maxi nie sięgających kostek,
- dekolty w kształcie serca jeśli masz mały biust,
- workowate tuniki i bluzki,
- unikaj obuwia w męskim stylu,
- naszyjniki opinające szyję.

UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.

## Kolory na sezon Jesień/Zima 2010/2011

Na przekór jesienno-zimowej szarości w sezonie 2010 pojawia się trend promujący mocne kolory, w dodatku od stóp do głów. Odważnie łączymy np. neonowy róż z krwistą czerwienią, lub wybieramy wersję monochromatyczną i występujemy w mocnym indygo od żakietu po rajstopy.

Zapytacie, a co z dodatkami? Jeszcze do niedawna wciąż słyszeliśmy, że akcesoria wcale nie muszą, a nawet nie powinny, być w tym samym kolorze. Otóż, miłe panie, to już nieaktualne. Pisząc od stóp do głów, mamy na myśli rzeczywiście ubranie w jednolitym kolorze każdego elementu garderoby, a nawet makijażu.



UWAGA! Zakupione pliki PDF są chronione prawami autorskimi i zabezpieczone cyfrową sygnaturą autoryzacyjną, unikalną dla Twojego zamówienia. Rozpowszechnianie, kopiowanie i upublicznianie całości lub fragmentów plików w Internecie lub poza nim stanowi naruszenie ustawy o ochronie praw autorskich.