Автор: admin
25.06.2013 17:15 -

Как выглядеть стройнее, чем вы есть на самом деле? Полная инструкция.

Когда я поняла, что у меня больше нет сил ходить по магазинам в поисках одежды, которая бы скрыла мои полные бедра, живот и грудь, я почти отчаялась. Так хотелось выглядеть модно и стильно, но все, что было в магазинах, было или короткое, или обтягивающее. В конце концов, мы с сестрой решили вместе составить мой гардероб и сшить одежду на заказ. Я разложила перед собой журналы и книги, и на меня снизошло озарение: это не одежда в магазинах плохая, просто **я не умею ее выбирать**. В итоге шить ничего не пришлось. Теперь я, вооружившись знаниями по поводу подходящей мне одежды, легко смогла найти то, что нужно.

Подчеркнуть достоинства фигуры и при этом уменьшить недостатки нетрудно. Надо лишь знать, какая **одежда визуально сделает вас стройнее**. Скрыть полноту поможет цвет, форма, вырез одежды и, конечно, украшения. Так что предпочесть, если фигура полная?

Для начала можно надеть **утягивающие колготки, пояс, корсет**. Это не очень удобно, зато собирает и подтягивает фигуру. Визуально она становится стройнее, а если еще надеть правильную одежду и украшения, то эффект превзойдет все ожидания.

1. **Туфли** лучше выбрать на высоком и среднем каблуке. Так вы будете казаться выше и стройнее. Туфли или босоножки одного цвета с брюками визуально удлиняют ноги. Туфли с поперечными ремешками-застёжками зрительно укорачивают фигуру, поэтому от них лучше отказаться.

2. Дутые **браслеты** сделают полноватые руки еще более полными, поэтому лучше предпочесть тонкие и плоские браслеты, которые сделают руки изящными.

3. **Украшения** стоит выбирать удлиняющие силуэт: длинные бусы, цепочки, свисающий яркий шарф, который отвлечет внимание от полных мест на себя.

4. **Майки** лучше брать не на лямках, а с коротким рукавом, который зрительно расширяет плечи, отвлекая внимание от пышной груди.

5. Вырез для кофт предпочтителен V-образный. При пышной груди можно позволить себе красивое **глубокое декольте**, оно визуально удлинит шею. Если такое декольте вас смущает, можно надеть водолазку или кофту, а сверху жилетку с глубоким V-образным вырезом.

6. Лучше носить **тройки:** кофта + брюки или юбка + пиджак или жилет. Кофту можно позволить себе яркую, а остальное – лучше нейтрального цвета.

7. Не стоит заправлять блузки и кофты в брюки и юбки. Такое деление фигуры сыграет не в вашу пользу.

8. **Брюки** лучше выбрать не на бедрах, а со слегка заниженной талией. Они могут быть как прямые широкие (для высоких полных), так и облегающие сверху + легкий клеш от колена (для невысоких девушек с полноватыми бедрами).

9. Одежда должна облегать, но не обтягивать фигуру. Иначе будут заметны все складочки на теле, а это вряд ли произведет хорошее впечатление.

10. **Юбка** длиной до середины икры зрительно удлинит фигуру. Также подойдут длинные юбки, юбки со складками по середине юбки, юбки гофре, годе с большим количеством клиньев.

11. **Блузку** не стоит застегивать на все пуговицы, верхнюю можно оставить расстегнутой.

12. **Пояс** выбирайте не широкий, а узкий.

13. Белый цвет фигуру полнит, поэтому лучше выбрать бежевый или цвет слоновой кости. Можно надеть белую водолазку или блузку под жилетку или пиджак.

14. Крупного орнамента на одежде лучше избегать. Стройнит фигуру диагональная **полоска**
. Рисунок предпочтительнее вертикальный, рельефный.

15. Стройнят фигуру **вырезы углом**.

16. При полной фигуре стоит носить яркие вещи и украшения только в тех местах, которые вы хотите подчеркнуть. Они отвлекут внимание от проблемных зон.

17. Акцент должен быть на талии, но не на бедрах.

18. Жакеты не должны быть укороченными.

19. Рукав следует брать длинный, а не три четверти.

20. Вещи старайтесь выбирать из ткани с жатой текстурой, из немнущегося трикотажа и тканей с добавлением лайкры.

Автор - **Таня Разбежкина**
Источник