

התאמת הלבוש למבנה גופך / נטלי סויסה- סטייליסטית אישית

לגוף האישה מבנה שונה בהתאם לגנטיקה, לא כל מה שטוב על אישה אחת יראה טוב על אישה אחרת. כל אחת התברכה במבנה גוף ייחודי לה.

מבנה גוף, הוא בעצם פרופורציות המתקיימות בתוך קווי המתאר של גופך, הנוצרות עפ"י חלוקת המשקל וריכוזו בחלקים מסוימים, והלבוש גורם לאשליה אופטית ואיתו אפשר לטשטש, לשנות ולאזן ע"י גזרות מתאימות.

ולכן, כאשר את לובשת בגדים הנכונים לך, הם יחמיאו לך ואת תראי במיטבך! אז איך תדעי מה לקנות היום בחנויות? מה לתפור? איזה גזרות? איזה צבעים?

להלן 5 סוגים עיקריים של מבנים המאפיינים את רוב הנשים כדי להקל על אבחון סוג הגוף אסביר זאת ע"י פירות:

סוגים שונים של מבנה גוף



בבדוק ע"י נקודות עיקריות בגוף:

-רוחב כתפיים -רוחב אגן -ריכוז משקל -נוכחות מותניים.

שעון חול:

כאשר רוחב הכתפיים דומה לרוחב האגן ויש מותניים מוגדרות.

אגס:

כאשר רוחב האגן רחב יותר ביחס לרוחב הכתפיים, פלג גוף עליון צר ורוב המשקל נוטה להתרכז באזור הישבן, אגן והירכיים.

תפוח:

כאשר משקל גופך מתרכז באזור הבטן, החזה ללא מותניים ופלג גוף עליון תחתון צר.

בננה:

כאשר רוחב הכתפיים דומה לרוחב האגן ואין נוכחות מובהקת של מותניים.

תות:

כאשר רוחב הכתפיים רחב יותר מרוחב האגן והמשקל מتركז באזור הכתפיים, חזה וזרועות.

איך להתלבש לפי כל מבנה גוף?

מבנה גוף-שעון חול:

זהו גוף מאוזן ורצוי שהפוקוס יהיה הדגשת המותניים ע"י חגורה באזור המותניים.

מה ללבוש?

חולצה בגזרת מעטפה, חצאית מתנפנפת או עיפרון, שמלת מעטפה מדגישת מותן. האורך המומלץ: או אחרי הברך או מקסי להארכת הגוף. בז'קטים עדיף כפתור אחד שידגיש את המותן ובמעילים שורת כפתורים אחת.

מה לא ללבוש?

רצוי להימנע מבדים כבדים או נוקשים, דוגמאות גיאומטריות כגון: הדפסי משבצות, פסים-זה יכול להתעוות במתיחה על הגוף. בנוסף, רצוי להימנע מכיסים רבים ונפחים מיותרים.



חגורה במתניים- בעיצוב איילת שחר (צילום: רוי פרידמן)

מבנה גוף- אגס:

את תשומת הלב נפנה לפלג גוף עליון על מנת לאזן וליצור נפח מדומה בחלק העליון.

מה ללבוש?

בחלק העליון (חולצות, ז'קטים ומעילים)- בחרי את החולצות עם הקישוטים והתוספות שיעניקו לגופך נפח ורוחב בפלג גוף עליון כדוגמת שרוולים נפוחים וצבעים. בז'קט: כיסים, כפתור כפול, כפתורים גדולים, קשקושים, גזרת פעמון. חולצה עם דוגמאות, קווים אופקיים, הדפסי פרחים וכתפיים מרופדות מעט. שרשראות, צעיפים, סריגים עבים וצווארונים גולף. שכבות בחלק העליון יוצרים מראה מעניין.

חצאיות: רצוי בגזרות מתרחבות, רפיונות ורחוקות מעט מהגוף ומבדים רכים בגזרת A. חצאית ארוכה (מקסי) ומתנפנפת. משקל הבדים בחלק תחתון: קל- בינוני עם טקסטורה עדינה, רצוי בדים רכים ונוזליים.

רצוי חלק עליון בהיר/צבעוני וחלק תחתון כהה שמטשטש ומצר.
(לא חייב שחור, אפשר כחול כהה, אפור כהה, חום כהה ועוד.)

מה לא ללבוש?

כיסים רבים בחצאיות, חצאיות עיפרון/ישרות, קישוטים על החצאית.
רצוי לא ללבוש חלק עליון צמוד. התרחקי מגזרות בצמדות לגוף, התרחקי ממאורך 7/8 הם יקצרו את רגלייך וינמיכו אותך.
רצוי נעליים עם עקב/וודג'/פלטפורמה למתן גובה.
הימנעי מחולצות קולר שחותכות את הכתפיים ויקצינו את חוסר האיזון.



חולצה עם נפח Net-a-porte

מבנה גוף תפוח:

המטרה: לצמצם חלק גוף אמצעי וליצור מותן מוגדרת.

השקיעי בחזייה טובה שמרימה את החזה כך תפרידי אותו מהבטן ותצרי הדגשה של מותן.

מה ללבוש?

חולצות V יקטינו את החזה, יאריכו את הצוואר ויצמצמו עגלגלות. חולצות מעט רפויות יחמיאו לגופך, קרדיגן פתוח מעל חולצת בסיס, עליוניות ושרוולונים מבדים רכים ודקים. שמלה בגזרת אמפייר מפרידה בין החזה לבטן. עדיפות לז'קטים ארוכים עם שורת כפתורים אחת. וחצאיות מתרחבות.

רצוי חצאיות מודפסות, כיסים בצדדים ומתרחב למטה יאזנו את הפרופורציות.
חלק עליון בגוון כהה. חולצת בסיס כהה ומעל עליונית בהירה "ישבור" את הבטן ל 3 חלקים ויקטין אותה. רצוי להוסיף שרשראות ארוכות,

מה לא ללבוש?

הימנעו: - מבדים קשים או נצמדים- העדיפו רכים ונשפכים.

- מבגדי שק רחבים- הם רק ירחיבו אותך.

- מלבוש שחור כל גופך.

- מנפחים מיותרים בפלג גוף עליון.

- מגזרה רחבה בזרועותיך כמו: קימון או עטלף.

- מצווארונים סגורים .

- מחגורות

לבוש נכון למבנה תפוח :



חולצת מעטפת:



מבנה גוף: מבנה

זהו מבנה גוף ישר ופרופורציות הגוף כבר מאוזנות.
וכאן המטרה: ליצור קימומים ונפח מדומה בחלק העליון והתחתון של גופך ובמקביל להצר את המותן.

מה ללבוש?

בדים רכים וקלילים, חולצות בעלות שרוולים נפוחים, צווארון קולר, חולצות U או V ישרו את רוחב כתפיך. זקטים בגזרת חצאית עדיפות לכפתור אחד/שניים. קישוטים ליצירת קימומים בפלג גוף עליון, חולצות מעטפת. חצאית בגזרת A או עם הרבה בד שמפל ברכות על הגוף. כיסים באזור הירכיים וטקסטורות מעניינות.

רצוי ללבוש בסיס בהיר ומעל חלק עליון כהה, חגורות עבות באזור המותן בשילוב נפח בפלג גוף עליון ותחתון ייצרו אשליה של מותן צרה. צעיף או שאל זרוק על הכתפיים במצב פתוח (לא לחזה גדול) ושרשראות ארוכות.

מה לא ללבוש?

אם את מלאה הימנעי מסריגים עבים או טקסטורות עם נפח.
הימנעי: מגזרות ובדים בוקשים, הימנעי מחצאיות צמודות, ממחשופי סירה, חגורות דקיקות.



לבוש נכון למבנה בונה: NET-A-PORTER

מבנה גוף תות:

המטרה: הוספת נפח מדומה בפלג גוף תחתון ליצירת איזון עם פלג גוף עליון.

מה ללבוש?

חצאיות בגזרות מתרחבות כגון גזרת A, חלק תחתון בצבעים בהירים, חצאיות מבדים רכים וקלילים, מתנפנפים, כיסים וקישוטים באזור הירכיים יעניקו לך נפח ויאזנו את פרופורציות גופך. חצאית אקורדיון, מעיל הדגשה במוותן ללא חגורה.
הצרה של פלג גוף עליון: חולצות קולר, חולצות V, חולצת בסיס ומעליה ז'קט מחויט פתוח, קרדיגן מעל חולצת בסיס, העדיפי חלק עליון פתוח- רצוי כהה מעל בהיר. שרשראות ארוכות יצרו אותך, רככי כתפיים רחבות ע"י בדים רכים ונשפכים שיעניקו לך קימורים ומראה נשי ורך.

שלבי בין חלק תחתון בהיר לחלק עליון כהה, חצאיות עם הדפסים מעניינים,

מה לא ללבוש?

להימנע מנפח בפלג גוף עליון, בדים נוקשים, צווארונים גולף, צווארונים סירה, סריגים עבים ונפוחים, שרוולים נפוחים, הימנעי מחצאיות צמודות.

לבוש נכון למבנה תות: NET-A-PORTER



אבחון מבנה גוף ובחירת גזרות המתאימות
במדויק לגופך ניתן לעבור במסגרת ייעוץ
סטיילינג אישי –
ותוכלי ליצור שינוי משמעותי בהופעתך והרגשתך.

בהצלחה!

נטלי סויה- סטייליסטית אישית

n@stylingyou.co.il

052-7710055



נטלי סויה

סטיילינג אישי
& איפור מקצועי