

KLEUR EN JE FIGUUR

KLEURKEUZE HEEFT INVLOED OP JE FIGUUR

Dit zul je vast een belangrijk filmpje vinden.

De manier waarop je kleur gebruikt in je kleding kan effect hebben op je figuur. Gewenste of ongewenste effecten. We hebben je laten zien dat je kunt letten op kleurovergangen en de uitstraling van een kleur.

Daarnaast spelen dessins en stofkeuze ook een rol.

VRAAG: WAT HEB JE GELEERD VAN DEZE VIDEO?

Beantwoord onderstaande checklist en voeg eventueel antwoorden toe die voor jou van belang zijn.

- ik lette nooit op kleur in combinatie met mijn figuur
- ik snap nu waarom ik een hekel heb aan bepaalde kleuren
- ik droeg altijd zwart omdat het afkleedt, maar ik zie nu dat het beter kan
- Ik vond bepaalde mode combinaties altijd leuk, maar het stond mij niet en nu snap ik waarom, bv
 - a. een lichte broek in donkere laarzen
 - b. korte felgekleurde tops
 - c. dierenprints in een broek of juist in een jasje
 - d. color blocking
-
-



KLEUR EN JE FIGUUR VERVOLG

OEFENINGEN

STAP 1

Het begint allemaal met kennis van je lichaam. Ga eens in je ondergoed voor de spiegel staan en kijk naar jezelf. Hoe ziet jouw figuur er uit? Wat wil je graag camoufleren?

Hoe is het volume van jouw lichaam verdeeld?

- Het volume van mijn lichaam zit vooral in mijn bovenlichaam
- Het volume van mijn lichaam zit vooral in mijn onderlichaam
- Het volume van mijn lichaam is evenwichtig verdeeld

Een andere, veel belangrijkere vraag is: waar ben je trots op? Neem hier echt de tijd voor; denk niet te gauw dat jouw figuur niet de moeite waard is. Wist je dat ook fotomodellen en filmsterren hun minder sterke kanten hebben? Zij hebben echter geleerd zich te concentreren op hun pluspunten! Ook hebben ze de trucjes geleerd die hun sterke kanten nog accentueren, waardoor eventuele minpunten vanzelf geen aandacht meer vragen.

Noteer:

- Welke minpunten wil je camoufleren?
- Op welke pluspunten wil je je aandacht richten?

STAP 2

Als je dit weet van jezelf kun je eens kijken wat je in je kast hebt hangen dat geschikt is voor jouw figuur.

Stel setjes samen waarbij je rekening houdt met je plus- en minpunten. Ga uit van je basisstukken. Kijk eens of je die op een andere manier kunt combineren en trek ze aan.

Heb je niet de goede kledingstukken voorhanden, probeer dan met een sjaal of een ander accessoire het gewenste effect te bereiken.

Zie je verschil?

KLEUR EN JE FIGUUR VERVOLG

STAP 3

De finishing touch? Ga voor de spiegel staan en sluit je ogen. Doe ze na een minuut open en kijk waar je ogen het eerste naar worden getrokken. Is dit een plek waar je ook de aandacht wil? Helemaal goed! Niet? Voeg iets toe of laat juist iets weg!

STAP 4

Maak een lijst van kledingstukken die je nodig hebt om de gewenste combinaties te maken. Zo ga je gericht te werk en zul je minder gauw overgaan tot impulsaankopen.

VEEL PLEZIER!