

КАКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ
ВХОДЯТ В ПОНЯТИЕ
— «ТИП ФИГУРЫ» —



www.academy27.com

КАКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ
ВХОДЯТ В ПОНЯТИЕ
«ТИП ФИГУРЫ»:

- КОМПЛЕКЦИЯ
- ПРОПОРЦИИ
- СИЛУЭТ
- РОСТ
- НЮАНСЫ

1

КОМПЛЕКЦИЯ



www.academy27.com

Комплекция отвечает за визуальное восприятие фигуры в целом.

Это «общая» степень масштабности фигуры.

Все комплекции можно разделить на 4 основных:

1. Худощавая

2. Нормальная

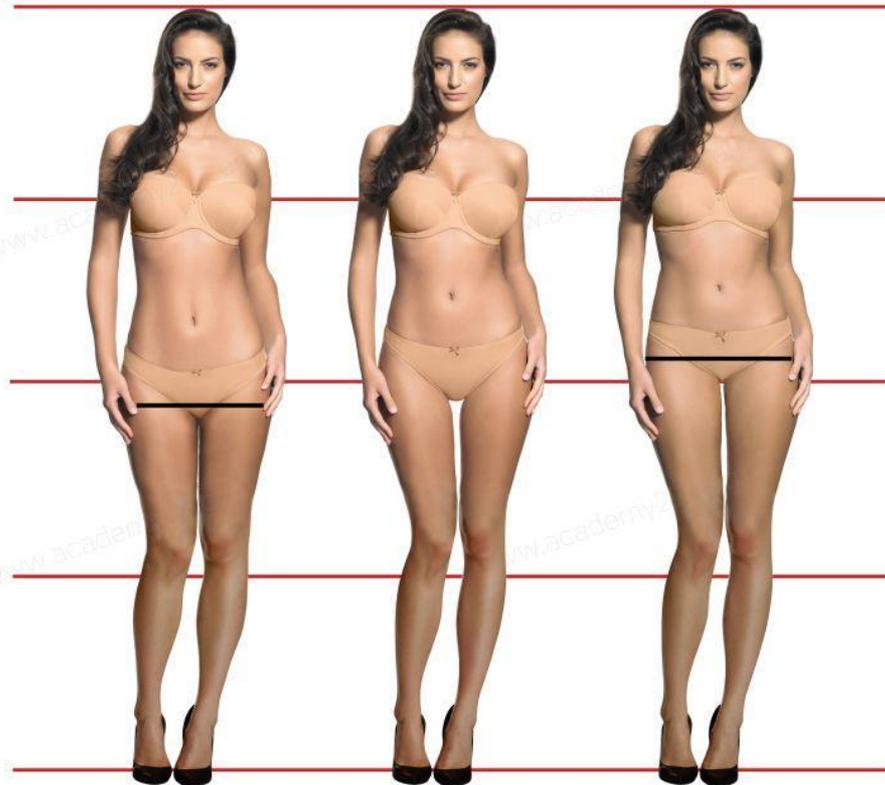
3. Плотная

4. Полная

2

ПРОПОРЦИИ

www.academy27.com



ХАРАКТЕРИСТИКА №2 ПРОПОРЦИИ

ЭТО СООТНОШЕНИЕ ДЛИНЫ НОГ К РОСТУ.

Различные пропорции дают разное восприятие!

Пример:

Две девушки невысокого роста одинаковой комплекции, но с разными пропорциями будут производить разное впечатление:

- Если ноги длиннее средней величины, то рост всегда будет казаться выше.
- Если ноги короче, то даже очень высокий рост будет казаться ниже.

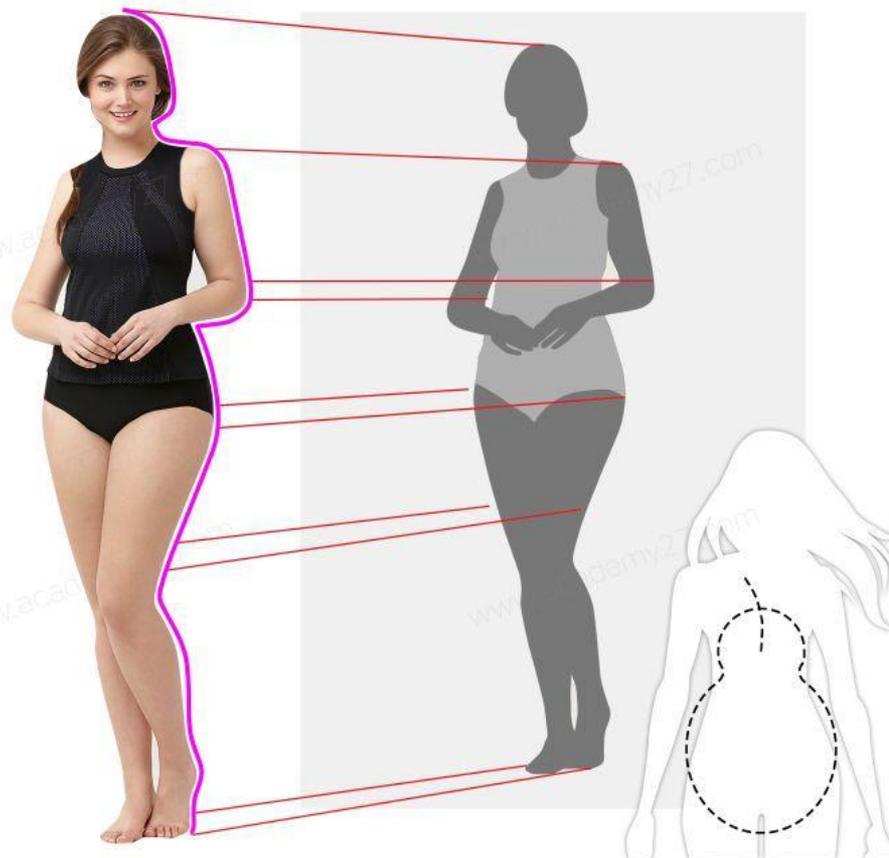
Есть несколько приемов сделать ноги визуально длиннее:

1. Каблук (особенно, если цвет брюк / колготок / кожи близок к цвету обуви).
2. Юбки и брюки должны быть с высокой посадкой или завышенной талией.
3. Платья силуэта «ампир».

3

**СИЛУЭТ
(ФОРМА ТЕЛА)**

www.academy27.com



ХАРАКТЕРИСТИКА №3. СИЛУЭТ

Силуэт — это проекция на плоскость очертаний фигуры. Поэтому в основе классификации типов фигур лежат не только измерения объемов груди, талии, бедер, а также — ширина бедер и плеч, степень выраженности талии, линия изгиба бедер и распределение жировых отложений.

В зависимости от полученной конфигурации

Выделяют 5 основных типов фигур:

«песочные часы», «яблоко/овал/круг»,
«прямоугольник», «груша/треугольник» и
«перевернутый треугольник».

4

POCT



www.academy27.com

ХАРАКТЕРИСТИКА №4. РОСТ.

приблизительная градация роста у девушек:

1. Обладательницами низкого роста принято считать «девушек-дюймовочек» – от 150 до 160 см;
2. Девушки ниже среднестатистического роста – от 160 до 164 см. (данный рост стремится к среднему);
3. Средний рост – от 164 до 167 см;
4. Девушки выше среднестатистического роста – от 167 до 170см;
5. Высокий рост – от 170 до 180 см;
6. Очень высокий рост – от 180-190см;
7. Девушки «баскетбольного роста» – от 190см и выше.

От 160 до 170 можно условно отнести к среднему росту. Все, что выходит за эти границы будет считаться или низким, или высоким ростом.

5

НЮАНСЫ
ФИГУРЫ



ХАРАКТЕРИСТИКА №5. НЮАНСЫ ФИГУРЫ

К индивидуальным нюансам можно отнести:

- Высокие или покатые плечи;
- Наличие и расположение животика;
- Грудь: большая / маленькая / низкая;
- Ягодицы: форма и размер (выступающие или плоские);
- Ноги: форма, полнота, длина.
- полные руки / худые руки
- короткую шею / длинная шея
- возрастные изменения фигуры и многие другие.

Все эти характеристики безусловно влияют на общее восприятие образа, поэтому необходимо уделять им особое внимание. Нюансы фигуры не обязательно будут являться проблемными, это просто моменты, которые не вписываются в общие стандарты. И при грамотном подходе и правильных фасонах они могут стать достоинствами.

Типы фигур

Выделяют 5 основных типов фигур:

«песочные часы»

«яблоко/овал/круг»

«прямоугольник»

«груша/треугольник»

«перевернутый треугольник»



— СИЛУЭТ —
«ПЕСОЧНЫЕ ЧАСЫ»



www.academy27.com

«ПЕСОЧНЫЕ ЧАСЫ»

Фигуру «Песочные часы» мы принимаем за эталон.

Это идеальные пропорции женского тела.

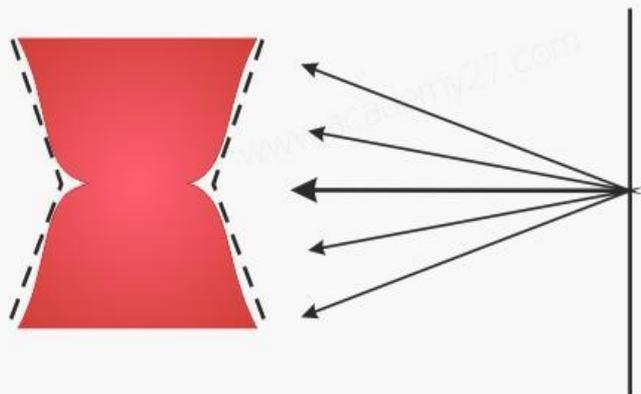
Характерная особенность этой фигуры:

объем бедер равен объему груди, и при этом имеется четко очерченная талия.

Даже при значительной прибавке в весе, вес распределяется пропорционально, преимущественно на бедрах и груди, талия ВСЕГДА остается четко выраженной

Лучше всего выбирать приталенные силуэты. Не возбраняются и облегающие платья, при отсутствии лишнего веса.

Подчеркиваем то, чем наградила природа!



1 ЗОНА, КОТОРАЯ
ТРЕБУЕТ ЯРКОСТИ



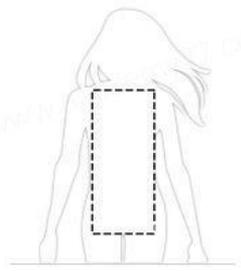
www.academy27.com



1. Облегающее платье с американской проймой (реглан);
2. Платье-футляр;
3. Платье-трапеция;
4. Платье с запахом и глубоким декольте;
5. Платье-рубашка с поясом;
6. Платье с драпировкой и глубоким декольте;
7. Платье с пышной юбкой в ретро-стиле;
8. Платье с поясом и расклешенной юбкой.

- Платье-футляр — идеальный выбор. Оно подчеркнет твою красивую талию. Вырез верха можно выбрать любой. А для девушек в теле лучше всего выбрать платье-трапецию с облегающим лифом, оно позволит скрыть небольшую полноту.
- Платье с запахом также отлично смотрится на стройных «песочных часах».
- Платье-рубашка. Такое платье может быть как прямым, так и расклешенным. Главное — подчеркнуть линию талии, что можно сделать с помощью ремешка.
- Девушкам с таким типом фигуры разрешается экспериментировать с драпировками и оборками, только без фанатизма.
- Расклешенные юбки из струящихся тканей с облегающим верхом — отличный вариант для тех, кто хочет больше свободы и легкости. Особенно хороши платья в ретро-стиле.

— СИЛУЭТ —
«ПРЯМОУГОЛЬНИК»



www.academy27.com



«ПРЯМОУГОЛЬНИК»

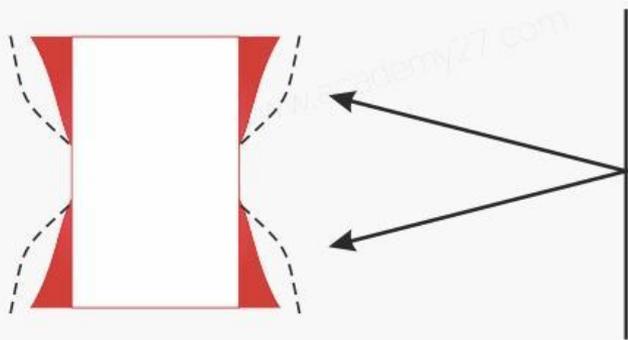
Часто представительницы этой фигуры склонны к полноте. Вес распределяется в районе талии, делая ее совсем незаметной, часто появляются «бочки» на талии. Однако, худея, девушки с таким силуэтом становятся намного ближе к идеальным «Песочным часам», чем остальные силуэты.

Характерные черты: Грудь и бедра примерно одной ширины, талия не четко выражена.

Комплекции «Прямоугольника»: Худощавая / нормальная / плотная.

Чтобы фигура больше напоминала форму «Песочных часов»:

- 1) Добавляйте небольшой объем на грудь и бедра;
- 2) Ставьте акцент на талии



2 ЗОНЫ, КОТОРЫЕ ТРЕБУЮТ
ОБЪЕМА ИЛИ ЯРКОСТИ



academy27.com



1. **Платье с завышенной талией в стиле «ампир»;** Такие платья приподнимают и подчеркивают грудь, а талия скрывается за складками
2. **Платье-футляр приталенного вида;** Тут важно выбирать не облегающие и не слишком приталенные модели. Лучше остановить свой выбор на прямом крае.
3. **Платье с запахом;** Такое платье создаст женственный и нежный силуэт, появится видимость талии, а фигура станет выглядеть более изящно.
4. **Платье-трапеция с круглым вырезом;** В таких платьях внимание от талии будет отведено и обращено на бюст, если выбрать модели с обтягивающим верхом.
5. **Платье-туника с овальным вырезом;** В таких платьях внимание от талии будет отведено и обращено на бюст, если выбрать модели с обтягивающим верхом.
6. **Платье-трапеция с воланами.**

Неплохими вариантами станут модели с юбкой «трапецией», «солнце», «тюльпан» или «карандаш».

Выбирая платья под фигуру «прямоугольник», стоит учитывать, что девушки со стройными ногами могут позволить себе более короткие юбки, чем девушки с полными ногами. При декольте не стоит выбирать платья с глубокими вырезами, особенно круглыми. Лучше остановиться на овальных или квадратных. Выбирать рукав так же нужно с осторожностью — рекомендуются короткие рукава или платья без рукавов.

Можно поэкспериментировать с рюшами, ассиметричными швами и линиями на груди. А широкие пояса и ремни позволят зрительно сузить талию

СИЛУЭТ «ГРУША»



www.academy27.com



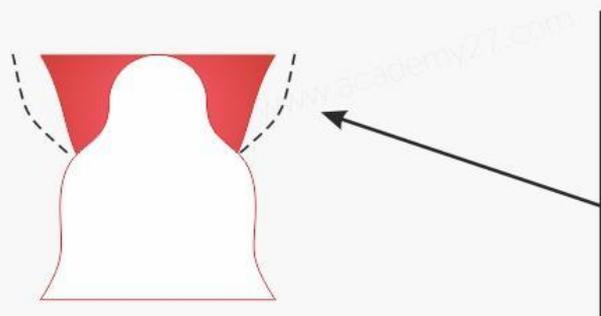
«ГРУША»
(НИЖНИЙ ТИП ФИГУРЫ)

Грушевидная фигура характеризуется следующими особенностями:
миниатюрный размер груди / хрупкие плечи / выраженная талия /
округлые бедра.

Характерная особенность данного силуэта — внушительный объем бедер, их пышная форма. И на контрасте — миниатюрная грудь, которой нужно придать объем. При наборе веса объем распределяется в нижней части фигуры (бедра, ноги).

Комплекции силуэта «Груша»: Худощавая / нормальная / плотная.

Чтобы уравновесить фигуру и приблизить ее к идеальной, надо добавить объем или акцентировать другими приемами верхнюю часть, подчеркивая при этом талию.



1 ЗОНА, КОТОРАЯ ТРЕБУЕТ
ОБЪЕМА ИЛИ ЯРКОСТИ

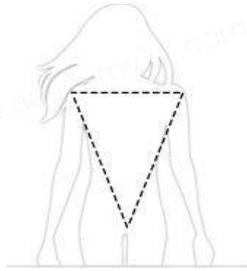


www.academy27.com



1. Платье со спущенными плечами; Такие платья выделяют бюст и помогут сделать плечи визуально объемней.
2. Платье с открытыми плечами и воланом на груди;
3. Платье-рубашка свободного кроя; Тут стоит остановиться на платьях свободного кроя и непременно использовать ремень.
4. Свадебное платье в стиле «ампир»;). Больше всего подойдет платье в греческом стиле длиной в пол и с глубоким декольте.
5. Платье-трапеция; скроет за своими складками объемные бедра и оставит акцент только на груди и плечах
6. Облегающее черное платье с овальным вырезом; Классика. Как известно, черный цвет стройнит, поэтому бедра в таком платье не будут казаться большими. А если выбрать достаточно открытый верх, то еще и выделит грудь и плечи.
7. Ретро-платье в готическом стиле; Остановится стоит на моделях с корсетом, широкой юбкой и ремешком
8. Платье с юбкой колокол и V-образным вырезом. выбирать стоит модели с завышенной талией

— СИЛУЭТ —
«ПЕРЕВЕРНУТЫЙ
ТРЕУГОЛЬНИК»



www.academy27.com

«ПЕРЕВЕРНУТЫЙ ТРЕУГОЛЬНИК» (ВЕРХНИЙ ТИП ФИГУРЫ)

Характерные черты: Широкие плечи / большая грудь / массивный корпус / узкие бедра.

Особенность силуэта «Перевернутый треугольник»: ширина плеч гораздо больше ширины бедер. При наборе веса объем появляется в верхней части тела (руки, плечи, грудь), а бедра и ноги остаются стройными.

Комплекции «Перевернутого треугольника»: Худощавая / нормальная / плотная.

Чтобы уравновесить фигуру и приблизить ее к идеальной, надо добавить объем или акцентировать другими приемами нижнюю часть, подчеркивая при этом талию.



1 ЗОНА, КОТОРАЯ ТРЕБУЕТ
ОБЪЕМА ИЛИ ЯРКОСТИ



Девушкам с этим типом фигуры стоит отнестись очень внимательно к выбору платья. Они обладают выраженными широкими плечами, тонкой талией и узкими бедрами. Разница между талией и бедрами выражена не сильно, ноги худые. Часто объемная грудь. Что же выбрать под такую фигуру? Самое важное правило при выборе наряда для любой фигуры, сделать ее пропорциональной. В данном случае необходимо зрительно увеличить бедра. Для этого стоит выбирать платья со следующими типами юбок: полусолнце, солнце, трапеция, плиссе, тюльпан.



1. Платье с юбкой-солнце, длинным рукавом и V-образным вырезом;
2. Платье-трапеция с длинным рукавом;
3. Платье с юбкой-плиссе и американской проймой;
4. Платье с баской чуть ниже талии придаст бедрам объем и фигура будет выглядеть пропорционально
5. Платье с рукавом $\frac{3}{4}$ и юбкой-полусолнце; Короткий рукав стоит избегать — он будет увеличивать и без того широкие плечи
6. Летящее платье с американской проймой.

СИЛУЭТ
«РОМБ»
(«ЯБЛОКО»)



www.academy27.com



«РОМБ» («ЯБЛОКО»)

Для «Ромба» характерны: Выразительная грудь / наличие животика / бедра и плечи примерно одной ширины.

Если у девушки или женщины присутствует животик, то правильнее будет отнести ее именно к «Ромбу», так как ей лучше всего подойдут рекомендации для этого силуэта. Именно животик является характерной особенностью данного силуэта. При наборе веса объем проявляется в первую очередь в районе живота и груди. Главными особенностями данного типа являются:

- слабо выраженная талия, часто выпирающий живот;
- объемы груди и бедер одинаковы;
- довольно стройные ноги;
- объемный бюст.

Такой силуэт смотрится достаточно тяжело, поэтому главная задача при выборе платья — скрыть недостатки, сделать фигуру изящней и женственней, зрительно вытянуть ее. Для этого нужно придерживаться следующих правил:

Самое узкое место у фигуры с таким силуэтом – зона под грудью.
Именно с ней и нужно работать.



1 ЗОНА, КОТОРУЮ
НУЖНО ПОДЧЕРКИВАТЬ



www.academy27.com



1. Платье-футляр прямого кроя;
2. Платье-трапеция;
3. Платье с завышенной талией;
4. Платье-рубашка в стиле сафари;
5. Платье прямого силуэта;
6. Платье с запахом и V-образным вырезом;
7. Платье-бюстье с юбкой-солнце;
8. Платье с юбкой «тюльпан».

- Конечно, стоит обратить свое внимание на платье-футляр. Но тут есть нюансы — оно должно быть строгим, без рукавов и с прямой юбкой.
- Платье-трапеция будет стройнить и скрывать все лишнее, но только если выбрать модель с приталенным силуэтом и пышной юбкой до середины бедра.
- Платье с завышенной линией талии (часто под грудь) скроет лишние сантиметры на животе и подчеркнут грудь.
- Платье-рубашка в сочетании с широким поясом или ремнем также подойдет для данного типа фигуры.
- Платье прямого кроя скроет живот и вытянет силуэт.
- Не возбраняется и платье с запахом. Главное не брать слишком облегающее.
- Платье-бюстье с юбкой-солнцем до колен сделает фигуру приближенной к «песочным часам».
- Модели с юбкой-тюльпаном также будут хорошо смотреться на такой фигуре, если выбрать при этом приталенный верх.

Не стоит выбирать слишком облегающее или слишком свободное платье. Остановись на золотой середине. При выборе ремня или пояса исключи тонкие — от них талия будет выглядеть больше. Форму декольте лучше выбирать V-образную. Она так же делает талию стройнее. Что касается рукавов, выбор стоит остановить на моделях без них и ни в коем случае не отдавать предпочтение «фонарикам», подплечникам и другим объемным фасонам.