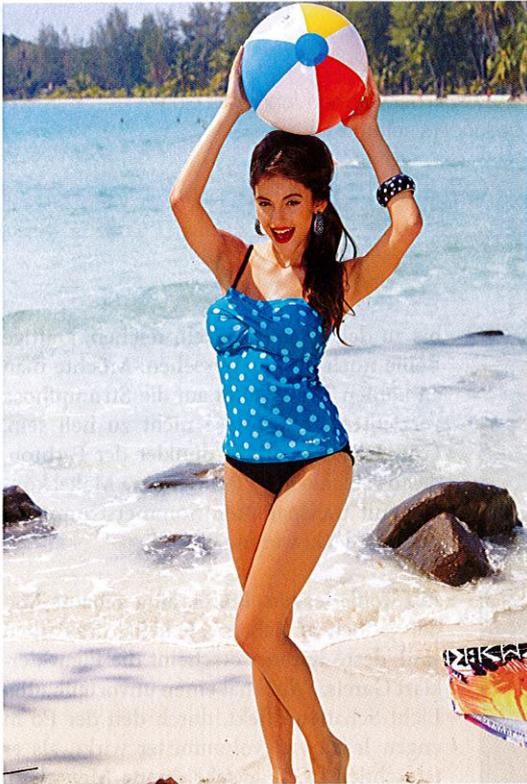


Sommer, Sonne, Bademode: Mit dem passenden Outfit im klassischen Marine-look macht der Strandbesuch richtig Spaß.

Schmeichelndes für warme Tage

So findet man das richtige Sommer-Outfit für jede Figur



© BECO

Tankinis liegen nicht nur im Trend, sondern kaschieren auch kleine Problemzonen.



© Venice Beach über lascana.de

Es wird bunt: Auffällige Prints machen Lust auf den Sommer.

Weiße Socken in Sandalen, hervorblitzende Stringtangas oder enge Tops, die ein paar Pfunde zuviel gnadenlos betonen: Wenn die Temperaturen steigen und die Kleider luftiger werden, fällt es schwer, die Figur vorteilhaft zur Geltung zu bringen. Experten erklären, wie man im Sommer Modesünden umgeht und Problemzonen geschickt kaschiert.

 Jessica Hellmann

Wir könnten den Sommer in vollen Zügen genießen, wenn wir uns keine Gedanken darum machen müssten, ob die Sonne unsere lästigen Problemzonen erst recht ins Licht rückt. Dabei lassen sich diese mithilfe einiger simpler Modetricks geschickt kaschieren. Bestes Beispiel ist der High-Waist-Look: „Taillenhohe Hosen und Röcke bringen die Proportionen optimal zur Geltung“, sagt Mode- und Stilberaterin Juliane Gareis. „Sie betonen die Taille, strecken die Beine und kaschieren sogar kleine Bäuchlein.“



© Andreas Ren, Bochum

Mode- und Stilberaterin Juliane Gareis.

A-Silhouette für schlanke Beine

Wer kräftige Beine hat, sollte Röcke mit A-Silhouette tragen. „Diese sollten in Höhe der Taille schmal geschnitten sein und nach

unten hin glockig auseinandergehen“, so die Stylistin. Vorteilhaft ist es, wenn der Rocksaum am Übergang zwischen Knie und Wade endet: Dadurch wirken die Beine schlanker. Im Gegensatz dazu lassen schmale oder konisch zulaufende Röcke, die lediglich



© bugatti GmbH

Blau- und Türkistöne machen Lust aufs Meer.





Gelb ist in der warmen Jahreszeit eine besonders gefragte Farbe.

© bugatti GmbH



In Wickelkleidern in Maxilänge machen Frauen im Sommer eine tolle Figur.

bis zu den Oberschenkeln reichen, kräftige Beine noch stabiler aussehen. Möchte man an kühlen Tagen nicht auf die Strumpfhose verzichten, sollte diese nicht zu hell sein. Grundsätzlich gilt: Je dunkler der Farbton, desto schlanker das Bein. Kleine Makel können mit transparenten Sommerstrumpfhosen überdeckt werden.

Auf weiße Jeans sollten kräftig gebaute Mädels jedoch verzichten. „Je heller die Farben sind, desto üppiger erscheint die Figur“, erklärt Gareis. „Weiß hat einen unvorteilhaften Licht-Schatten-Effekt, durch den der Po in engen Jeans viel voluminöser wirkt, als er tatsächlich ist.“ Für sehr dünne Menschen, die gerne kurviger wirken möchten, ist dieser Style hingegen gut geeignet.

Schönes Dekolleté dank Wickeleffekt

Wer obenrum ein wenig schummeln möchte, setzt auf Oberteile mit Wasserfallkragen oder Drapierungen, die den Busen größer erscheinen lassen. „Wickeleffekt-Blusen und Shirts mit V-Ausschnitt sind ebenfalls geeignet, weil sie nicht nur die Brust betonen, sondern gleichzeitig die Silhouette strecken. Das macht einen langen, eleganten Hals à la Audrey Hepburn“, erklärt die Expertin. Frauen, die einen üppigen Busen haben, sollten ihr Dekolleté ebenfalls mit Wickeleffekt-Oberteilen hervorheben. Gareis: „Man muss sich nicht verstecken. In der Regel wird man für ein schönes, großes Dekolleté beneidet.“ Weniger sinnvoll sind jedoch aufgesetzte Taschen im Brustbereich, die für zusätzliches Volumen sorgen würden.

„Auf keinen Fall will ich im Sommer Unterwäsche durch die Kleidung sehen“, sagt die Dortmunderin mit Nachdruck. „BH-Träger unter Tops, hervorblitzende Strings und vor allem Slips, die sich bei engen Hosen abzeichnen sind absolute No-Gos im Sommer. Schließlich gibt es eine große Auswahl nahtloser Wäsche, die unter jedem Kleidungsstück hervorragend aussieht.“

Ohnehin empfiehlt Gareis, in Sachen Mode keine Gleichgültigkeit walten zu lassen und das Styling nicht zu vernachlässigen: „Das Outfit sollte immer so angemessen sein, dass

© CINQUE

Leichte Kleider sowie transparente Tücher sind modische Hingucker und überdecken auch schon mal ein paar Pfunde zuviel auf den Hüften.



man sich nicht hinter dem Regal verstecken muss, wenn man im Supermarkt auf George Clooney trifft. Stattdessen sollte es möglich sein, ihm erhobenen Hauptes zu begegnen.“

Der Sommer wird bunt

Für einen kompletten Wohlfühl-Look ist es vor allem hilfreich, beim Anziehen den richtigen „Ton“ zu treffen. „Farben sind im Sommer das A und O“, ergänzt die Modeexpertin. Die Klassiker Schwarz, Grau oder Braun sollten in den kommenden Wochen im Schrank bleiben. Empfehlenswert sind hingegen Farben, die positive Assoziationen wecken. Türkis verbindet der Betrachter beispielsweise mit Wasser, Lagunen und Urlaubsparadiesen. Folgerichtig werden Türkis-Trägerinnen von ihrer Umgebung als fröhlich und erholt wahrgenommen. „Diese Farbe steht einfach jedem – man muss nur die richtige Nuance finden, die zum eigenen Typ passt.“ Mädels mit heller Haut wählen blasse Töne, während Herbsttypen eher auf Petrol setzen.

Wie in den vergangenen Jahren wird der Sommer auch 2016 wieder bunt. Vor allem Gelb ist in der warmen Jahreszeit gefragt. Aber Vorsicht: Die Sommerfarbe steht nicht jedem Mädels: Vor allem blasse Ladys sollten eher auf ein kräftiges, sattes Gelb setzen, während dunkle Hauttypen durchaus helle Töne tragen können.

Tailienhohe Hosen bringen die Proportionen optimal zur Geltung.

Ein Revival erleben derzeit die Fashion-Trends der 70er Jahre. Handtellergröße, auffällige Blumenprints sowie Maxikleider und Midiröcke sind heute für Fashionistas wieder ein Thema. Für kräftige Frauen ist dieser Trend sogar von Vorteil, da große Muster von kleinen Problemzonen ablenken.

Tricks für Pool und Strand

Obwohl der Stoff an Pool und Strand in der Regel eher knapp getragen wird, lassen sich

mit einigen Tricks auch dort Problemzonen kaschieren. Viele Frauen setzen beispielsweise auf Badeanzüge, weil diese einen streckenden Effekt haben. Alternativ kann man zu transparenten Tüchern greifen. Diese sollten – wie alle Beachwear-Elemente – farblich jedoch zur Bademode passen.

Juliane Gareis hält noch einen weiteren Tipp fürs geschickte Kaschieren bereit: „Mit Tankinis, deren Oberteile oben blusig geschnitten sind und in Hüfthöhe einen gesmokten Bund haben, lassen sich Problemzonen am Bauch hervorragend verstecken.“



A-Linienröcke betonen die Beine vorteilhaft.

© bugatti GmbH



Modebewusste Herren setzen im Sommer auf Badeshorts.

Die Herren der Schöpfung haben in Sachen Bademode eine wesentlich geringere Auswahl. Eine Entscheidung fällt zwischen der klassischen Badehose und weit geschnittenen Badeshorts. Männer, die keinen adonisgleichen Körper haben, greifen in der Regel zu Shorts. Diese dürfen auf keinen Fall zu eng sein. Wer vor der Freibadsaison ein wenig zugenommen hat, sollte in eine neue



Shorts stehen Männern mit guter Figur, können aber auch ein kleines Bierbäuchlein kaschieren.

© BECO

Hemden sollten auch im Sommer langärmelig sein.



© bugatti GmbH

Badehose investieren und sich nicht in die alte quetschen.

Bierbäuchlein verstecken

Im Alltag haben Jungs und Männer mehr Auswahl. Kleine Bierbäuchlein lassen sich immer sehr gut unter lockeren, weit geschnittenen T-Shirts verstecken. Wer auf Hemden steht, sollte jedoch möglichst lange Ärmel tragen – auch im Sommer. Gerät man(n) ins Schwitzen, ist lässiges Krempeln angesagt. Die kurzärmelige Version gilt als spießig.

Insgesamt können Männer durchaus mutig sein, meint Juliane Gareis: „Eine Jeans darf ruhig eng anliegen und die Figur widerspiegeln. Für kühle Tage empfiehlt sich auch eine knackige Lederjacke als rustikales Statement.“ Eins geht allerdings gar nicht: Socken in Sandalen zu tragen. Für jeden Modefreund gilt dieser Fashion-Fauxpas als absolute Todsünde.



© LTB

Für kühle Tage eignet sich eine knackige Lederjacke.

Wenn an warmen Tagen mehr Haut gezeigt wird, darf allerdings die Körperpflege nicht zu kurz kommen. „Unrasierte Beine oder

Achselhaare möchte im Sommer niemand sehen – das gilt auch bei Männern“, meint Gareis. Gepflegt und gut gestylt erntet man sicherlich auch das eine oder andere Kompliment. Dann macht der Sommer gleich viel mehr Spaß ...