

# BEAUTY-GEHEIMNISSE, DIE SIE SCHLANKER MACHEN

MIT DIESEN BEAUTY TRICKS STYLEN SIE SICH SCHLANKER UND  
SCHÖNER ALS JE ZUVOR

VON SERENA GOLDENBAUM



## TEIL 3 IHR STYLE

## WIE ALLES BEGANN

Sie fragen sich vielleicht „Eine Make-up-Artistin schreibt über Style und schlanker sein?“ Ja, genau! Denn jeden Tag sehe ich in meinem Job als Beauty-Coach, wie sehr das Aussehen den Menschen beeinflusst - und wie sehr einige Beautytools helfen können, sich selbstbewusst und voller Ausstrahlung zu fühlen.

Ich sehe, wie Frauen, die herausgefunden haben, was ihnen steht und sie gut kleidet, sich nicht mehr selbst in Frage stellen und fragen „Bin ich schön?“. Sie vergleichen sich nicht mehr mit anderen Persönlichkeiten, sondern erkennen vielmehr ihre eigenen Vorteile, Vorzüge und Einzigartigkeit - und stellen diese heraus.

Und da sind wir alle gleich.

Nicht nur ganz normale Frauen wie die Frau von nebenan, sondern auch gerade Stars und Topmodels setzen sich mit dem Thema Schönheit intensiv auseinander. Und gerade die Stars und Models - also diejenigen, die mit ihrem Aussehen Geld verdienen und das zu Ihrem Beruf gemacht haben -, haben ganz viele Fragen zum Thema Schönheit, Fashion, Style und Image. Lange Zeit haben Style- und Stilberater, Image- und Fashion-Coaches nur für die Prominenz beraten, aber schon mit meinem ersten Buch BEAUTY FOR YOU sah ich, dass auch die ganz normale Frau sich diese Fragen stellt:

Bin ich schön - oder was könnte mich noch schöner machen ?

Was steht mir, oder kann man meine Figur, meine Proportionen noch optimieren?  
Wie kann ich mich noch wohler in meiner Haut und in meinem Körper fühlen?

Und das ist ganz einfach, denn ich bin an Ihrer Seite und zeige Ihnen, was Ihnen steht und wie man sich am vorteilhaftesten kleidet

In meinem ersten Ratgeber BEAUTY aus der Serie BEAUTY SECRETS -SOFORT SCHLANKER WIRKEN ging es darum, sich schnell schön zu finden, genau so wie man jetzt ist. Und wie man sich mit ein paar Beauty- und Schmink-Tricks schnell frischer, schöner und auch schlanker schminken kann.

In dem zweiten Ratgeber FORMENSPRACHE konnten Sie lesen, wie Formen und Proportionen wirken und wie man diese nutzen kann, um den perfekten Haarschnitt, die ideale Brille, Frisur, Accessoires und die richtige Kleidung zu finden - sich also schlanker und stimmiger zu stylen.

In meinem dritten Ratgeber und Teil des Programms BEAUTY SECRETS - SOFORT SCHLANKER WIRKEN, geht es um Ihren Kleidungsstil, Ihren persönlichen Style.

Viele fragen sich, was ist eigentlich Stil und einige sagen „Stil hat man, oder man hat es nicht“. Aber ich sage: Ihr Style ist unabhängig von Ihrem Alter, Ihrer Figur, Ihrem Geschlecht oder Ihrem Gewicht. Ihr Style soll Ihre Persönlichkeit ausdrücken und zeigen, wer Sie sind.

Wie sagt man so schön: Der erste Eindruck zählt, um den Menschen zu zeigen, wer wir sind. Deshalb ist es wichtig, dass Ihr Style und Ihr optisches Image mit Ihrer Persönlichkeit übereinstimmt, damit Sie authentisch wirken.

Stil, Style und ein Image senden optische Signale, die ganz non-verbal wirken.



Deshalb ist die wichtigste Frage, um Ihren Stil zu finden:

„WER SIND SIE UND WAS MÖCHTEN SIE VON SICH ZEIGEN?“

Und da gibt es ganz unterschiedliche Dinge. Da gibt es zum Beispiel Kundinnen von mir, die sich nach ein, zwei oder drei Kindern und Haushalt nicht mehr als Frauen fühlen und sich wieder mehr Weiblichkeit wünschen.

Da gibt es Frauen, die sich im Beruf mehr Durchsetzungskraft und Ausdruck wünschen und die Ihre Kompetenz zeigen möchten.



Bitte machen Sie sich klar, dass jede Art von Styling, also der Style Ihrer Kleidung, Brille, Frisur, Schmuck, o.ä. einen Stil, Ausdruck und eine Message haben.

Ein schwarzes Designer-Outfit drückt natürlich etwas anderes aus als eine weite, sandfarbene Leinenhose, ein Kleid etwas anderes als ein Hosenanzug. Unterschiedliche Muster vermitteln einen anderen Eindruck als z.B. Karos, Streifen.

Und selbstverständlich senden auch Stoffe eine Message, Leder zum Beispiel eine andere als Seide.

Da kam z.B. eine Anwältin zu mir, die sagte, sie hätte das Gefühl, dass man sie nicht ernst nehme, wenn sie im Gericht Ihr Plädoyer halte. Sie würde gern mehr Kompetenz ausstrahlen. Vor mir stand eine wunderschöne Enddreißigerin mit langen offenen, blonden Haaren, schönen blauen Augen, langen Beinen und einem traumhaften grauen Kostüm mit kurzem engen Rock und hohen Pumps. Ein herrlicher Anblick! Ich konnte mir gut vorstellen, dass die Männer im Gerichtssaal sich bei einem solchen Anblick nicht mehr richtig konzentrieren konnten.

Wir erarbeiteten dann einen Look zusammen, der die Weiblichkeit dieser Frau zwar zeigt, aber etwas in den Hintergrund treten lässt und dafür andere Prioritäten setzt: Eleganz, Hochwertigkeit, Verlässlichkeit und Struktur. Damit auch die Worte der Anwältin gehört werden und nicht nur Ihre Äußeres „spricht“.

Diese Anwältin hat auch in einen schlichten, dunkelblauen (die Farbe symbolisiert Distanz, Konsequenz und Verlässlichkeit) Hosenanzug eine sehr gute und weibliche Figur gemacht, ohne aber die Männerwelt um Ihre Konzentration zu bringen.



Ein anderes Mal kam eine Frau zu mir, die im Bundestag arbeitet und dort eine sehr hohe entscheidende Rolle spielt. Sie fühlte sich aber zu klein hatte das Gefühl, Sie könne sich aufgrund ihrer Körpergröße schlecht durchsetzen. Vor mir saß eine zarte Frau mit weichen Locken, großen braunen Augen, einer geblühten weiten Hose und einem grob gestrickten Pulli, der lässig und sexy Ihre eine Schulter zeigte. Eine entzückende, liebenswerte und süße Frau!

Ich zeigte ihr dann, das ihr Kleidungsstil wunderbar passen würde, wenn sie Kindergärtnerin oder Lehrerin wäre, denn ihr Look strahlt Natürlichkeit und Nähe aus. Für eine Führungsposition wirkte ihr Look aber zu lässig und nahbar. Und begünstigte ihr Gefühl, sich nicht durchsetzen oder abgrenzen zu können.

Wir erarbeiteten dann einen klaren, etwas strengeren Look, der nach Außen mehr Distanz und Durchsetzungskraft hat und der Frau mehr Selbstbewusstsein gab, ihre Position auch in der Männerwelt konsequent durchzusetzen.



Erkennen Sie, wie sehr Styling und Stil mit Ihrem Empfinden zusammenhängen kann ?

Jedes Ihrer Kleidungsstücke und Accessoires erzählt eine Geschichte. Machen Sie Ihren Style zu einer Story über sich selbst. Zeigen Sie, wer Sie sind - und das in der besten Form.

Wie man das macht ??

## DIE WICHTIGSTEN SCHRITTE FÜR IHR SCHÖNSTES ICH

1. Mit meinen Beauty-Tipps betonen und bringen Sie das schönste in Ihrem Gesicht an sich hervor. Wir wollen Schwächen wie Augenringe oder Schatten im Gesicht schwächen und Stärken wie schöne Augen und schöne Lippen hervorheben.
2. Umgeben Sie sich mit Ihren Beauty-Farben, die lassen Sie frischer aussehen.
3. Seien Sie sich darüber bewusst, welche Formen und Kleidungsschnitte Ihnen stehen, also zu Ihrem Figur-Typ und Ihrer Proportion passen (das haben Sie ja jetzt gerade in meinem letzten Ratgeber FORMENSPRACHE herausgefunden). Das gibt Selbstbewusstsein.
4. Erkennen Sie Ihren Style und vor allem, was Sie damit ausdrücken wollen. Betonen Sie Ihre Individualität mit Accessoires.  
Stylen Sie sich und zeigen Sie der Welt, wer Sie sind.
5. Stellen Sie mit ein paar guten Basics eine Grundgarderobe zusammen, die sich gut kombinieren lässt (mehr dazu später).

# STYLE

## SOFORT SCHLANKER WIRKEN

### BEAUTY-FARBEN

VERWENDEN SIE IHRE BEAUTY-FARBEN, DENN DIE LASSEN IHR GESICHT SOFORT FRISCHER WIRKEN

Sind sie ein kühler Farbtyp mit eher rosigen Wangen - oder ein warmer Farbtyp mit rötlichen Reflexen im Haar und olivfarbener Haut? Dieser Unterschied entscheidet, ob warme Farben, wie Gold, Kupfer und Brauntöne Sie frischer erscheinen lassen, oder ob kühle Farbtöne, wie Rosé, Grau und Rosenholz Ihnen einen frischen Teint verleihen.

Man unterteilt bei einem Colour -Coaching in warme und kühle Farbtypen, um die Pigmente in Haut, Haar und Augen zu potenzieren.

Dem warmen Farbtypen stehen alle warmen Töne, wie Braun, Beige, Kupfer, Senfgelb, Grün, Orange und Gold.

Dem kühlen Farbtypen stehen alle kühlen Töne, wie Blau, Grau, Türkis, Rose, Flieder, Lila, Schwarz, Weiß, Beerentöne und Silber.

Es gibt allerdings auch Farben, die fast jedem stehen und das Gesicht frisch und ausgeruht aussehen lassen – und zwar diese:

- Ein TRANSPARENTER Puder fürs Gesicht.
- NUDE oder ein kühler, mittlerer GRAU / BRAUN Ton auf den Augenlidern oder am Wimpernrand
- SCHWARZ für die Wimpern.
- PFIRSICH als Rouge auf den Wangen
- ROSENHOLZ auf den Lippen.

Wird alles nur ganz leicht und dezent aufgetupft, wirkt das Gesicht deutlich frischer und um Jahre jünger, als ganz ohne Make-up. Probieren Sie es aus.

## DER RICHTIGE STYLE

MACHEN SIE IHREN PERSÖNLICHEN STIL ZUM SIGNATURE LOOK, ZU IHREM MARKENZEICHEN - EGAL WIE IHR GEWICHT ODER IHRE SILHOUETTE IST

Jeder Mensch hat seinen eigenen Stil. Viele haben ihn bloß noch nicht an sich entdeckt. Doch wenn Sie genau hinschauen, dann zeigen Ihre Körperform, Ihre Vorlieben und Ihre Lebensgewohnheiten schon sehr viel von Ihnen. Jeder hat bestimmte Vorzüge, die herausgearbeitet werden können.

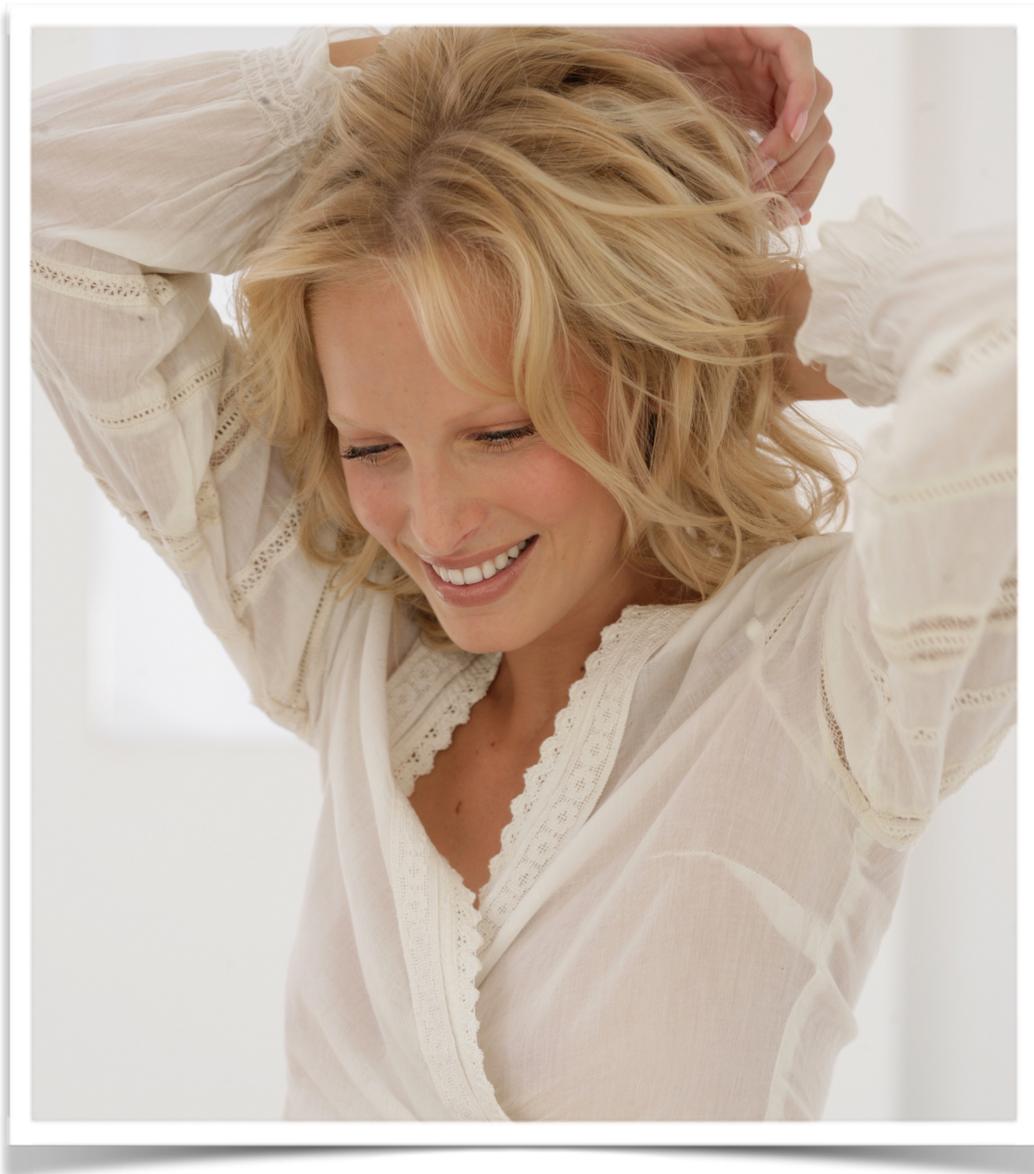
Verlagern Sie Ihren Fokus: Einige ärgern sich vielleicht über ein kleines Bäuchlein, haben dafür aber ein tolles Dekolleté. Andere wären gern etwas größer, haben dafür aber tolle Beine, die gezeigt werden sollten.



In meinen 30 Jahren Beauty-Erfahrung habe ich noch keine Frau getroffen, die nicht irgendetwas an sich aussetzen hat. Aber auch noch keinen Menschen, der nicht irgendetwas schönes an sich hat.

Deshalb rate ich meinen Kundinnen: Lenken Sie den Fokus auf die schönen, tollen Dinge an Ihnen und heben Sie diese hervor – lassen Sie sie zu Ihrem Signature Look werden. Ihr Style ist Ihre Visitenkarte, Ihr Image.

Mancher Mann mit lichter werdenden Haar wird zum Beispiel für seine Experimentierfreudigkeit mit Hüten und Mützen gelobt. Also: Verwandeln Sie kleine Schwächen in Stärken und zeigen Sie, wer Sie sind!



Wie ist Ihre Körperform, was steht Ihnen am besten, welche Farben passen zu Ihrer Pigmentierung? Mögen Sie einen kreativeren Kleidungsstil, spielen Sie gern mit Mode? Oder lassen sie lieber Worte sprechen und bevorzugen Sie den puren Stil. Sind Sie sportlich und mögen es bequem - oder möchten Sie lieber Ihre weibliche oder mädchenhafte Seite zeigen?

Kurz: Wer sind Sie – und was möchten Sie der Welt von sich zeigen? Gehen sie nicht als graue Maus unter, sondern zeigen Sie der Welt wer Sie sind. Nur Mut, es gibt viele Berater, die Ihnen dabei helfen können, Ihre Persönlichkeit durch Ihre Kleidung sprechen zu lassen.

Ja, ich weiß, es erfordert etwas Mut der Welt zu zeigen, wer wir sind. Und ja, es ist nicht in einer Woche getan. Ich sehe es deshalb mehr als eine Reise zu sich selbst.



Wie und womit wir uns kleiden, zeigt in welchem gesellschaftlichen Umfeld wir uns bewegen, und was für versteckte Stil-Codes es dafür gibt. Im Business gelten zum Beispiel andere Regeln (keine freien Arme, Saumlänge, nicht zuviel Dekolleté, etc.) an die man sich anpassen sollte, als wiederum in der Freizeit.

Um Ihren Style zu definieren, gibt es viele Dinge, über die Sie sich Gedanken machen sollten. Damit komme ich zurück zu meiner wichtigsten Frage:

„WER SIND SIE UND WAS MÖCHTEN SIE VON SICH ZEIGEN?“

Was ist typisch für Sie? Was könnte Ihr Erkennungsmerkmal sein?

Bei einigen Menschen sind das die Haare, Augen oder auch ein Stilelement wie z.B. bunte Turnschuhe oder Hüte.

Ich habe mich z.B. einmal für eine Faschingsparty als ältere Frau geschminkt. Jedes kleine Fältchen nachgemalt und meine Haare grau besprüht und zu einem Knoten im Nacken gebunden und die für mich so typischen Ohrringe entfernt.

Ich dachte ja, dass meine Figur mein größtes Erkennungsmerkmal ist. Aber dem war nicht so. Es hat mich nämlich tatsächlich niemand mit grauen, glatten hochgesteckten Haaren erkannt. Wirklich! Und das waren ziemlich viele Menschen, mit denen ich vorher schon vier Wochen ganz eng auf Tournee gereist bin. Aber mein größtes Merkmal, meine lockigen Haare, waren weg - und viele haben mich nur noch an meiner Stimme erkannt. Eine wirklich sehr spannende Erfahrung - natürlich auch am Abend wieder alles abwaschen zu können und die kleinen Tricks anzuwenden, die mich jünger aussehen lassen ;-)) Schauen Sie selbst auf meinem Instagram Foto:



Viele Prominente haben so starke Erkennungsmerkmale, wie z.B. der Eyeliner von Sophia Loren, die Haarfarbe von Marilyn Monroe, der Leberfleck von Cindy Crawford, die Augenbrauen von Cara Delevigne ...

Unsere Kleidung versteht sich als eine Verlängerung und ein Ausdruck unseres Selbsts. Um sich darüber bewusst zu werden, was das ist, sollten wir uns klarer über uns selbst werden - denn dann entsteht wahres Selbstbewusstsein.

Welcher Kleidungsstil passt am besten zu Ihrer Persönlichkeit, zu dem etwas Sie über sich erzählen und zeigen möchten? Was passt zu Ihrem Beruf, Ihrem Job und Ihrer Position? Und repräsentieren Sie mit Ihrer Kleidung ein Unternehmen (Stichwort: Dienstkleidung)?

## WIE MÖCHTEN SIE WIRKEN ?

### NATÜRLICH / SPORTLICH

Sie mögen es natürlich, sportlich und am liebsten bequem? Ich auch, aber zu lässig kann auch schnell nachlässig wirken - und mit Jeans und T-Shirt zu Turnschuhen wird man eher als Studentin denn als als Führungspersönlichkeit wahrgenommen.

Zeigen Sie, dass Sie sich pflegen und es sich wert sind. Ein bisschen Lipgloss und Wimperntusche kann noch nicht "too much" wirken, macht Sie aber zu einer gepflegten Erscheinung. Jogginghose oder Outdoor-Klamotten, wie Trekking-Schuhe und -Hosen sind tatsächlich für die Natur und Freizeit gemacht. Wenn Sie flache Schuhe mögen, ist gerade jetzt die beste Zeit zum Shoppen, denn es gibt derzeit Ballerinas, Sandalen, Schnürschuhe und Sneakers in bunten Farben, die nicht zu sehr nach Sportschuh aussehen.

### FEMININ

Sie möchten mehr Weiblichkeit ausstrahlen, ohne zu sexy oder girly zu wirken? Dann betonen Sie eine Ihrer schönsten weiblichen Seiten: entweder Ihr Dekolleté mit schönen Ausschnitten oder Ketten, Ihre Beine oder eine schöne Taille. Fließende und weiche Stoffe passen sich Ihrer Figur an und betonen sie auf natürliche Weise. Kleider, Röcke, längere Haare, Wellen, Accessoires, wie verschiedene Ringe, Armbänder oder Ohrringe und etwas Make-up lassen jede Frau femininer und weiblicher aussehen, ohne gleich zu aufreizend zu sein.

## KLASSISCH / SERIÖS / KOMPETENT

Erfordert Ihr Beruf, dass Sie klassisch und seriös wirken? Mit dunklen Farben, Blazer, Blusen, Hosen oder Röcken lassen sich klassische und repräsentative Outfits erstellen. Edle Stoffe, gute Schnitte und Marken, die für Tradition stehen, lassen Sie seriös und kompetent wirken. Accessoires wie eine hochwertige Lederhandtasche, dezenter, aber hochwertiger Schmuck, eine Brille, ein tadelloses Make-up, guter Haarschnitt und optimale Haarfarbe sind Pflicht. Klassische Kompetenz kreiert man mit den Farben Dunkelblau, Beige, Grau, Weiß Kaschmir und Seide. Es lohnt sich in Marken zu investieren. Denn Kleider machen Leute und das besonders in Führungspositionen achten die anderen genau darauf was und von wem Sie etwas tragen. Nicht zu teuer und auch nicht zu billig sollte es sein. Das schafft Respekt, den Sie sich verdient haben.

## PURE / KOSMOPOLITISCH

Sie mögen gerade und klare Schnitte ohne Schnörkel? Möchten zeigen, dass Sie sich mit Kunst und Design auskennen? Nicht zu der großen Masse gehören und sich etwas absetzen wollen? Dann konzentrieren Sie sich auf die Grundfarben, geometrische Formen und geradlinige Schnitte. Designer-Einzelteile, asiatische Stile, sowie schlichter und sparsam eingesetzter Schmuck in außergewöhnlichen Formen kreieren Individualität und Design. Hochwertige Schuhe, Brillen und Taschen komplettieren einen unverwechselbaren und künstlerisch wirkenden Look.

## KREATIV / UNKONVENTIONELL

Extreme Farb-, Stoff- und Schnittkombinationen, Mustermix, viel und außergewöhnlicher Schmuck lassen Sie kreativ und unkonventionell wirken. Sie spielen gern mit Mode und möchten sich jeden Tag aufs neue über Ihre Kleidung ausdrücken und erfinden. Auch schwarz kann eine gewisse Dramatik haben, wenn die Farbe mit unterschiedlichsten Accessoires gestylt wird. Drama und Individualität kann sich auch in Form von extremeren Frisuren, Haarfarben, Brillen, Lippenstiften und Augenbrauenformen ausdrücken. Sie haben Spaß am Styling und an Inszenierungen und sollten Sie zeigen, wieviel Spaß Sie daran haben.

## HIPPIE / FREE SPIRIT

Sie lieben die Natur und träumen von Freiheit und einer unkonventionellen Lebensweise? Sie mögen die 70er und lässige, feminine und romantische Muster, weite Schnitte, Fransen und abgeschnittene Jeans? Dann werden Sie sicher auch in den vielen Vintage-Boutiquen tolle Einzelstücke finden, die sich mit vielen verschiedenen Armbändchen, Ringen, Hüten und Ohrringen kombinieren lassen.

## TREND

Immer wieder schwirrt das Wort Trend auch durch den Raum. Aber wie entsteht ein Trend und sollte man wirklich jedem Trend folgen? Für mich steht die Individualität und Authentizität des Trägers und der Ausdruck seines Selbsts an erster Stelle. Ich finde es herrlich und wunderschön, wenn Menschen sich authentisch ausdrücken. Ob als Punk, Rocker, Lady oder ganz traditionell. Immer sehe ich die ganze Persönlichkeit in einer Erscheinung. Ist jemand mutig oder eher unsicher, verspielt oder strukturiert. Aber ich liebe Mode und die vielen verschiedenen Trends. Ich sehe sie als Anregung und Inspiration und als Spiel mit Farben und Formen, um manchmal in Rollen abzutauchen und darin zu schwelgen.

Ist es nicht herrlich, was sich die ganzen kreativen Designer jede Saison wieder einfallen lassen, damit wir genügend Spielraum haben, um uns auszudrücken.

Ich gehe nach dem Motto „ alles kann, nichts muss“. Also, suchen Sie sich das aus, was Sie mögen und worin Sie sich wohlfühlen. Punkt. Lassen Sie sich nicht vorschreiben, was Ihr Trend ist, aber inspirieren ist ok, oder?



Wer liebt nicht das Gefühl sich für einen Event richtig „auf zu stylen“ und sich anders zu fühlen als im Alltag?

Ich empfinde Mode als Ergänzung zu einem Style. In den vielen Modezeitschriften und Schaufenstern finden Sie viele Beispiele und Styling Möglichkeiten, wie man Kleidungsstücke modisch und modern kombinieren kann. Werden Sie kreativ, aber nicht zum Trendjäger. Der Sinn steckt im Detail und der Liebe dazu. Manchmal ist es ein auffallender Nagellack in Neonfarbe, manchmal aber auch eine ganz neue Taschenform, Stoffe oder Materialien.

Versuchen Sie, nie ganz aus der Mode zu kommen. Das gelingt ganz einfach mit einigen Basic-Kleidungsstücken, die Sie mit modischen Accessoires, wie Taschen, Schuhe, Schmuck und Make-up immer wieder aufwerten und verändern können.

"AUF JUNG ZU MACHEN, KANN SEHR ALT MACHEN"  
- KARL LAGERFELD

## STYLING DER STYLE-TYPEN

ZEIGEN UND BETONEN SIE IHRE EINZIGARTIGKEIT

### STYLE-TYP NATÜRLICH / SPORTLICH

ALLES WAS GUT AUSSIEHT SOLLTE AUCH BEQUEM SEIN.  
ABER NICHT ALLES WAS BEQUEM IST, SIEHT AUCH GUT AUS.

Prominente Style-Typen:

Lauren Hutton, Jennifer Aniston, Julia Roberts, Claudia Schiffer

Diese Style-Typen mögen es bequem und unkompliziert. Ob Boyfriend-Jeans, Jeansrock oder Hemdblusenkleid: Mit ein paar wenigen Style-Elementen lässt sich ein lässiger Look kreieren, der bequem und trotzdem modern wirkt. Kleider oder Röcke können mit flachen Sneakers getragen werden - oder alternativ mit bequemen Wedges im Espadrille-Look. Offizieller wird es mit Blazer, Chino, Pullover und Ledertasche.

## MUST-HAVES :

Jeans in allen Variationen. Als Hose, Kleid, Rock und Hemd, je nach Figur-Typ  
Hemdblusenkleid  
Ringel, Streifen, Karos  
schlichte, gerade Schnitte, je nach Figur-Typ  
schlichte T-Shirts in guten Schnitten - je nach Figur- Typ  
taillierte Blusen  
Chinos  
Jersey Blazer oder Blouson statt Outdoor-Jacke  
Trench oder Dufflecoat statt Anorak  
Sneakers in modischen Farben  
große Taschen mit Platz für viel Inhalt  
Cross-Body-Bags  
sportliche Uhren, Chronographen, Retro-Uhren  
zarter Schmuck  
getönte Tagescreme  
Creme Rouge  
Lipgloss  
Wimperntusche

## STYLE-TYP FEMININ

ZEIGEN UND GENIEßEN SIE, DASS SIE EINE FRAU SIND

Prominente Style-Typen:

Jenifer Lopez, Barbara Schöneberger, Heidi Klum

Schmücken Sie sich mit kleinen femininen Details, das betont die Weiblichkeit, ohne überladen zu wirken. Betonен Sie höchstens zwei Accessoires. Die Liebe steckt im Detail, wie z.B mit mehreren langen Ketten, mehreren Armreifen, langen Ohrringen, Creolen, Schals, Tüchern. Spitze Pumps mit schmalen Absätzen im "Sixties Look", Volants, Rüschen, fließende Stoffe sowie Pastellfarben, Nudetöne, gepuderte Töne verleihen Ihnen einen femininen Look.

Experimentieren Sie mit floralen oder Leo- Mustern - keine Angst: Wie gesagt, die Spannung steckt im feinen Detail. Das kann auch nur eine Tasche oder Schal sein.

Wählen Sie eine Boho Bag/ Beutelatsche aus weichem Leder und für das feminine Gefühl Spitzenunterwäsche und kurze Nachtkleidchen aus Seide oder weicher Viskose. Sie werden sich weiblicher und femininer fühlen, als im Schlüpfer aus Baumwolle. Probieren Sie es mal aus.

Nagellack und weich geschminkte smokey Eyes lassen Sie sinnlicher aussehen, und eine Wimpernzange betont schöne Wimpern. Experimentieren Sie mit Gloss in Nude oder Beerentönen. Und probieren Sie mal, ob sich in Ihre Haare Wellen kneten lassen - oder föhnen Sie sie mit viel Volumen und aufspringenden Spitzen.

### MUST-HAVES :

florale Muster, kleine Blümchen Muster  
Paisley  
Punkte  
Animal Prints  
Spitze  
Volants, Rüschen, Raffungen  
Spitze Schuhe, schmale Absätze, Pumps  
Wickelkleider  
Röcke  
Lange, filigrane Halsketten und Ohrringe  
weich fließende Stoffe, wie Chiffon, Seide, Viskose, Kaschmir  
Boho Bags / Beuteltaschen  
zarte, echte Uhren, Vintage-Schmuck  
Kajalstifte in Bronze, Mauve oder Khaki - je nach Farbtyp  
Wimpernzange  
Lipgloss  
Nagellack auf den Zehennägeln

## STYLE-TYP KLASSISCH / SERIÖS / KOMPETENT

LIEBER SELTEN, DAFÜR HOCHWERTIG EINKAUFEN GEHEN

Prominente Style-Typen:

Hillary Clinton, Angela Merkel, Kate Middleton, Carla Bruni, Jil Sander

Legen Sie Wert auf sehr edle, zeitlose Materialien, wie Wolle, Kaschmir, Seide und Viskose und Marken. Das unterstreicht ein Wertebewusstsein, lässt Sie edel und elegant wirken und nicht spießig. Klassische, dunkle Farben geben Hosenanzügen, Kostümen, Kleidern und Hosen eine kompetente und offizielle Ausstrahlung, die sehr repräsentativ wirkt.

Diese Style-Typen brauchen perfekte Schnitte, gut sitzende, edle Schuhe und Taschen von exklusiven und Namenhaften Herstellern. Pullover, Twinsets und Cardigans, die sich edel und wertig anfühlen. Eleganten und teuren Schmuck, wie Perlen, Armbanduhren, Ringe oder Armbänder.

Make-up und Frisur sollten dezent aber sehr bewusst eingesetzt werden. Weniger ist hier mehr.

### MUST HAVES:

dunkle Farben

Kamel, Creme farben

Ton-in-Ton-Kombinationen

gedeckte Farben

edle Stoffe wie Wolle, Kaschmir, Seide, Viskose

gerade und figurnahe Schnitte

Etui Kleider

Cardigans, Strickjacken

Qualität

Trenchcoat oder Wollmantel

hochwertiger Schmuck, Schuhe und Taschen

hochwertige Sonnenbrille

hochwertige, gepflegte Schuhe

eine gute, aufrechte Haltung  
exzellente Umgangsformen  
Make-up, um einen tadellosen Teint zu kreieren  
Augenbrauenstift  
Wimperntusche  
Lippenstifte in klaren Farben, z.B. softem Rosé oder edlem Nude

## STYLE-TYP PURE / KOSMOPOLITISCH

KLARES DESIGN UND KLEINE EYECATCHER MACHEN SIE  
UNVERWECHSELBAR

Prominente Style-Typen:  
Sharon Stone, Tilda Swinton,

Der pure, kosmopolitische Style kann leicht androgyn wirken und hat oft einen asiatischen Touch. Er zeigt sich oft in der Künstlerszene bei Architekten, Designern, Galeristen, Schauspielern und Menschen, die mit Kunst und Design zu tun haben. Mit diesem Style möchte man einen klaren Kontrast zum Mainstream setzen und sich von dem „Normalem“ abheben.

Hier zählen reduzierte und oft asymmetrische, klare Schnitte mit spannenden Details, die oft als Eyecatcher wirken. Taschen, Schmuck und Schuhe sind meist geometrisch mit außergewöhnlichen Formen und Farben. Ihr Make-up sollte natürlich und dezent sein, könnte aber Eyecatcher, wie einen breiten schwarzen Eyeliner oder matte Lippen in klaren Farben haben.

### MUST HAVES:

klassische Farben  
klare Farben, je nach Farb-Typ  
Ton in Ton  
Hell-Dunkel-Kombinationen, starke Kontraste  
edle Stoffe  
außergewöhnliche-, futuristische Materialien, wie Metal, etc.  
Signalfarben als Accessoires

avantgardistische Schnitte mit Design-Details  
Ketten, Ohringe und Ringe in geometrischen Formen  
Schuhe und Taschen mit außergewöhnlichen Formen und Farbkombinationen  
Elemente aus der Männermode  
große, runde Uhren  
Klare Haarschnitte oder Hairstylings  
Strenge Frisuren, wie zurückgeeeelte Haare oder Pferdeschwänze  
exklusive Hautpflege  
Augenbrauenstifte  
Wimperntusche  
Eyeliner  
Lippenstifte, Nagellack in klaren Farben, oder farblos

## STYLE-TYP KREATIV / UNKONVENTIONELL

EXTRAVAGANZ IST IHRE ELEGANZ

Prominente Style-Typen:

Gwen Stefani, Vivienne Westwood, Madonna, Iris Apfel

Der kreative Style-Typ liebt es, anders zu sein, und zeigt das gern seinem „Publikum“: extravagant, unkonventionell, originell, dramatisch und manchmal provokant. Sie lieben den Auftritt und planen Ihre Garderobe genau zu dem passenden Event. Gut so, denn jeder ist Künstler auf seiner eigenen Lebensbühne!

Sie kreieren gekonnt Stilbrüche durch Mustermixe, Schmuck und Accessoires und geben Ihrem Outfit dadurch eine ganz individuelle Note. Suchen Sie sich einen kompetenten Schneider, der Ihre Outfit-Ideen durch einige individuelle Einzelstücke bereichert.

### MUST HAVES:

Trendbewusstsein

Mustermix in alle Farbrichtungen

Materialmix

Schwarz als Kombifarbe und Kontrast zu starken Farben

asymmetrische Schnitte  
Fransen, Nieten, Federn  
Fantasie-Muster und Prints  
Fake Fur  
plakativer Schmuck  
Schuhe und Taschen mit ausgefallenen Details  
extravagante Sonnenbrillen  
ein Augenbrauenstift für die perfekte Augenbrauenform  
Puder gegen Hautglanz  
fabige Kajalstifte für die Augen  
Lippenstifte in unterschiedlichen Rottönen  
Nagellack

## STYLE-TYP HIPPIE / FREE SPIRIT

MAKE LOVE NOT WAR

Prominente Style-Typen:

Sienna Miller, Kate Hudson, Kate Moss

Dieser Style-Typ wirkt sehr mädchenhaft und bekommt einen coolen Bohemian-Touch durch einige Elemente aus den 70ern, ausgestellte Hosen, lange Blusen, Volants, Plateau-Schuhe, Hüte und Vintage-Klamotten. Tagen Sie Ihre Haare offen mit weichen Wellen, oder ganz sleek geglättet. Ein Pferdeschwanz sieht cool aus im 60s-Style mit Hinterkopf und Pony Fransen á la Brigitte Bardot. Ihr Make-up sollte frisch und mädchenhaft sein, aber nie überladen oder maskenhaft.

### MUST -HAVES:

ausgestellte Jeans  
abgeschnittene Jeans-Shorts  
Jeans-Miniröcke  
Lederröcke  
Lederjacken  
Stiefel  
Gladiatorsandalen

Fransen  
weite Oberteile  
große Ohrringe  
viele Armbändchen und Ringe  
Hüte und Mützen  
getönte Tagescreme  
Selbstbräuner  
Bräunungspuder  
Creme Rouge  
shimmer creme für den Glow  
Wimperntusche  
Lipgloss



Haben Sie einmal Ihren Style gefunden und wissen, was Ihnen steht, wird es ganz einfach. Jetzt geht es an den

## GARDEROBEN-CHECK IM SCHRANK

Impuls- und Fehlkäufe können Sie vermeiden, wenn Sie sich wirklich im Klaren über Ihren Schrank und Ihre Kleidung sind und ein klares Konzept haben:

1. Einheitliche Bügel lassen Ihren Schrank und Ihre Kleidung gleich viel hochwertiger aussehen.
2. Sortieren Sie die Farben aus, die Sie NICHT frischer, jünger aussehen lassen und Ihnen nicht stehen.
3. Sortieren Sie Kleidung rigoros aus, die Ihnen jetzt und in diesem Moment nicht mehr passt. Sie können Sie gern in eine Kiste sortieren für spätere Zeiten.
4. Passt die Kleidung zu Ihrer Figur, Proportion, Figur-Typ?
5. Passt die Kleidung zu Ihrer Lebenssituation? Ihren Job? Dem was Sie von sich zeigen möchten?
6. Sortieren Sie Kleidungsstücke nach Gruppen, z.B alle Blusen hintereinander, alle Pullover, alle Hosen und alles von hell nach dunkel. So können Sie erkennen, dass Sie vielleicht 10 weiße Blusen, aber nur zwei farbige Oberteile haben. Machen Sie eine Liste der Teile, die Ihnen fehlen. Das hilft und gibt Struktur, auf der Shoppingtour.
7. Hängen Sie alle Taschen, Ketten, Schals und andere Accessoires auf, um einen Überblick über Anzahl, Farben und Art zu bekommen. Was könnte man womit kombinieren, was fehlt?
8. Sortieren Sie fehlerhafte und schlecht sitzende Schuhe aus. Könnte ein Schuster evtl. noch etwas retten ?
9. Unterteilen Sie Business-, Freizeit- und Ausgehkleidung
10. Schauen Sie jetzt, was noch übrig ist. Schreiben Sie auf, was Ihnen fehlt, und gehen Sie dann mit Konzept shoppen.

## BASICS

### ZEITLOSE STÜCKE, DIE JEDE FRAU HABEN SOLLTE

Sie haben ordentlich aussortiert und es ist kaum noch etwas in Ihrem Kleiderschrank übrig? Dann habe ich hier einen ganz effektiven Einkaufsleitfaden für Ihre neue Garderobe: Diese Basics sollten sich in Ihrem Schrank befinden, denn mit wenigen Basisteilen kann man viel kombinieren und sich eine alltagstaugliche Grundgarderobe zusammenstellen.

## T-SHIRT

### UNI, WEISS ODER CREMEFARBEN

Ein schlichtes T-Shirt ist immer wichtig und vielseitig einsetzbar. Ob ganz lässig zu Jeans oder Chino-Hose, unter einem Blazer oder Strickjacke, in Weiß oder Creme (je nach Farbtyp) lässt sich perfekt kombinieren - und Sie sofort frischer aussehen. Achten Sie auf den richtigen Ausschnitt - je nach Gesichtsform.

## SHIRT / BLUSE / PULLOVER

### MIT LANGEN ARMEN

Ein hochwertiger Pullover sieht immer edel und feminin aus. Lieber kaufe ich nur ein Strickteil im Jahr, gebe dafür aber lieber mehr Geld aus. Der Unterschied ist wirklich auffallend und verändert viel. Der Pullover sollte so weich sein, dass man ihn gern anfässt. Achten Sie darauf, dass Ihre Pullover keine Knötchen haben, das wirkt sofort ungepflegt und billig. Peellings lassen sich gut mit einer speziellen Bürste entfernen. Je nach Figur-Typ kann der Pullover kurz und mit Bündchen, tailliert, oder ohne und mit geradem Bündchen bis über die Hüfte gehen.

## CARDIGAN / LÄNGERE STRICKJACKE

Mit einer längeren Strickjacke / Cardigan lassen sich vollere Hüften und ein Bäuchlein gut kaschieren, wenn Sie dunklere Farben wählen. So ein Cardigan ist der perfekte Ersatz für eine Jacke oder Mantel, den man immer dabei haben kann, wenn es mal frisch wird.

Dem femininen Style Typ gibt er ein bisschen italienisches Flair, für den sportlichen Style Typen sieht ein Boyfriend Cadigan toll aus.

Tragen Sie Ihren Cadigan offen, dann schmälert er Ihre Silhouette.

## GLITZERTOP

Sie wollen ein offizielles Büro-Outfit schnell verwandeln, um am Abend nicht zu offiziell oder sportlich auszusehen? Dann stecken Sie ein Glitzertop in Ihre Handtasche, denn damit lässt sich jede Hose und jeder Rock - egal ob Jeans, Chino oder klassisch schwarz - schnell zum Abend-Outfit stylen. Jetzt noch etwas Kajal und Lippenstift und schon haben Sie sich mit wenig Aufwand schnell ausgeh-fein gestylt.

## DAS "KLEINE SCHWARZE"

Das „kleine Schwarze“ ist das perfekte Kleid, das sich auf viele verschiedene Arten stylen lässt. Ob lässig mit Lederjacke und Sneakers zum Konzert oder mit Pumps und Blazer, wenn es offizieller wird: Im Job oder Freizeit, das „kleine Schwarze“ ist eine perfekte Investition. Achten Sie auf Ihren Figur-Typ und welches Kleid Ihrer Silhouette Ihnen am besten steht - und dann suchen Sie sich einige Stylingvarianten mit Schuhen, Taschen, Jacken und Schmuck, um dieses vielseitige Kleid oft verändern zu können.

## WICKELKLEID

Ein Wickelkleid ist das ideale Teil um auf Reisen und auf jedem Job, Termin, Freizeit oder Event gut auszusehen. Es sollte aus weich fließendem Jersey sein, damit es sich Ihrer Figur perfekt anpasst. Sie können ein Wickelkleid in ganz verschiedene Richtungen stylen: im Sommer mit Sandalen und Basttasche, im Winter mit Stiefeln und Trenchcoat, im Herbst mit Lederjacke oder Blazer und Wedges. Im Büro, Freizeit, offiziellen Terminen oder dem Dinner mit Freunden. Ich liebe Wickelkleider, denn man ist immer ideal angezogen - und die Kleider sind mega-bequem.

## BLAZER

Ein Blazer gehört zur Grundgarderobe jeder Business-Frau und lässt sich für jede Figur (tailliert oder gerade geschnitten) und jeden Stil einsetzen. Sportliche Style-Typen lieben Jersey, Tweet oder gröbere Materialien.

Feminine Style-Typen tragen Applikationen oder verspieltere Details oder ein gemustertes Innenfutter. Klassischere Style-Typen haben mehrere Blazer in verschiedenen Farben und Materialien und bauen ihre ganze Garderobe darum herum auf.

## ROCK

Ein schwarzer Rock passt zu jeder Frau und lässt sich vielseitig und unterschiedlich einsetzen. Ein schwarzer Rock wirkt sportlich und kann mit Jeanshemd oder Ringelshirt und Sneakers kombiniert werden. Klassisch und perfekt fürs Business wirkt er mit Seidenbluse, Blazer und Pumps. Feminin mit einem taillierten Kashmirpullover und Ballerinas. Das Wichtigste ist die richtige Länge und Form, damit er genau zu Ihrem Figurtyp passt.

## CHINO-HOSE

Diese leichte Baumwollhose gibt es in verschiedenen Farben. Sie passt somit zu vielen verschiedenen Gelegenheiten und ist eine edlere Alternative zu Jeans. Unterschiedliche Schuhe verändern die Chino-Hose in verschiedene Stylerichtungen: sportlich mit Sneakers oder Espadrilles, feminin mit Ballerinas oder Sandalen, klassisch mit Pumps oder flachen Schnürschuhen, kreativ mit Bindsandalen.

## SCHWARZE HOSE SCHMAL GESCHNITTEN

Mit einer schmal geschnittenen, schwarzen Hose lässt sich ein Business-Outfit mit Bluse und Blazer schnell in ein ideales Abend-Outfit verändern. Je nach Event, ob Dinner mit Freunden, Kino oder Party, die Schuhe in Booties oder High Heels wechseln und statt Bluse und Blazer ein T-Shirt, Glitzertop oder Lederjacke wählen. Nun noch etwas mehr Schmuck und Make-up - und fertig ist das Umstyling.

## JEANS-HOSE

Eine Jeans findet man in fast jedem Kleiderschrank. Dunkel, hell, gerade, ausgestellt, mit Stretch oder zerrissen. Zum Glück gibt es jetzt so viele unterschiedliche Schnitte, Passformen und Farben, dass sie für jeden Figur-Typ einsetzbar ist.

Achten Sie darauf, dass die Jeans nicht zu abgetragen ist, denn das kann schnell nachlässig wirken. Und wie immer machen die Schuhe und Accessoires den Unterschied, in welchen Style man die Jeans bringen möchte. Mit Jeanshemd oder Seidenbluse ? Feminin mit Kaschmir Pullover und Ballerinas ? Edel und klassisch mit dunklem Cardigan und Schnürschuhen? Es gibt so viele Möglichkeiten, probieren Sie es aus!

## LEDERJACKE

Eine Lederjacke macht jedes Outfit einen Touch cooler. Ob rockig zur abgeschnittenen Jeans-Shorts und Biker-Boots, über ein Blumen- oder ein elegantes Wickelkleid: Eine Lederjacke verjüngt jedes Outfit und macht es einfach cooler.

## TRENCH COAT

Ein Trenchcoat muss nicht zwingend klassisch sein. Inzwischen gibt es diesen von BURBERRY erfundenen Mantel in vielen Farben und Formen. Das, was immer geblieben ist, ist ein zeitloser Mantel, der sexy und feminin zum Kleid wirkt, sportlich zur Jeans und edel zum Business-Outfit.

## WOLLMANTEL

Ein Wollmantel veredelt jedes Outfit. Bitte achten Sie aber darauf, dass das Material hochwertig ist. Lieber in ein teureres Teil investieren, als ein schlechtes Material kaufen, das sich schnell abnutzt und peelt. Besonders edel sehen Wollmäntel in Camel, Beige oder Dunkelblau aus und werten jedes Outfit auf.

## BALLERINAS

Ich weiß, es gibt nur einen, der diese Schuhe gar nicht mag - und das sind meist Männer. Kaum zu glauben, denn ein Ballerina-Schuh gibt es in jeder Farbe, mit Strass oder schlicht, Aufdrucken oder Bommel, spitz oder rund - eben in unzähligen Variationen und perfekt einsetzbar für fast alle Outfits. Achten Sie auf ein Fußbett, vielleicht auch als Einlage, denn diesen Schuh zieht man kaum wieder aus.

## SCHNÜRSCHUHE

Flache Schuhe sind alltagstauglich und können zum Glück auch zu Kleidern oder Röcken getragen werden. Entweder als Sneaker in verschiedenen Farben und Materialien, oder als klassischer Schnürschuh, den es in diesem Jahr übrigens in tollen Metallic-Tönen gibt, womit man jedes Outfit aufstylen kann.

## SNEAKERS

Sneakers sind megabequem und es lässt sich super darin den ganzen Tag arbeiten. Vorsicht aber, wenn sie zu sehr nach Turnschuhen oder zu ausgelatscht aussehen, das wirkt nachlässig und geht im Office gar nicht. Sneakers gibt es in allen Farben und Stylerichtungen.

## PUMPS / HIGH HEELS / WEDGES

Welche Art von Absatzen Sie wählen hängt von Ihrem Style-Typ ab. Ist rund oder Spitz vorteilhafter für Ihren Figur-Typ? Sportliche Frauen bevorzugen Wedges oder Blockabsätze, femininere Style-Typen bevorzugen spitze Schuhe mit schmalen Absätzen. Klassische Typen mögen halbhohle Pumps oder kleine Kittenheels.

## SANDALEN

Sandalen gibt es mit und ohne Absatz. Sie passen zu jedem Sommer-Outfit. Ein absolutes MUSS dafür sind allerdings gepflegte Füße.

## STIEFEL

Stiefel verlängern das Bein optisch, wenn sie die gleiche Farbe wie Rock oder Hose haben. Stiefel mit weiten Schäften stehen und passen auch Frauen mit breiteren Waden. Adressen finden Sie im Anhang.

## SCHAL

Legen Sie sich mehrere Schals in den Farben Ihres Farbtyps zu, denn dieses Kleidungsstück liegt direkt unter Ihrem Gesicht, und die Reflexion der Farbe sollte Sie frischer und schöner machen. Mit einem farbigen Schal können Sie schnell jedes Outfit aufpeppen.

## TUCH

Mit einem Tuch verhält es sich genau wie mit einem Schal: Man kann damit ein schlichtes Outfit aufpeppen. Einzige Voraussetzung ist aber, dass die Farben zu Ihrem Farbtypen passen und es sich um ein Tuch aus hochwertigem Material handelt. Investieren Sie gern in ein Markenprodukt, es lohnt sich und lässt Ihre Garderobe wertiger erscheinen.

## SCHMUCK

Schmuck ist ein ideales Tool, um Ihren Style-Typen herauszuarbeiten. Schlichten Outfits können Sie so eine Stylerichtung geben. Achten Sie aber darauf, dass Ihr Schmuck Ihrem Farbtyp entspricht. Also Silberschmuck für kühlere Farbtypen und Gold für warme Farbtypen. Roségold steht meist beiden Farbtypen.



Falls Sie also jetzt gesehen haben, das noch einige Teile in Ihrem Schrank fehlen, ist es jetzt Zeit loszuziehen. Für Frauen ist das ja manchmal wie ein Beutezug durch die Shoppingmeilen und oft ist die Frustration groß, denn das Portemonnaie leer, aber man hat schon wieder die gleichen Sachen in der Einkaufsstüte, die man schon im Schrank hängen hat.

Aber ich verspreche Ihnen, mit ein bisschen Struktur und Vorbereitung müssen Sie keine Fehlkäufe und Klamottenleichen im Schrank erleben.

## SHOPPING-TIPPS

1. Tagen Sie zu Ihrem Shopping-Tag ein leichtes Make-up und eine Frisur, die Sie sonst auch tragen. Sie sollen sich schön fühlen, denn Sie werden den ganzen Tag vor verschiedenen Spiegel stehen - und das vorhandene Licht in den Umkleidekabinen ist nicht immer förderlich, Sie optimal in Szene zu setzen.
2. Nehmen Sie sich ein extra Paar Schuhe mit, dann kann man sich das Outfit besser vorstellen. Abendkleider, Röcke oder besonders schöne Sachen sehen in bequemen Schuhen nicht schön aus.
3. Wenn Sie eine Ergänzung für bestehende Teile suchen, nehmen Sie sie gern mit, dann kann man gleich vor Ort schauen, ob es passt. Alternativ bieten aber auch viele Geschäfte ein 14-tägiges Umtauschrecht.
4. Kaufen Sie nur das, was wirklich zu 100% in Schnitt, Farbe und Bequemlichkeit passt und worin Sie sich sofort wohlfühlen. Alles andere bleibt sowieso im Schrank hängen.
5. Sonderangebote nur kaufen, wenn Sie sie zum regulären Preis auch haben wollten.
6. Passt das neue Teil zu Ihrem Farbtyp, Ihrem Figur-Typ und Ihrem Style?
7. Falls Sie sich nicht entscheiden können, machen Sie ein Foto mit dem Handy und lassen das Teil zurück hängen. Das Geschäft wird es Ihnen auch sicher noch gern nach zwei Tagen zuschicken - und Sie haben noch einmal Zeit, Ihren Schrank abzugleichen.
8. Jedes neue Kleidungsstück sollte sich mit mindestens drei Teilen Ihrer Garderobe kombinieren lassen.

## SHOPPING-ADRESSEN

### ONLINE:

Ich liebe Online-Shopping und am liebsten im Ausland. In England und den USA hat man schon viel länger bemerkt, dass auch Plus-Size-Ladies modische und hochwertige Kleidung wollen. Deshalb bestelle ich sehr gern bei

[WWW.ANNASCHOLZ.COM](http://WWW.ANNASCHOLZ.COM)

[WWW.KIYONNA.COM](http://WWW.KIYONNA.COM)

[WWW.CURVESTYLE.COM](http://WWW.CURVESTYLE.COM)

[WWW.KINGSIZEQUEENS.DE](http://WWW.KINGSIZEQUEENS.DE)

[WWW.NAVABL.DE](http://WWW.NAVABL.DE)

[WWW.BODENDIREKT.DE](http://WWW.BODENDIREKT.DE)

JEANS NACH MASS

[WWW.SELFNATION.DE](http://WWW.SELFNATION.DE)

MODE FÜR GROSSE FRAUEN

[WWW.TALL-BERLIN.DE](http://WWW.TALL-BERLIN.DE)

MODE FÜR KLEINE FRAUEN

[WWW.ASOS.DE](http://WWW.ASOS.DE)

[WWW.BODENDIRECT.DE](http://WWW.BODENDIRECT.DE)

WÄSCHE

[WWW.FIGLEAVES.CO.UK](http://WWW.FIGLEAVES.CO.UK)

SCHUHE / STIEFEL:

[WWW.DUOBOOTS.COM](http://WWW.DUOBOOTS.COM)

Liebe Leserin,

ich hoffe, ich konnte Ihnen zeigen, dass es möglich ist, schön und strahlend auszusehen. Egal welchen Alters und mit welcher Figur.

Aussehen hat mit Ausstrahlung zu tun - und die kommt von ganz allein, wenn Sie sich Selbstbewusst fühlen ... und Sie wissen ja jetzt, woher inneres Selbstbewusstsein kommt, oder? Man ist am schönsten, wenn man sich seiner selbst bewusst ist. Mit all den kleinen Schwächen und Stärken und wenn man genau sagen kann, was man kaschieren möchte und welche Stärken man betonen möchte.

STIL IST  
STIMMIGKEIT.  
DIE BEZIEHUNG  
ZWISCHEN  
EINER PERSON,  
UND DEM  
WAS SIE TRÄGT.

Giorgio Armani

Ich habe Ihnen verschiedene Werkzeuge gezeigt, mit denen Sie sich Ihrer Silhouette gemäß kleiden können und einige Kilos schlanker aussehen können.

Und wie Sie Ihren Stil, Style und Ihr Image aufpolieren und kreieren können.

Wie Sie durch Make-up frischer und strahlender aussehen, welche Frisuren und Brillenformen zu Ihnen passen, und was Sie schlanker und wohlproportionierter aussehen lässt.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß dabei, sich zu entdecken und auszuprobieren.

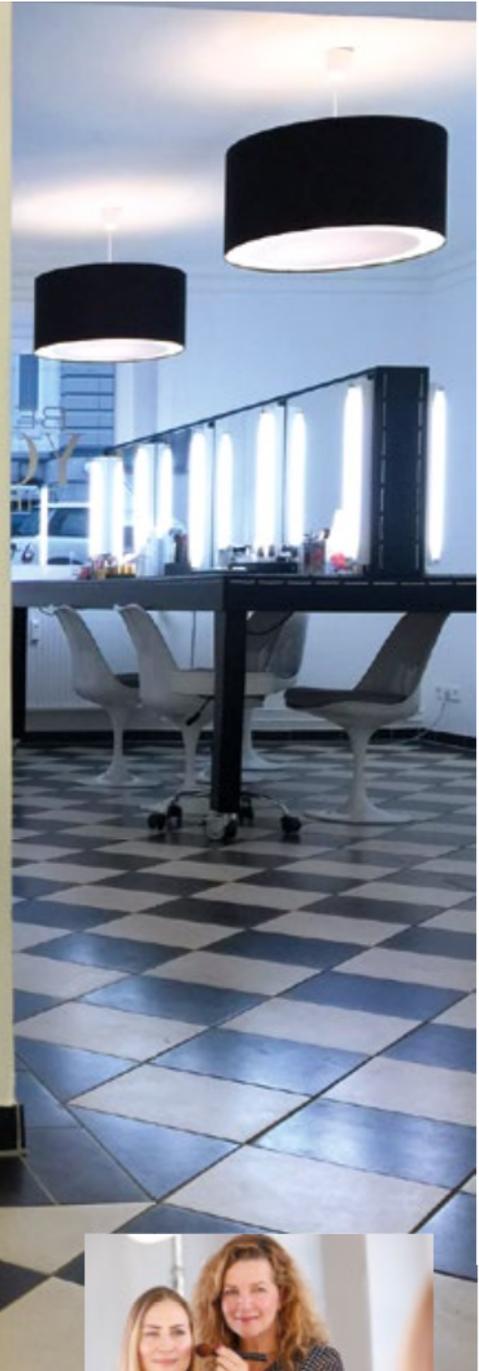
Und wenn Sie einmal Hilfe dabei brauchen, dann wissen Sie, wo Sie mich finden können.

Ich helfe Ihnen immer sehr gern, das Beste von sich zu zeigen.

Ihre Serena Goldenbaum

*Wir zeigen Ihnen, wie Schönheit geht!*

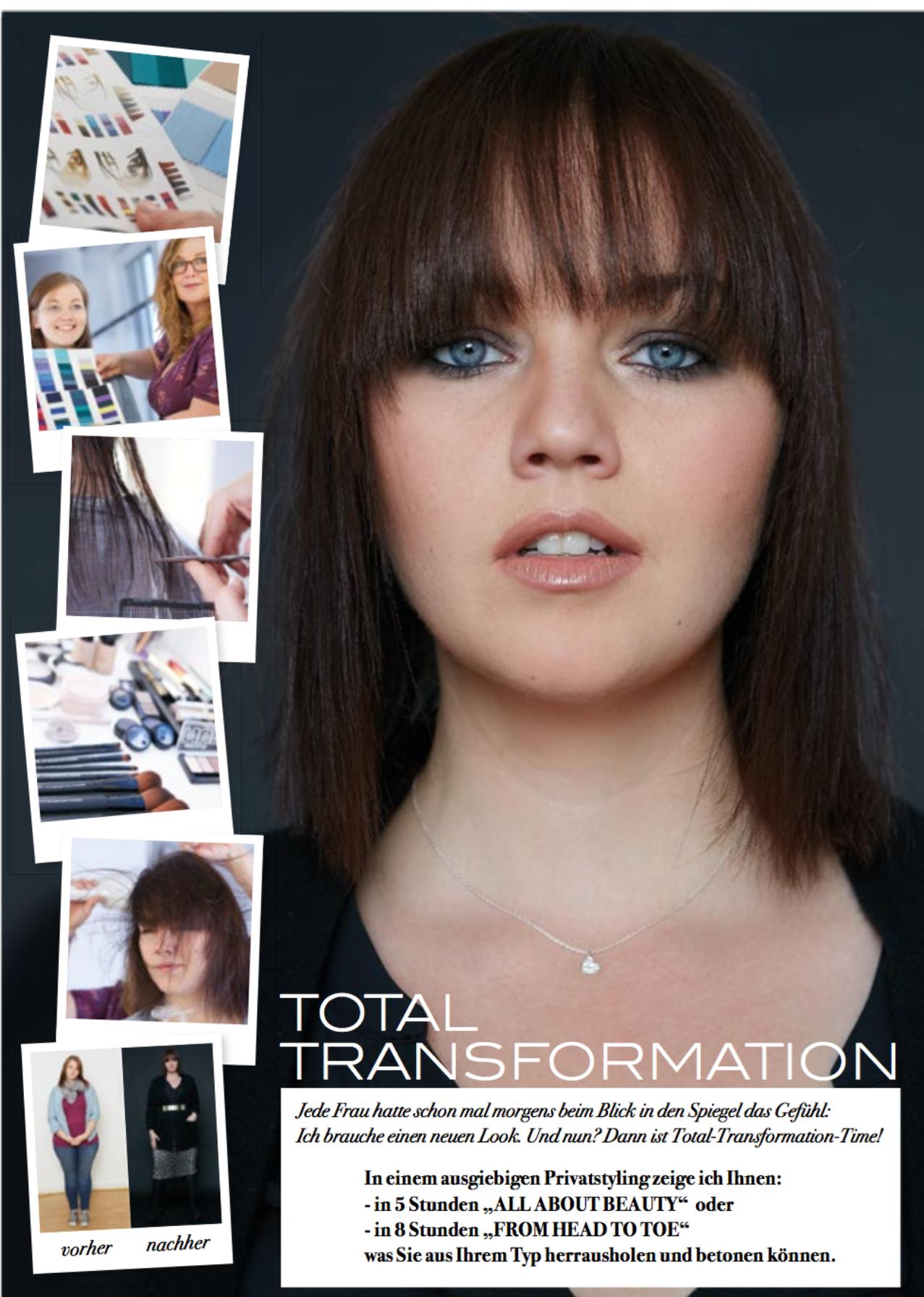
# BEAUTY



Make-up und Styling wird für Frauen immer wichtiger. Viele gönnen sich gern mal eine kleine Auszeit, um sich verschönern und beraten zu lassen. Da ich diesen vielen Anfragen gerecht werden möchte, beschäftige ich in meinem neuen Studio mehrere Make-up-Artisten und Hairstylisten.

Diese sind bestens ausgebildet und arbeiten schon jahrelang in diesem Job. Natürlich hat jeder seine eigene Handschrift. Doch mein Stil, die natürliche Schönheit herauszuarbeiten, steht bei uns im Vordergrund. Freuen Sie sich auf ein stilvolles Beautyerlebnis auf höchstem Niveau!





# TOTAL TRANSFORMATION

*Jede Frau hatte schon mal morgens beim Blick in den Spiegel das Gefühl:  
Ich brauche einen neuen Look. Und nun? Dann ist Total-Transformation-Time!*

**In einem ausgiebigen Privatstyling zeige ich Ihnen:**

- in 5 Stunden „ALL ABOUT BEAUTY“ oder
- in 8 Stunden „FROM HEAD TO TOE“

**was Sie aus Ihrem Typ herrausholen und betonen können.**



*vorher    nachher*

# IMPRESSUM

Anbieter dieses Dokuments



SERENA GOLDENBAUM

NATURAL BEAUTY

PAPENHUDER STR. 30 22087 HAMBURG

TEL: 0163 163 69 50

[WWW.SERENAGOLDENBAUM.COM](http://WWW.SERENAGOLDENBAUM.COM)

MAIL@SERENAGOLDENBAUM.COM

Hat Ihnen mein E-Book gefallen?

Dann empfehlen Sie mich gern weiter.

Mein E-Book darf bitte nur unverändert und komplett weitergegeben werden.

Alle Texte: Serena Goldenbaum

Lektorat: Janette Nyary , Bildnachweis: Michael Goldenbaum

Haben Sie Fragen oder Anmerkungen? Dann freue ich mich auf Ihre mail:

mail@serenagoldenbaum.com oder Anruf unter: 0163 163 69 50

Interessieren Sie meine zahlreichen Angebote und wollen Sie mich kennenlernen? Dann schauen Sie gern auf meiner Website :

[WWW.SERENAGOLDENBAUM.COM](http://WWW.SERENAGOLDENBAUM.COM)

#### Haftung für Inhalte:

Die Inhalte dieses Dokuments wurden mit größter Sorgfalt erstellt. Für die Richtigkeit, Vollständigkeit und als Dienstleister sind wir gemäß § 7 Abs.1 TMG für eigene Inhalte auf diesen Seiten nach den allgemeinen Gesetzen verantwortlich. Nach §§ 8 bis 10 TMG sind wir als Dienstleister jedoch nicht verpflichtet, übermittelte oder gespeicherte fremde Informationen zu überwachen oder nach Umständen zu forschen, die auf eine rechtswidrige Tätigkeit hinweisen. Verpflichtungen zur Entfernung oder Sperrung der Nutzung von Informationen nach den allgemeinen Gesetzen bleiben hiervon unberührt. Eine diesbezügliche Haftung ist jedoch erst ab dem Zeitpunkt der Kenntnis einer konkreten Rechtsverletzung möglich. Bei Bekanntwerden von entsprechenden Rechtsverletzungen werden wir diese Inhalte umgehend entfernen.

Aktualität der Inhalte können wir jedoch keine Gewähr übernehmen.