

<https://twitter.com/zkl86976526/status/1705593409615135084>

by Moran

本文，主要写给女性、跨性别女性和非二元穿搭小白，当然，男生喜欢也可以尝试。

入秋，你是否为不会服装搭配烦恼？秋季是叠穿的起始，也是叠穿的巅峰。有人不会穿搭，不会挑衣服，更不会叠穿，那么今天我就来给大家推荐一些店铺、叠穿模板和叠穿技巧。

⚠️ 下图是推荐的淘宝店铺（1）

- VEGA CHANG 概念店
- MELLIIY
- HUIXI 绘系
- MIXD 觅定
- GUIER 桂儿
-

SleepyBunny 瞌睡兔

- MULVAN

CRISIS YOUTH 危机青年

江暖JN warm

AzLan Studio

- SoLighter
咫尺女装（喜欢欧美风格的可尝试）
sundayonmonday
- 旧朋友OLD FRIEND
- 万有引力博物馆
- HOT HORSE 火山马
- Saotome早乙女惠子
- Circlofy服饰旗舰店
- AUNP
NTOT Studio

- 万有引力博物馆
 - [HOT HORSE 火山马](#)
 - [Saotome早乙女惠子](#)
 - Circlofy服饰旗舰店
 - AUNP
 - [NTOT Studio](#)
 - Pusumede
 - [DESIGNER PLUS 俱乐部](#)
- 以下为西装外套推荐店铺
- [戴素轻奢原创女装](#)
- NEVA HU(HUYIFAN胡艺枫)
 - 周淼ZHOU MIAO
- 以下为风衣外套推荐店铺
- 京莎旗舰店（英伦风）
 - NOMUMAD山屿牧玛（日系休闲）
- 以下为毛呢大衣推荐店铺
- **Et le cerf blanc**
 - Orangedesireoutlet
 - [原途 设计师原创女装](#)
 - 梅子熟了 文艺复古时尚女装（这家店铺风衣皮衣也不错）

接下来分享两个著名的秋季叠穿模板

模板 A： 韩系休闲西装外套叠穿

一件西装外套，千万不要买职场型的
要买休闲型的

黑色最基础戛驳领，注意不收腰!!!

内部叠穿一件较为贴身的衣物

最基础的是白色 T 恤，有简单的文字印花

下身穿一条牛仔裤，经典蓝色最百搭

前往不要买修身小脚的，要买直筒甚至阔腿的
配上一双帆布鞋，鞋子颜色黑白撞色最百搭
其他配饰

可以佩戴相应的棒球帽

项链不要买细的

可以佩戴戒指和耳钉，最好不要佩戴耳环耳坠

这是最基本的韩系休闲风西装穿搭模板

小红书上有个模板的进阶穿搭，对身材有些要求，大家感兴趣可以看看。

模板 B：连帽卫衣+内搭衬衫（最好 over size 一点点的）+阔腿裤+帆布鞋

连帽卫衣没什么说的，这个超级好买

内搭衬衫，要买那种衣角下摆能露出来的，然后领子也要露出来，穿出随意感。

白色内搭撞色黑色深色卫衣可以，但浅蓝色衬衣是最百搭的

裤子一定要阔腿休闲裤，甚至是有风格的运动裤，颜色基础一些

帆布鞋，yyds，这个真的太重要了，基础穿搭都需要帆布鞋!!!

饰品可以佩戴针织帽，或者耳机🎧

再背一个双肩背包包，早八上课告别路人感，却十分简单舒适。

小红书上更多连帽卫衣的进阶叠穿，大家有兴趣可以看看的哦

最后，讲一些叠穿基本法则

1.颜色-三明治法则

一定是相近色，具有百搭和谐感

大撞色除了黑白之外，对于普通人来说比较难驾驭

遵循由内到外

浅深浅或者深浅深的配色规律

基本可以做到配色和谐，一致

当然，这只是理论，如果你想要活泼一则，可以在中间插入其他色系，做一个小撞色，但是内外色系一致。

2.版型

内薄外厚，内松外紧，内短外长

这是最基本的内外叠穿逻辑

上短下长，上长下短，

上松下紧，上紧下送

这是能够突出身材的叠穿法则

当然，这些法则理论性比较强，在实践中能够满足一两个，就能够叠穿比较成功

3.领型

这个就是一个规律

肩宽多叠穿 V 领，少穿高领

脖子长多穿高领，

且最重要的是，领口具有层次感

叠穿小于等于两层领子

今天给大家分享了一些 tb 店铺

还简单介绍了两种最基本的秋季叠穿模板

并且基本用我的理解讲了讲秋季叠穿法则，希望能帮到大家

当然，穿衣是个人的自由，我也同时鼓励大家探索自己的审美体系下的穿衣标准，有空给大家分享啊！

注：为了避免被质疑盗图，我没有引用任何图片，抱歉，可能直观性不强。