**五大體型**

**1、沙漏型(X、S型)**

* **上半身**：

(領型)一字領、橢圓領、U領、V領、方領。

(袖型)常規袖、泡泡袖、吊帶。

(款式)貼身、緊身、繫帶式上衣。

* **半身裙：**

百褶短裙、花苞裙、A字裙、包臀裙、傘裙、收腰裙。

* **連身裙：**

收腰款連身裙、繫帶式修身連身裙、旗袍、V領連身裙。

* **褲子：**

基礎褲型都可以。

高腰褲、直筒褲、闊腿褲、喇叭褲、錐形褲、煙管褲。

* **材質：**

柔軟、垂順、雪紡、真絲、蕾絲、純棉、羊毛。

* **上半身：**

(袖型)高領、落肩袖、插肩袖。

* **褲子：** 蘿蔔褲、多口袋褲(顯臀部大) 。
* **裙子：** 不規則裙襬、蛋糕裙。

|  |  |
| --- | --- |
| **運動風格** | 上身:U領貼身長袖上衣  下身:高腰緊身包臀短褲  鞋子：運動鞋 |
| **辣妹性感** | 連身裙:收腰款貼身連身裙  鞋子：運動鞋、小皮鞋、靴子、涼鞋、板鞋 |
| **休閒風格** | 上身:小高領貼身長袖上衣  下身:高腰微喇叭牛仔褲  鞋子：運動鞋、靴子、板鞋 |
| **cool風格** | 上身:U領短袖T恤  下身:高腰包臀牛仔裙/高腰貼身牛仔短褲  鞋子：板鞋、運動鞋 |
| **甜美風格** | 連身裙:收腰款貼身連身裙  外套：短版針織衫  鞋子：小皮鞋、靴子、包鞋、涼鞋 |

**2、直筒形(H型)**

* **上半身：**

木耳邊、荷葉邊、蝴蝶結、泡泡袖、蝙蝠袖、胸前繁瑣設計的上衣、小吊帶、露背上衣。

* **半身裙：**

A字裙、傘裙、花苞裙、蓬蓬裙、百褶裙、燈籠裙、蛋糕裙、魚尾裙。

* **褲子：**

高腰褲、緊身/寬鬆高腰褲、哈倫褲、闊腿褲、直筒褲。

* **上半身：**

插肩袖、連袖、落肩袖(肩部顯窄) 。

* **褲子：**

緊身衣+緊身褲、蘿蔔褲、鉛筆褲。

* **裙子：**

寬鬆**連**身裙、包裙、直筒裙。

|  |  |
| --- | --- |
| **運動風格** | 上身：削肩背心  下身：高腰棉褲、高腰西裝褲  鞋子：運動鞋、板鞋 |
| **辣妹性感** | 上身：內搭小背心＋短版貼身綁帶針織衫  下身：高腰闊腿褲  鞋子：涼鞋、板鞋、運動鞋 |
| **休閒風格** | 上身：寬鬆大學Ｔ  下身：高腰直筒褲  鞋子：板鞋、運動鞋 |
| **cool風格** | 上身：短版貼身長袖上衣  下身：高腰寬鬆直筒褲  鞋子：運動鞋、板鞋、涼鞋 |
| **甜美風格** | 上身：內搭淺色Ｔ恤  連身裙：收腰Ａ字吊帶裙  鞋子：小皮鞋、包鞋 |

**3、倒三角形(Y型)**

* **上半身：**

大V領、斜肩領、大U領。

* **半身裙：**

A字裙、大擺裙、有腰帶或腰部有設計感的裙子。

* **褲子：**

喇叭褲、闊腿褲、煙管褲、直筒褲、九分褲。

* **上半身：**

泡泡袖、一字領、聳肩、小而窄的領口、墊肩款、橫條紋。

* **褲子：**

收口褲。

* **裙子：**

鉛筆裙、收口花苞裙。

|  |  |
| --- | --- |
| **運動風格** | 上身：短版背心  下身：高腰運動褲  鞋子：運動鞋 |
| **辣妹性感** | 上身：短版長袖設計上衣  下身：高腰包臀牛仔裙  鞋子：板鞋、運動鞋 |
| **休閒風格** | 上身：大Ｕ領短版上衣  下身：高腰闊腿褲  鞋子：板鞋、運動鞋 |
| **cool風格** | 上身：短版背心  下身：高腰工裝褲  鞋子：馬丁靴 |
| **甜美風格** | 連身裙：連身裙  外套：寬鬆針織外套  鞋子：小皮鞋、包鞋、靴子 |

**4、梨形(A型)**

* **上半身：**

增強上半身和肩部量感，隱藏臀腿肥胖，凸顯腰細。

(領口)大領口、大翻領、荷葉邊。

(袖子)喇叭袖、泡泡袖、燈籠袖、木耳袖。

(肩部)一字領、露肩、小墊肩。

* **半身裙：**

(版型)高腰A字裙、中長傘裙、魚尾裙、直筒開衩裙。

(剪裁)簡約、線條流暢、彈性材質、貼身。

* **連身裙：**

(版型)收腰裙、A字裙、魚尾裙、法式裙、旗袍。

(領型)大V領、方領、大圓領。

(肩袖)荷葉邊、木耳袖、泡泡袖、燈籠袖、小墊肩。

* **褲子：**

遮蓋臀腿、露出腳踝、優化比例、拉伸縱向高度。

(版型)高腰闊腿褲、背帶裙/褲、A型裙/褲、側衩裙。

(褲型)簡約、線條流暢。

* **上半身：**

插肩、落肩、緊身、高領。

* **褲子：**

錐形褲、緊身褲、臀部裝飾過多、大口袋的褲子。

* **裙子：**

包臀裙、花苞裙、修身裙。

|  |  |
| --- | --- |
| **運動風格** | 上身：任意貼身Ｔ恤＋寬鬆棉質外套  下身：寬鬆直筒高腰褲  鞋子：運動鞋、板鞋 |
| **辣妹性感** | 上身：短版貼身背心  下身：高腰寬鬆闊腿褲  鞋子：運動鞋、板鞋 |
| **休閒風格** | 上身：貼身短版Ｔ恤  下身：高腰寬鬆牛仔褲  鞋子：運動鞋 |
| **cool風格** | 上身：牛仔襯衫＋外搭馬甲背心  下身：深色高腰牛仔褲  鞋子：運動鞋、馬丁靴 |
| **甜美風格** | 連身裙：方領碎花連身裙  鞋子：圓頭小皮鞋、包鞋 |

**5、蘋果型(O型)**

* **上半身：**

V領、U領、大圓領。

風衣(可以遮腰顯高)。

廓型平直/有腰線的外套。

* **半身裙：**

襯衫+A字裙/H半身裙、一步裙、褲裙、西裝裙。

* **連身裙：**

修身非緊身的連身裙、長款連身裙。

* **褲子**：

西裝褲、直筒褲、微喇叭褲。

* **上半身：**

胸前設計複雜、緊身小領口、超高領。

O型、弧形、有膨脹感的外套。

(袖型)泡泡袖、皺褶袖、蝙蝠袖、荷葉領。

* **褲子**：

高腰緊身褲、蘿蔔褲。

* **裙子：**

吊帶裙(易暴露肩膀寬的缺點)、魚尾裙、百褶裙、燈籠裙、蛋糕裙。

|  |  |
| --- | --- |
| **運動風格** | 上身:U領短版長袖上衣  下身:高腰闊腿休閒褲  鞋子：運動鞋 |
| **辣妹風格** | 上身：短版抹胸  下身：高腰寬鬆闊腿褲  鞋子：涼鞋、板鞋、運動鞋 |
| **休閒風格** | 上身:內搭小可愛  外套:寬鬆針織小開衫  下身:高腰牛仔短褲  鞋子：板鞋、運動鞋 |
| **cool風格** | 上身:V領襯衫  外套：廓型平直短版外套  下身:顯瘦高腰西裝褲  鞋子：靴子 |
| **甜美風格** | 連身裙:收腰款碎花連身裙  外套:寬鬆防曬衫  鞋子：包鞋、小皮鞋 |