



# Определение типа фигуры

Обучающая презентация для курса "Размерный ряд и подбор"

Модуль: "Подбор по фигуре"

# Зачем знать свой тип фигуры?



Правильный выбор одежды  
Помогает подобрать одежду,  
которая подчеркнёт  
достоинства и скроет  
недостатки, акцентируя  
внимание на лучших чертах  
вашей фигуры.



Уверенность в образе  
Повышает уверенность в своём  
внешнем виде, позволяя  
чувствовать себя комфортно и  
стильно в любой ситуации.



Гармоничный стиль  
Позволяет создавать  
гармоничные,  
сбалансированные и стильные  
комплекты, которые идеально  
подходят именно вам.

# Как определить тип фигуры?

Измерьте  
параметры

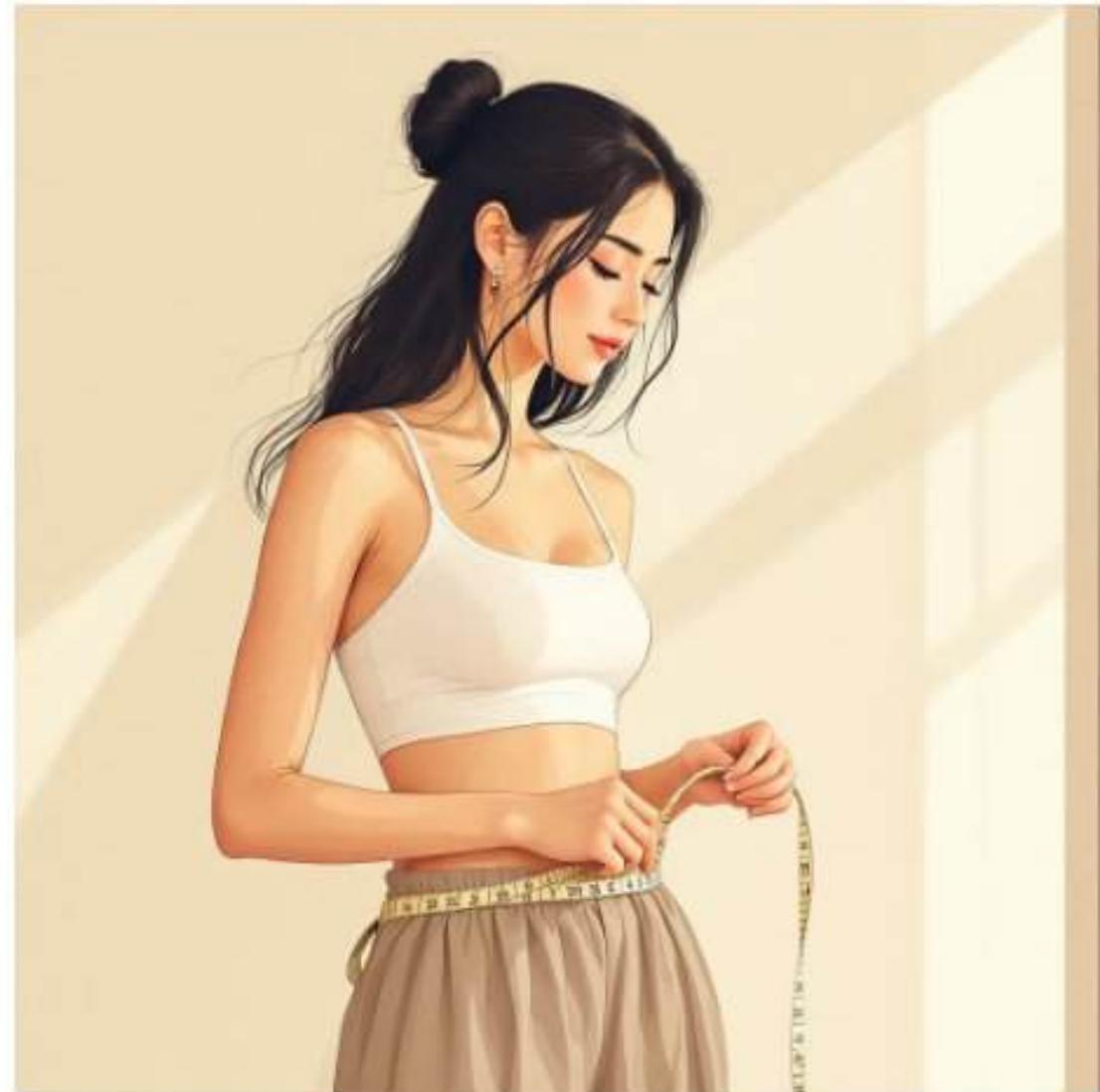
Обхват груди (по  
самой выпуклой  
точке), обхват  
талии (по самой  
узкой части) и  
обхват бедер (по  
самой широкой  
части).

Расслабьтесь  
Измерения  
делайте без  
напряжения, стоя  
прямо, но  
свободно. Дышите

Используйте  
сантиметровую  
ленту

Держите её  
параллельно полу  
для точных  
измерений.

Избегайте  
перетягивания или  
слишком  
свободного  
натяжения.





## Тип фигуры: Прямоугольник

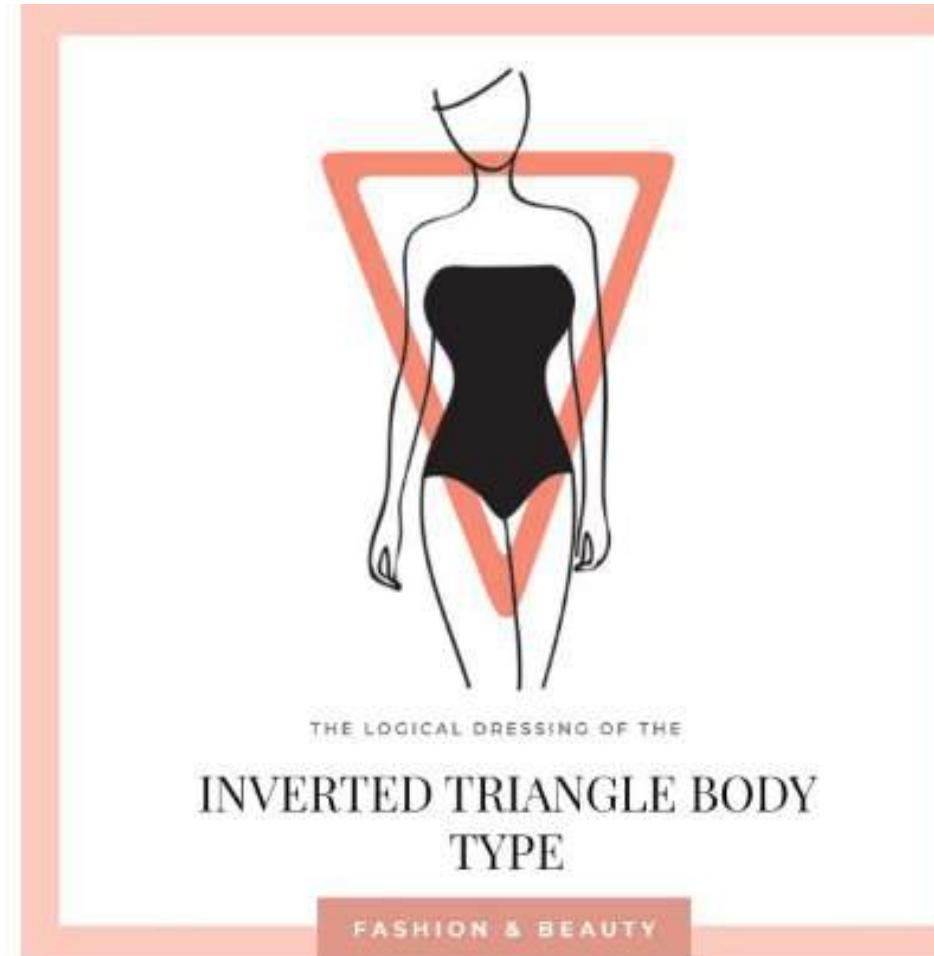
Основные характеристики:

- Объёмы груди, талии и бедер примерно одинаковы.
- Талия не выражена или выражена слабо.
- Фигура выглядит стройной, без ярко выраженных изгибов, часто атлетического телосложения.

# Тип фигуры: Перевернутый треугольник

Основные характеристики:

- Плечи и грудь заметно шире бедер.
- Талия может быть выражена или быть средней ширины.
- Верхняя часть тела доминирует по объёмам, создавая спортивный или V-образный силуэт.





## Тип фигуры: Песочные часы

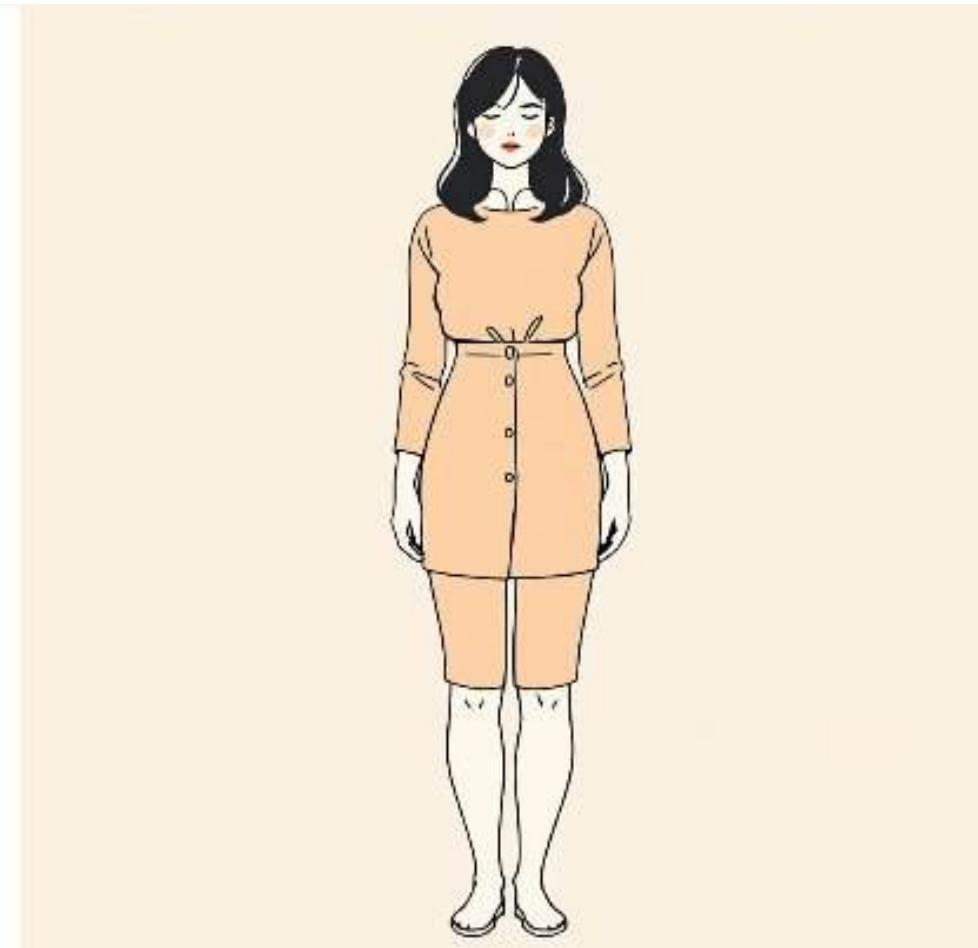
Основные характеристики:

- Объёмы груди и бедер примерно одинакового размера.
- Ярко выраженная узкая талия (разница с грудью и бедрами 20-30 см).
- Классический женственный силуэт с гармоничными пропорциями и изгибами.

# Тип фигуры: Яблоко

Основные характеристики:

- Объёмы груди, талии и бедер примерно одинаковы, но основной объём приходится на среднюю часть тела.
- Талия не выражена, линия плавная, с тенденцией к округлости в области живота.
- Акцент на верхней части тела и животе, часто стройные ноги.





## Тип фигуры: Груша

Основные характеристики:

- Узкие плечи и грудь.
- Широкие бедра, которые являются самой широкой частью фигуры.
- Ярко выраженная талия, часто заниженная, создающая контраст с пышными бедрами.

# Практические советы по подбору одежды

## Прямоугольник

- 1 Создавайте талию с помощью поясов, приталенных жакетов и платьев с запахом. Отдавайте предпочтение многослойности.

## Перевернутый треугольник

- 2 Акцентируйте бедра: выбирайте объёмные юбки (трапеция, солнце), широкие брюки, юбки с принтами или декором.

## Песочные часы

- 3 Подчёркивайте талию: носите приталенные платья, блузки, юбки-карандаш, ремни. Избегайте мешковатой одежды.

## Яблоко

- 4 Выбирайте свободные фасоны, туники, платья А-силуэта. Удлиняйте силуэт вертикальными линиями и V-образными вырезами.

# Ваш уникальный стиль начинается здесь

Определение типа фигуры

Это ключ к успешному подбору одежды, которая идеально сидит и выглядит.

Измерьте и сравните

Используйте полученные знания для сравнения с типами фигуры и точного определения вашего.

Гармоничный образ

Используйте эти знания для создания гармоничного и стильного образа, который выражает вашу индивидуальность.

Подчеркните достоинства

