

Slim slanker tonen

Ilse Van der Schraelen

Schrijver: Ilse Van der Schraelen
Coverontwerp: Ilse Van der Schraelen
Illustraties: Ilse Van der Schraelen
ISBN: 9789402139389
© Ilse Van der Schraelen

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

Ondanks al de aan de samenstelling van de tekst bestede zorg, kan noch de auteur, noch de uitgever aansprakelijkheid aanvaarden voor eventuele schade die zou kunnen voortvloeien uit enige fout die in deze uitgave zou kunnen voorkomen.

Inhoud

1	TÉ ZWAAR.	12
1.1	Lichte en donkere kleuren	12
1.2	Kleurovergang	12
1.3	De kleur van je kleding	14
1.4	De grootte van de print	14
1.5	Een halsuitsnijding	16
1.6	Halsketting en oorbellen	16
1.7	Accessoires	18
1.8	Roklengte	18
1.9	Schoenen	20
2	ZWAAR BOVENLICHAAM	22
2.1	Een halsuitsnijding	22
2.2	Schouderbandjes	22
2.3	De kraag	24
2.4	De pijpbreedte van je broek	24
2.5	De grootte van de print	26
2.6	Lichte en donkere kleuren	26
2.7	Een vest	28

2.8	Koele en warme kleuren	28
3	KORTE ROMP	30
3.1	Een halsuitsnijding	30
3.2	De lengte van je bovenstuk	30
3.3	De breedte van je mouwen	32
3.4	Knopenrij	32
3.5	Een ceintuur	34
3.6	Een kraag	34
3.7	Schoudervulling	36
4	ZWARE BUSTE	38
4.1	Een halsuitsnijding	38
4.2	Lichte en donkere kleuren	38
4.3	Kleurovergang	40
4.4	Het magische effect van een vest	40
4.5	De mouwlengte	42
4.6	Schoudervullingen	42
5	ZWARE BOVENARMEN	44
5.1	Strakke mouwen	44
5.2	Breed uitlopende mouwen	44

5.3	Elastiekje rond de pols	46
5.4	Mouwlengte	46
5.5	Fijne print	48
5.6	Strepenprint	48
5.7	Kleurovergang	50
6	DIKKE BUIK	52
6.1	Een kleine print	52
6.2	Losse kleding	52
6.3	Een bloes	54
6.4	Lichte en donkere kleuren	54
6.5	Een vest	56
6.6	De taillehoogte van je broek	56
6.7	De breedte van je broekspijpen	58
6.8	Accessoires	58
7	ZWARE HEUPEN EN BILLEN	60
7.1	De halslijn van je bovenstuk	60
7.2	Lichte en donkere kleuren	60
7.3	De breedte van je broekspijpen	62
7.4	De sluiting van je broek	62

7.5	Schoudervullingen	64
7.6	Het model van je rok	64
8	TÉ KLEIN	66
8.1	Lichte en donkere kleuren	66
8.2	Kleurovergang	66
8.3	De grootte van de print	68
8.4	Een halsuitsnijding	68
8.5	Pijpbreedte van je broek	70
8.6	Pijplengte van je broek	70
8.7	Roklengte	72
8.8	Het model van de rok	72
8.9	Schoenen met een hak	74
8.10	Haarlengte	74
8.11	Accessoires	76
8.12	Grootte van de accessoires	76
9	ZWARE ONDERBENEN	78
9.1	Het model van je rok	78
9.2	Lengte van je rok	78
9.3	Kousen	80

9.4	Broeklengte	80
9.5	Breedte van je pijpen	82
9.6	Schoenen	82
9.7	Hak van je schoenen	84
10	KORTE BENEN	86
10.1	De lengte van je bovenstuk	86
10.2	Lichte en donkere kleuren	86
10.3	Kleurovergang	88
10.4	De breedte van je broekspijpen	88
10.5	Kleur van je schoenen	90
10.6	Accessoires	90
11	NAWOORD	92

Hoe slim slanker tonen?

Slanker tonen willen we allemaal. Diëten en afvallen is één ding, maar dit is niet altijd evident.

Bovendien heeft elke vrouw een specifieke lichaamsbouw. Heb je een zware buste? Je mag afvallen zoveel je wilt. Je buste zal altijd zwaarder blijven in verhouding tot de rest van je lichaam.

Heb je kortere benen? Tips om je benen te verlengen zijn dan zeker welkom, ook na een dieet.

Eenvoudig kledingadvies kan je dan helpen. Het gaat om soepele zaken die je soepel en gemakkelijk toepast.

Ook in mijn eigen kledingwinkel Daphne Fashion in Zandhoven gebruik ik deze principes om klanten slank aan te kleden.

Als Kleur-, Stijl- en Imagoconsulent geef ik ook advies in de praktijk verbonden aan mijn winkel.

Bovendien leid ik als docente sinds 2007, Kleur-, Stijl- en Imagoconsulenten op bij de Ondernemersschool.

Voor mijn eigen zaak Daphne Fashion stuur ik maandelijks een elektronische nieuwsbrief naar mijn klanten. Deze brief bevat nieuwtjes en aankondigingen over de collecties en ook telkens een uitgewerkte kledingtip. Dit advies wordt altijd aan de hand van figuurtjes uitgebeeld. Het succes van deze geïllustreerde tips heeft mij op het idee gebracht om ze samen te brengen in boekvorm.