

Vorwort 7

## MODE/FASHION/ZEITGEIST

Wie entstehen eigentlich Trends? 17

## GUIDOS MODEZIRKUS

Typsache 25

1. Die kurvenlose Schönheit oder das sympathische Brett 27
2. Die Perfekte 37
3. Die kleine Elfe 51
4. Die Von-allem-etwas-zu-viel-Frau  
(oben und unten fair verteilt) 65
5. Die Versuchung in Doppel-D 81
6. Die große Walküre 95
7. Der Kugelfisch oder die kleine Runde 109
8. Die Alles-oben-Frau oder das Himmelsmädchen 123
9. Das Erdmädchen 139
10. Das Buddhagirl 151

## GUIDOS PROPORTIONSLEHRE

1. H-Form (Brett) 172
2. X-Form (Perfekte) 174
3. XS-Form (Elfe) 176
4. XX-Form (Von-allem-etwas-zu-viel) 178
5. X-Form mit viel Busen (Versuchung in Doppel-D) 180
6. Y-Form (Walküre) 182
7. O-Form (Kugelfisch) 184
8. V-Form (Himmelsmädchen) 186
9. A-Form (Erdmädchen) 188
10. Von-A-bis-Z-Form (Buddha) 190

## **GUIDOS KLEIDERSCHRANK**

Reduzieren heißt Platz schaffen 195

Ordnung im Schrank 198

## **GUIDOS KAUFRAUSCH**

Die perfekte Shoppingbegleitung 211

Shoppingtipps 214

## **WARENKUNDE**

Einführung 221

Die Welt des Gewebten 226

Die Welt der chemischen Fasern 229

Stoffkunde 234

Die Welt der Stoffbeschichtung 241

Schlusswort 249

Danksagung 253