

Vorwort 7

MODE/FASHION/ZEITGEIST

Wie entstehen eigentlich Trends? 15

GUIDOS MODEZIRKUS

Typsache 21

1. Die kurvenlose Schönheit oder das sympathische Brett 23
2. Die Perfekte 33
3. Die kleine Elfe 47
4. Die Von-allem-etwas-zu-viel-Frau
(oben und unten fair verteilt) 61
5. Die Versuchung in Doppel-D 77
6. Die große Walküre 91
7. Der Kugelfisch oder die kleine Runde 105
8. Die Alles-oben-Frau oder das Himmelsmädchen 119
9. Das Erdmädchen 135
10. Das Buddhagirl 147

GUIDOS PROPORTIONSLEHRE

1. H-Form (Brett) 164
2. X-Form (Perfekte) 166
3. XS-Form (Elfe) 168
4. XX-Form (Von-allem-etwas-zu-viel) 170
5. X-Form mit viel Busen (Versuchung in Doppel-D) 172
6. Y-Form (Walküre) 174
7. O-Form (Kugelfisch) 176
8. V-Form (Himmelsmädchen) 178
9. A-Form (Erdmädchen) 180
10. Von-A-bis-Z-Form (Buddha) 182

GUIDOS KLEIDERSCHRANK

- Reduzieren heißt Platz schaffen 187
Ordnung im Schrank 190

GUIDOS KAUFRAUSCH

- Die perfekte Shoppingbegleitung 201
Shoppingtipps 204

WARENKUNDE

- Einführung 211
Die Welt des Gewebten 216
Die Welt der chemischen Fasern 219
Stoffkunde 224
Die Welt der Stoffbeschichtung 231

Schlusswort 233

Danksagung 236