

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