

·时尚风暴·



邂逅“潮牛”



要将当季的
牛仔裤穿得好看，
“线条”是秘诀。

直筒裤——虽然表现得中规中矩，但一直是适合多数人身材的款式，自然不会被潮流所淘汰。

阔脚裤——早前有小贝嫂的全力示范，使大家对这种裤型记忆犹新。但穿的时候，规则可不少：首先你要够高，否则要备有相当海拔的鞋履；其次腿部线条同样要修长，以免显得裤管里有赘肉出现，那样会显得你更加胖。另外上身的衣着也要搭配好，不要以阔制阔。

鞋履搭配法

既然一年中有那么多时间都耗在牛仔裤身上，那么我们的鞋履搭配也要相当讲究。

板鞋——自然舒适

若要衬出自然简约之风，直接把裤脚盖在舒适的板鞋上吧。球鞋布鞋都是百搭品，带有青春的气息，能轻便出征，这种搭配在平时日常的场所中十分常见。

平底鞋——混搭高手

有铅笔裤就一定要配平底鞋，两者是天生一对，配合混搭风格，随时能营造出欧美女星的街拍效果。

各类靴子——温暖适用

靴子冬天在鞋类中唱主角，与牛仔裤的亲密接触，双腿绝对能处在暖和的状态中。短靴小巧轻便，长靴性感迷人。窄脚裤绝对是最适合塞进靴子里的裤型，这是经典搭配。色彩缤纷的小靴子也跟着人气鼎盛，与短裤搭配刚刚好。

高跟鞋——干练

细长的窄脚裤，用高跟鞋来接应，利落地撑起了整个身子架，起到了拉长下半身的效果。尤其是尖跟的高跟鞋，高挑诱人，增添了硬朗感，是上班一族的绝妙搭配。

(黄嘉丽)

“潮牛”的说法源自香港，突出表现牛仔裤走在潮流尖端的位置，因为多是年轻人穿，牛仔裤的设计款式不再是一成不变，每季的变化都很大。其实，只要你到一些潮流牛仔裤专门店逛逛就知道，这几季设计师沉迷于线条美，我们消费者也要跟着“遭殃”，下面不妨先看看时下最热门的几款裤型。

铅笔裤——又名烟管裤，顾名思义形状像铅笔般细直。它突

出线条，一直到底，尤其适合骨架子较小的女性。如果你对腿部线条足够满意，这种裤子可是最佳的展现武器。

贴身小喇叭裤——相对于铅笔裤的完全贴身，这类裤型还有点空间。贴身的裤型让人趋之若鹜，尤其是近年流行混搭风格，带点小喇叭的裤脚设计，是苗条视觉的好帮手。据说这种裤型对东方人娇小的身型来说，还算是比较容易驾驭。



·潮流前沿·

▶ 纯净的白色在这个冬季将继续流行，长款的羊毛外套搭配一条黑色丝袜，时尚味立刻凸现。

▶ 领口部分是打上皱褶的高翻领口，前后面都是以红灰黑作为主色调混搭而成的，为的是突出线条感。

如果你是爱美女性，又是淘衣一族，那么你就报名参加这个栏目吧，让自己成为时尚的宠儿、姐妹们艳羡的对象。不收报名费，衣服自备。另外，自己拍摄的照片可通过 QQ 传送。

本栏目由万果园名品百货独家赞助。
QQ: 380836404
电话: 13592242208



张柏芝瘦身要诀

《星语心愿》里张柏芝还有着圆圆的可爱小脸，仅半年时间，张柏芝就让自己胖胖的圆脸瘦了一圈，身材变得更苗条了。特别是生完宝宝后，孩子满月即瘦身成功，这说明张柏芝的瘦身功夫已是炉火纯青，这里面的私家秘方，恨胖的 MM 都快来看看吧！

一、忍住口腹之欲

以前试过很多瘦身方法都不成功，都是因为贪吃忍不了口，又不肯戒口，减肥要成功，其实关键就是要忍得住，如果做不到就永远只能背着一身肥肉。当你减到满意的磅数后，便可以适量地吃些喜欢的食物。

二、跑步、跳舞

减肥一定要配合运动，张柏芝一有时间就在家中跑跑步机，每天 1 小时，如果是在外地工作，就用游泳代替，同时还跟老师学跳舞，每次都跳 1 小时，最初觉得好辛苦，后来发觉跳舞对保持身材很有帮助。特别是生完小霆锋后也被媒体拍到身裹保鲜膜跑步的新闻。

三、“罚站”

①背部挺直，紧贴墙壁站立。

②双臂侧平举。

③双脚轮流慢慢提起至 90 度，保持 10 分钟。

以上动作重复做 30 分钟，再轮流抱膝 15 分钟，背部要一直紧贴墙壁，保持身段曲线完美流畅非常有效。



四、适当加大工作量

其实人最怕闲着，人一闲嘴就馋，而且犯懒不愿意运动，如果你用工作来填补空闲时间，就没有时间去想该吃什么零食，那么自己控制饮食的意志力就会增强。所以，张柏芝在减肥期间除了拍电影，还有新唱片推出，工作量之大是往日的两倍。

五、不靠药物减肥

张柏芝刚开始减肥时，朋友从外国买了一种减肥药给她试，的确瘦得很快，但常常要去厕所小便，感觉很不健康，后来听说对肾不好，便不再吃，怎知很快就打回原形。因此不再信吃药减肥，吃药不当容易有副作用，而且维持得不长久，所以需要减肥的人要注意这点。

(周盈盈)

在皮草盛行的冬季，我们主张用轻巧的皮草单品营造日常的华丽感，那么本季就用皮草领围等来彰显它的温暖与奢华吧。

光彩照人的皮草单品



领子用皮草做的开襟针织衫。



学院风小外套。



手感舒适柔软的皮草马甲。



带有蕾丝花边的皮草围巾。



·流行超市·

本资料由“云度”友情提供

本栏目的宗旨是为了展示时下流行精品，彰显百搭个性，还原时尚本色，秀出美丽气质，所以企盼各大时装店、品牌店提供图文资料。
联系电话: 13592242208
QQ: 380836404