

Bequeme Stiefel in aufwändiger Verarbeitung

Offenbach. Rundere Formen und niedrigere Absätze, die die Füße entlasten, kennzeichnen die Damen-Schuhmode für Herbst und Winter. Hinzu kommen klassische Farböne und solide Materialien. Knallige Farben verschwinden, Schwarz, Nachtblau und Grau sind in. Die Favoriten für die kalte Jahreszeit bleiben zwar hohe Stiefel, doch sie bekommen Konkurrenz durch ultrakurze Stiefeletten. Die Formen erscheinen schlichter, doch das Material wird aufwändig verarbeitet. Das Leder wird poliert, gebürstet, gewaschen oder gewalzt. Matte Niete, kleine Nähte, Riegel und Metallverschlüsse sollen die antike Optik verstärken. Kombiniert wird das Leder mit leicht schimmerndem Samt oder glänzendem Lack. *gms*

Bei Hitze keine Schuhe mit schmalen Riemchen

Büren. Bei Hitze sollten keine Schuhe mit schmalen Riemchen getragen werden. Ist es heiß, schwellen die Füße an und normalerweise gut passende Schuhe fangen an zu drücken, erklärt Andreas Sanders, Vorsitzender des Verbandes Deutscher Podologen (medizinischer Fußpfleger) in Büren. In der Folge entstünden Blasen. Schmale Riemchen schnürten die Füße ein, breite Riemen an Sandalen seien weniger problematisch. Hilfreich seien kühlende Cremes und Bäder. Sie fördern das Abschwellen. *dpa*

Weite Schnitte für Ältere im Sommer

Limburg. Um heiße Tage im Sommer modisch zu überstehen, tragen ältere Menschen am besten weit geschnittene Kleidung aus Naturfasern. „Wenn zwischen Haut und Stoff ein wenig Luft passt, kühlt das besser. Ein hoher Baumwollanteil hilft, den Schweiß zu absorbieren“, sagt Rainer Wälde von der Typ-Akademie in Limburg. Außerdem tragen weite, fließende Stoffe dazu bei, Rundungen zu kaschieren. Eine dünne Langarmbluse habe dazu den Vorteil, dass sie blasse Haut vor der Sonne schützt, sagt Wälde. Helle Töne, die die Sonne reflektieren, sind dunklen Farben vorzuziehen. Diese schlucken die Strahlen und heizen Stoff und Körper zusätzlich auf. *gms*

Bei gebräunter Haut Haare nicht zu kurz schneiden lassen

Aachen. Mit sonnengebräunter Haut ist beim Friseur Vorsicht geboten. Wer einen hellen Hautstreifen unter dem Haaransatz vermeiden wolle, sollte sich die Haare nur sehr maßvoll schneiden lassen, sagte Antonio Weinitschke vom Zentralverband des deutschen Friseurhandwerks. Wenigstens die Konturen sollten nicht zu kurz geschritten werden. Zur Not kann der Streifen ungebräunte Haut mit Selbstbräuner kaschiert werden. Wer das Problem im Vorfeld vermeiden wolle, müsse seine Haare beim Sonnenbad aus dem Gesicht streichen oder hochstecken. *gms*

Retro-Trend macht Beine

Die Leggings sind zurück – In Kombination mit einem Rock ist das Beinleid wieder salonfähig

Die lange Zeit als Stilsünde verachteten Leggings erwachen langsam aus ihrem Dornröschenschlaf. Experten prognostizieren, dass die „Strumpfhosen ohne Fuß“ diesen Herbst in Kombination mit Röcken zurückkehren.

VON SZ-MITARBEITERIN DANIELA SCHULZ

Darmstadt. Ob Schulterpolster oder Radlerhosen – es gibt Trends, von denen man hofft, dass sie nie wieder kommen werden. Auch Leggings gehörten für viele Frauen jahrelang zu den ungeliebten Mode-Accessoires. In der kräftigen Baumwollversion, kombiniert mit ausgelatschten Tretern, wurden sie als Relikt der 80er Jahre von einigen Unverbesserlichen eher als Stilsünde denn als modisches Statement durch Fußgängerzonen und Supermärkte getragen. Für modebewusste Frauen waren Leggings damit tabu. Doch in diesem Herbst – das prognostizieren Experten – erleben die „Strumpfhosen ohne Fuß“ eine salonfähige Wiederbelebung.

Erste Anzeichen gab es bereits letzten Herbst, als Designer in Paris, London und New York Leggings aus ihrem Dornröschenschlaf weckten und sie mit Kleidern und kurzen Röcken kombinierten. Seitdem bahnten sie sich als hippe Beinleid den Weg durch die Metropolen. Wer allerdings noch im Frühjahr in Deutschland bei den großen und sonst so trendbewussten Modeketten nach Leggings suchte, der wurde verärgert und alternativ in die Unterwäsche- oder Sportabteilung geschickt. Für die Darmstädter Stilberaterin Kerstin Nern war der Trend dabei längst absehbar: „Die Hosenbeine wurden zuletzt ja auch immer enger. Da war der Weg zu Leggings nicht mehr weit.“ Man hätte es also ahnen können, schließlich stopfte man seit einer Weile ja auch Röhrenjeans in Stiefel und propagierte damit eine körperbetonte Linie.

Doch Vorsicht: „Leggings werden anders als in den Achtzigern nicht als Hosenersatz getragen“, warnt Kerstin Nern, „ihr Material ist heute so dünn, dass sie nur in Kombination getragen werden. Meistens mit Röcken.“ Bei kurzen Röcken oder Sommerrocks habe das natürlich den Vorteil, dass man diese noch tragen kann, wenn es draußen schon wieder kühler wird.

Leggings unter dem Rock sind also kein Stilbruch, sondern eine praktische und raffinierte Variante, um die Beine zu wärmen. Und eine stilvolle obendrein. Nern: „Nach wie vor lieben es viele junge Frauen, Röcke über Hosen zu tragen. Auch dieser Trend ist immer noch zeitgemäß.“

Das einzige Manko: Nicht jedes Frauenbein ist für Leggings geschaffen. Durch den fehlenden Fußschneid Leggings das Bein „ab“, wo man sie enden lässt, „Wenn eine

Frau zum Beispiel kräftige Waden hat, dann werden diese unter Umständen durch Leggings zusätzlich betont“, erklärt die Stilberaterin. Leggings sind also ein Kleidungsstück, das einiges an Geschick im Umgang erfordert und darüber hinaus in Szene gesetzt werden will. Kerstin Nern: „Da muss man sich bewusst vor den Spiegel stellen und ein bisschen ausprobieren, in dem man Leggings auf dem Bein um einige Zentimeter hin und her schiebt. Schlanke Fesseln kann man durch Leggings zum Beispiel wunderbar betonen. Grundsätzlich gilt: Je höher Leggings enden, desto sportlicher wird der Look.“

Wer gerne Leggings trägt, der muss also einerseits die richtige Länge am eigenen Bein austarieren. Andererseits erfordern Leggings ein passendes Schuhwerk. Modeexpertin Kerstin Nern warnt: „Sneakers oder andere Turnschuhvarianten sind hier überhaupt nicht angebracht, weil sie dem Bein keinen Platz lassen. Ich empfehle ausgeschnittene Schuhe wie zum Beispiel Ballerinas, weil sie die Beine optisch verlängern.“ Absatzschuhe seien ebenso mit Vorsicht zu genießen. Nern: „Das kommt ein bisschen auf die Trägerin an. Absätze wirken immer sehr feminin, sind zu Leggings auf jeden Fall sehr gewagt, weil man einfach perfekt darin laufen können muss, um eine gute Wirkung zu erzielen.“ Richtige High Heels findet die Darmstädterin persönlich jedoch in jedem Fall „zu krass“. Halbhohe Schuhe seien da geschickter.

Leggings gibt es in dieser Herbstsaison in allen Farben und Mustern. Damit eröffnen sie jede Menge Kombinationsmöglichkeiten. Doch das enge Beinleid fordert als Strumpfhosenersatz seinen Besitzerinnen auch Kreativität ab. „Mit dem, was man trägt und wie man es trägt, hat man einen Blumenstrauß an Wirkungen“, weiß Kerstin Nern. Leggings eignen sich aus ihrer Sicht also für alle, die gerne mit der eigenen Optik spielen. „Man kann etwa auch kürzere Leggings zu einem etwas längeren Rock tragen – das fällt kaum auf. Damit erziele ich aber, wenn ich das möchte, einen Effekt auf den zweiten Blick“, erklärt die Expertin. „Oder ich trage die Leggings fast bis zum Fuß und dazu einen Rock, der etwa in der Mitte der Unterschenkel endet. Das sieht eher orientalisch aus.“

Ein Farb- oder Mustermix zaubert immer Unruhe aufs Bein. Ihr Einsatz will gut durchdacht sein. Dunkle, einfarbige Leggings sind meistens figurfreundlicher. Laut Modemagazin „Instyle“ ist Schwarz in diesem Herbst die klassische Leggingsfarbe. Die fußlose Retro-Hose hat sich damit auf Wunsch vieler Style-Experten zumindest farblich in Zurückhaltung zu üben. Kein Wunder, denn kaum ein Mode-Accessoire weiß besser, wie schnell ein positives Image wieder verspielt ist.



Trend für diesen Herbst: Leggings in Kombination mit einem Rock. Experten empfehlen dunkle, einfarbige Stücke. Foto: Action Press

Textilien schützen vor der Sonne

Bönnigheim. Nicht alle Textilien schützen in gleicher Weise vor der Sonne. So verfügt ein einfaches weißes Baumwollhemd über einen UPF-Wert von 10, dichtere dunkle Baumwollkleidung erreicht einen Wert von 20, teilen die Hohensteiner Institute in Bönnigheim mit. UPF steht für Ultraviolet Protection Factor und entspricht in etwa dem Lichtschutzfaktor (LSF) bei Sonnencreme. Spezielle UV-Schutztextilien aus Chemiefasern erreichen Werte bis zu 80 UPF. Auch bei Sonnenschirmen variiere der Wert je nach Stoffart, so dass Forschungsinstitut. Da Laien nach dem bloßen Augenschein nicht beurteilen könnten, wie sicher die Textilien sind, seien sie in der Regel auf Aussagen der Hersteller angewiesen, heißt es weiter. Diese geben den entsprechenden UPF-Wert auf den Produkten an. Grundlage für die Messungen ist den Angaben zufolge der UV-Standard 801. Bei der Bestimmung des UPF wird dabei von einer maximalen Strahlungsintensität mit dem Sonnenspektrum des australischen Sommers und dem empfindlichsten Hauttyp beim Träger ausgegangen. *gms*

◆ Weitere Informationen im Internet www.uvstandard801.de.

Abnehmen immer locker angehen

Bonn. Menschen, die abnehmen wollen, sollten bei einer Diät nicht zu streng mit sich sein. Rigorose Essverbote erhöhen nach Angaben des Verbraucher-Informationsdienstes aid in Bonn nur den Druck. Kann diesem nicht standgehalten werden, führe das zu Frust, Enttäuschung und möglicherweise zu einer Fressattacke. Statt bei der langfristigen Kontrolle des Körpergewichts zu helfen, könne somit die Entstehung einer Essstörung wie Magersucht und Bulimie (Ess-Brech-Sucht) gefördert werden. Bei Kindern bewirke das Verbot von Süßem nur heimliches Naschen.

Wer sich dagegen vornimmt, pro Woche von bestem Lebensmitteln weniger zu essen als bisher, setze sich zwar klare Grenzen, lasse sich aber auch genügend Freiraum beim Abnehmen. Die Maßnahmen sind weniger einschneidend, betont der aid. Das helfe dabei, das Gewicht langfristig zu halten. Außerdem sei eine kleine Kaloriensünde zwischendurch nicht nur lecker, sondern hebe auch die Stimmung. *dpa*

Vorsicht vor Henna-Tattoos

Hannover. Tattoos mit Henna-Farbe können sich als unangenehmes Souvenir aus dem Urlaub entpuppen. Häufig klagen Menschen, die sich in südlichen Ländern Hände und Füße von Straßenkünstlern verzieren lassen, später über Juckreiz und Ekzeme, warnt die Techniker-Krankenkasse in Hannover. Denn der Henna-Farbe werde zum Teil die Chemikalie Para-Phenylendiamin (PPD) hinzugefügt. Diese kann allergische Reaktionen hervorrufen.

Selbst nach Abklingen der Entzündung könne das Tattoo sich später noch über Monate hinweg als ein weißes Muster auf der Haut abzeichnen, erklärt die Krankenkasse. Normalerweise sei der natürliche Hautschmuck nur etwa zwei Wochen lang auf der Haut zu sehen. *gms*



Ein maßgeschneiderter Anzug kostet 2500 Euro und mehr. Foto: dpa

Die Grundregeln beim Anzugkauf

Es muss kein handgeschneidertes Modell sein – Hochwertige Qualität ab 500 Euro

Für Männer mit normalem Körperbau reicht ein Anzug von der Stange in der Regel aus. Experten geben Tipps, worauf bei der Anprobe geachtet werden sollte. Maßanzüge gibt's ab 2500 Euro.

Köln. Niemand würde ein Paar Schuhe kaufen, das nicht richtig sitzt. Doch viele Männer tragen Anzüge, der nicht passen. Die Schultern zu eng, die Jacke zu kurz, die Hose zu lang. „Am Angebot von der Stange liegt es jedenfalls nicht“, versichert Stilexperte Bernhard Roetzel aus Köln.

„Es muss kein teurer Maßanzug sein, sofern Sie einen normalen Körperbau haben.“ Vielmehr seien die meisten Männer mit einem fertigen Anzug besser bedient, weil sie sofort bei der Anprobe sehen, wie Jacke und Hose fallen und ob Stoff und Schnitt zum eigenen Stil passen. Dem stimmt auch Jörg Staben zu, Inhaber des gleichnamigen Traditionsherrenausstatters am Hamburger Rathaus: „Ein Anzug von der Stange reicht im Normalfall völlig aus. Man sollte mit seinem Geld lieber so rechnen, dass man noch etwas übrig

hat für Accessoires, also ein gutes Hemd, eine schöne Krawatte und ordentliche Schuhe.“ Wenn es ein hochwertiger Stoff, ein zeitlos eleganter Schnitt und sorgfältige Verarbeitung sein sollen, würden Roetzel und Staben rund 500 Euro kalkulieren.

Wer etwas möchte, das auf seine individuellen Vorlieben Rücksicht nimmt, für den bleibe nur ein Maßanzug, sagt Petra Claeßens, Präsidentin des Deutschen Modeinstituts (DMI) in Krefeld. Kenner identifizieren die Handarbeit schon von Weitem an der perfekten Passform.

Maßarbeit hat ihren Preis

Die Wertschätzung fürs Handgemachte kostet 2500 Euro und mehr. Sie beansprucht zudem Zeit. Schon das Maßnehmen nimmt eine halbe bis ganze Stunde in Anspruch. Bis zum Lieferzeitpunkt können drei Monate ins Land ziehen. Eine Alternative ist die so genannte Maßkonfektion. „Das ist ein Modell auf der Basis der üblichen Konfektionsgrößen, das in den Fabriken des Herstellers individuell angepasst werden kann“, erläutert Roetzel. Sol-

che „Hybriden“ gebe es ab 350 Euro. Für gut verarbeitete Maßkonfektion würde Roetzel jedoch eher „von 1000 Euro aufwärts“ ausgehen.

Beim Anzugkauf gilt: Auf die Anprobe kommt es an. Wer nicht sich oder einem guten Freund zutraut, den Sitz eines Modells zu beurteilen, sollte sich in die Hände eines erfahrenen Herrenausstatters begeben. „Am besten ist er gelernter Schneider“, empfiehlt DMI-Präsidentin Petra Claeßens.

Ein typischer Fehler nach Stabens Erfahrung ist, dass die Jacke zu klein gekauft wird und unter den Armen knieft oder an den Schultern spannt. „Das ist einfach unbequem und zerstört die Linie.“ Roetzel wundert sich häufig über zu lange Hosen: „Normalerweise sollte die Hose vorn nur leicht einknicken und hinten die Ferse des Schuhs höchstens halb bedecken.“

Fatal für die Wirkung seien außerdem zu lange Ärmel. „Dann erscheint die ganze Jacke zu groß.“ Richtig sei, wenn die Ärmel am Torso entspannt und gerade herunterhängen und dann die Armbanduhr noch ein Stück herauschauf. *gms*

HINTERGRUND

Baseball-Mützen sind ein verbreitetes Modeaccessoire für Männer geworden und auch als praktischer Wind- oder Regenschutz geschätzt. Zum einen Anzug passen sie allerdings nicht. Bei aller Popularität, sollte daran gedacht werden, dass diese Schirmmützen in erster Linie mit Sport in Verbindung gebracht werden“, sagt Image-Beraterin Eva Ruppert aus Coburg. Das heißt, zu sportlicher Kleidung und in die Freizeit passen sie gut, im Berufsleben oder gar zum Anzug sind sie dagegen ein Stilbruch.

Eine Frage des Alters ist das Tragen der vor allem unter Jugendlichen beliebten Baseball-Mützen dagegen nicht, findet Image-Beraterin Eva Ruppert: „Wenn der Träger sich mit seiner sportlichen Kleidung identifiziert und sie zum Anlass passt, wirkt damit auch ein älterer Mann nicht lächerlich.“ *dpa*