



◆ Das Angebot an Trachtenmode ist ungemein vielfältig KZENON/FOTOLIA

## Der Trachtenlook liegt wieder voll im Trend

Feste, Bälle, Hochzeiten: hochwertige Trachtenmode wurde als Festtagskleidung wiederentdeckt.

Trachtenmode kann so viel ausdrücken, und genau das dürfte es wohl auch sein, weshalb dieser „Look“ derzeit ein so großartiges Comeback quer durch alle Altersschichten hinlegt. Tracht – ob klassisch traditionell oder modern interpretiert – ist die passende Garderobe für jede Feierlichkeit oder Festivität.

Damen können auf eine stilvoll, elegante Art mit ihren weiblichen Reizen spielen, und zugleich Traditionsbewusstsein an den Tag legen. Dabei bleibt die modische Wahl nicht nur aufs festliche Dirndlkleid beschränkt. Die Auswahl an klassischer und moderner Tracht ist dermaßen vielfältig, dass sich für jeden Geschmack bzw. persönlichen Stil der passende Trachtenlook findet. Tracht steht heute für Lebensgefühl, wobei zwischen dezent, klassisch und auffallend, ausgefallen alles möglich ist.

Bei den Herren und Burschen erfreut sich die Trachten-Lederhose großer Beliebtheit. Dabei spielt

es überhaupt keine Rolle, ob diese kurz, lang oder kniebund angefertigt ist, und mit oder ohne Stutzen getragen wird. Der Träger genießt – natürlich ein bisschen anlassbedingt – größtmögliche, modische Freiheit.

### Schicke Landhausmode

Das Angebot an Trachten ist in den letzten Jahren ungemein vielfältig geworden, wobei vor allem auch die Landhausmode neue Akzente setzt und gerne im Alltag getragen wird. Traditionell wurde die Landhausmode in Leinen und Baumwolle angefertigt, mittlerweile haben allerdings auch hier neue Stoffe, bunte Farben und Designs Einzug gehalten.

Mit süßer, reizvoller Dirndlmode in mini lassen sich auch junge Damen wieder mehr für die Tracht bzw. Landhausmode begeistern. Bei der Wahl der Trachtenblusen entscheidet der persönliche Geschmack, vom tiefen Dekolleté bis hochgeschlossen ist alles möglich.

## Kuschelige Modeträume in der buntesten Jahreszeit

Nicht nur die Blätter leuchten jetzt in allen Farben, auch die neuesten Modetrends versprechen Vielfalt. Gemütlichkeit und modebewusstes Auftreten müssen dabei aber kein Widerspruch sein.

Wenn die Tage kälter werden, greift man gerne zum kuscheligen Strickschal oder zur dicken, etwas unmodischen Baumwolljacke – Gemütlichkeit geht eben vor. Aber auch im Herbst können modische Akzente gesetzt werden.

### Klassisch modisch

Der klassische Rollkragenpulli kommt nicht aus der Mode und auch Lederjacken, Capes und Ponchos gehören einfach zu der bunten Jahreszeit. Bei dem schnell

wechselnden Herbstwetter lassen sich so schnell Kleidungsstücke aus- und wieder anziehen.

Kräftige Rot-, Pastell-, Braun-, Grün- und Blautöne sind in diesem Herbst sehr gefragt. Dabei muss nicht gleich der komplette Kleidungsschrank umgekrempelt werden: Oft sind es nur Akzente, die eine große Wirkung haben. Ein schöner Schal in kräftigem Rot oder eine freche Mütze können beispielsweise auch etwas dezenten Outfits ordentlich Pep verleihen.



◆ Warme, kuschelige Kleidung kann auch modisch sein

FOTOLIA



◆ Freizeitläufer sollten das tolle Herbstwetter noch ausnützen. Ein Waldlauf hat, wenn man auf die richtige Bekleidung achtet und eventuell das Stretching einfach mal in die warme Wohnung verlegt, durchaus seine Reize

FOTOLIA

## Eine positive Einstellung zum Leben

Körperliche Fitness und eine gesunde Ernährung tragen wesentlich zum allgemeinen Wohlbefinden bei.

Wer sich in seinem Körper wohlfühlt, der wird auch eine positive Einstellung zum Leben haben. Leider schlägt uns das moderne Leben oft ein Schnippen. Büroarbeitsplätze, die kaum Bewegung ermöglichen, oder Jobs, bei denen langes Stehen notwendig ist, wirken sich auf die Fitness negativ aus. Kommt man dann völlig gestresst von der Arbeit nach Hause, warten entweder Küche und Haushalt oder man ist ganz einfach zu müde, oder besser gesagt überhaupt nicht motiviert, sich noch sportlich zu betätigen. Dabei gäbe es so viele Möglichkeiten. Für jene, die sich selbst nur schwer aufrufen können aktiv zu werden, empfehlen sich diverse Fitnesskurse. In der Gemeinschaft fällt es doch um einiges leichter. Die wenigsten Menschen halten regelmäßiges Training in den eigenen vier Wänden dauerhaft durch und entscheiden sich deshalb irgendwann für die Mitgliedschaft in einem Fitnessstudio. Dort trifft man auf Gleichgesinnte und der Moti-

vationspegel steigt, eventuell nach einem individuell erstellten Trainingsplan, für den eigenen Körper etwas Gutes zu tun.

Zu den beliebtesten Sportarten zählt allerdings das Laufen. Und das kann man sehr gut auch alleine machen. Laufen entspannt, macht fit und schön.

### Gesunde Ernährung

Außerdem spielt auch die Ernährung eine wichtige Rolle für einen gesunden Körper. Ungesunde Lebensmittel, die zu viel Fett, Zucker und künstliche Stoffe enthalten, führen zu Übergewicht. Diäten sind leider auch kein Allheilmittel. Mit fachkundiger Hilfe sollte es aber doch gelingen, das Gewicht auf gesunde Weise wieder in den Griff zu bekommen.

Fühlt man sich in seinem Körper wohl, stärkt das automatisch auch das Selbstbewusstsein. Stimmungsschwankungen im Herbst und Winter haben dann keine Chance. Aktive Menschen sind ausgeglichener und haben mehr Spaß am Leben.

ANZEIGE

BODYCONTOURING

*Belfigura*

LIPOMASSAGE – das sanfte Erfolgskonzept für eine schlanke, straffe und gut geformte FIGUR

100% natürlich

Cellulite und Umfang reduzieren

für Beine, Bauch & Co

kostenlose Erstanalyse

AKTION  
10 Behandlungen statt € 700,-  
€ 500,-

A-9500 Villach • Hauptplatz 7  
Telefon: +43 664 / 50 24 505  
E-Mail: resch@belfigura.com

www.belfigura.com