



## PROGRAMMA

### PORTAMENTO

- Programma personale d'azione
- Supporto di gruppo
- Studio del portamento
- Tecnica della sfilata
  - I passi usati
  - Portamento del busto e impostazione dello sguardo
  - I metodi di valorizzazione dei singoli capi
    - ◆ Giacca elegante
    - ◆ Giacca sportiva
    - ◆ Pelliccia
    - ◆ Accessori (borsa, ombrello, guanti ,etc.)
    - ◆ Intimo
    - ◆ Costumi da bagno
  - Accessori (pareo, occhiali, capello, etc.)
  - L'atteggiamento sulla passarella
  - Differenza tra portamento del capo e *valorizzazione* dello stesso
  - Portamento nella sfilata ritmica e ballata
  - Come rendere spettacolare una sfilata

## **IGIENE E COSMESI**

- Regole fondamentali
- Gli strumenti per il trucco
- Pulizia e preparazione del viso al trucco
- Trucco correttivo di base
- Trucco per eliminazione difetti
- Trucco per valorizzare i pregi
- Trucco fotografico
  - Foto bianco e nero
  - Foto a colori
- Trucco televisivo
- Trucco applicativo per fotografie e sfilate

## **DIETETICA**

- Programma alimentare di scelte complete
- Indicazione dei contenuti calorici dei vari alimenti
- Il peso forma
- Come raggiungerlo nei tempi idonei
- Come accantonare le calorie
- Dieta disintossicante
- Guida al mantenimento
- Esercizi ginnici atti a migliorare il proprio fisico
- Consigli su come effettuarli a casa

## **HAIR LOOK**

- Restyling completo dell'hair look
- Simmetria del viso
- Le acconciature e il taglio per valorizzare il proprio viso
- Tipi di tinte e indicazioni sulle più adatte alla propria persona
- Studio della pettinatura abbinata al trucco
- Preparazione dei capelli alla fotografia

## **POSA FOTOGRAFICA**

- Introduzione alla professione di fotomodella
- Il book
- Il composit
- Nozioni elementari di fotografia
- Tecniche di posa fotografica in interni
- Tecniche di posa in esterno
- Tecniche di posa per il beauty di viso
- Come creare il proprio look nelle pose fotografiche

## **GALATEO**

- Introduzione al galateo e cenni storici
- Dizionario delle buone maniere
  - In albergo
  - In ascensore
  - In macchina
  - In barca
  - Per impostare la carta da lettera
  - A cena e dopocena
  - Durante un Cocktail
  - Nelle conversazioni
  - Ospitalità
  - Presentazioni
  - Ristorante
  - A tavola

## **PSICOLOGIA E SUPPORTO DI GRUPPO**

### **RAPPORTO TRA L'INDOSSATORE/TRICE E L'AGENZIA**

- Cosa occorre richiedere all'agenzia
- Trattamento economico previsto nei vari casi
- Legislazione

### **NOTE DIDATTICHE**

Potrebbero essere necessarie, in corso d'opera, variazioni del programma. Questo in base anche alla preparazione ed alle capacità di approfondimento degli allievi. Essenziale risulterà sempre la loro capacità di rapportarsi all'insegnante e di sfruttare al massimo la sua esperienza, condizione indispensabile per una buona riuscita del corso, ma soprattutto, nella futura professione.