



Als Business-Coach setzt sie auch privat auf smarte Kleidung. Ihr Erfolgs-Trio: Weiblichkeit, Qualität und Lockerheit



- 1 Bestform:** Leinen-Mix-Kurzhacke von Jean Paul, ca. 250 Euro, Gr. 34-46
- 2 Multi-Talent:** dunkle Slim-Jeans von Brax, ca. 70 Euro, Gr. 34-44
- 3 Hoch hinaus:** Pumps von Magrit, ca. 220 Euro, Gr. 36-41

REGINA FÖRST

WEISS ALS COACH, WORAUF ES BEIM **BUSINESS-LOOK** ANKOMMT

„Der erste Eindruck zählt“

Charisma ist ihr Metier. Darüber hat Regina Först einen Bestseller geschrieben („Ausstrahlung. Wie ich mein Charisma entfalte“). Seit mehr als 20 Jahren hilft sie als Coach, das persönliche Potenzial zu erkennen. Dabei spielt Kleidung eine wichtige Rolle.

WELCHE BUSINESS-BASICS SIND UNVERZICHTBAR?

„Ein Hosenanzug und ein Kostüm, die Kompetenz und Autorität ausstrahlen, sich aber auch weiblich stylen lassen. Dazu eine perfekt sitzende Jeans, eine klassische weiße Bluse und ein klares, puristisches Kleid.“

IST TEUER BESSER?

„Gute Qualität ist wichtig, vor allem bei den Basics. Der Stoff sollte sichtbar edel sein und der Schnitt perfekt. Die beste

Garderobe nützt nichts, wenn sie nicht sitzt und die Figur schlecht aussieht.“

WORAUF IST BEI DEN ACCESSOIRES ZU ACHTEN?

„Weniger ist mehr. Schmuck oder Tücher sind Blickpunkte – je mehr man bietet, desto schwerer fällt es, auf das zu hören, was wir sagen. Es gilt: hingeguckt ist weggehört. Auf keinen Fall sollten Accessoires auffälliger sein als man selbst. Ungeschickt, wenn sich alle an den Hut erinnern, aber niemand an die Trägerin.“

SIND GEDECKTE FARBEN DIE KLÜGERE WAHL?

„Das hängt von der Branche ab. Eine Bankerin wird Kunden nicht im roten Kostüm beraten, die Mitarbeiterin einer Kreativ-Agentur womöglich schon. Ge-

nerell sollten Farben zum Typ passen. Falls man dafür kein Gespür hat, ist der Besuch eines professionellen Farbberaters eine sinnvolle Investition.“

UNBEDINGT

Symbole nutzen. Politikerinnen tragen nicht zufällig Halstücher in der Parteilfarbe. Fast jede Branche hat etwas, mit dem sich spielen lässt.

Absatz tragen und die Figur betonen. Für mehr Weiblichkeit in der Business-Class!

LIEBER NICHT

Starke Farben und Muster. Sie lenken zu sehr ab von dem, was man zu sagen hat.

Haut zeigen Bei Rocklänge, Ausschnitt und nackten Armen darauf achten, dass es schön und stimmig wirkt (2x überdenken).