

# 指尖游戏

蔡帮小兰的玩美指甲 36 计

胡蕙兰◎著

## 蔡依林御用指甲彩绘师

美甲名店OOPS! J总教头 蔡帮小兰

不藏私密 技艺大公开

简单步骤123, 让你的指甲拥有大明星的闪亮光芒

OOPS! J是全台湾最知名的美甲创意团队, 由蔡依林 (Jolin) 担任创意总监  
诸多港台地区知名艺人都会到OOPS! J保养及设计指甲造型  
它是台湾演艺界、广告界、时尚杂志及众多品牌产品发布会等合作最频繁的顶尖团队  
包办了蔡依林、刘若英、飞儿、温岚、关之琳、黑涩会妹妹等当红艺人的指甲造型  
凭借对时尚潮流和专业技术的敏锐观察, 能带给你全新的体验

汕头大学出版社

【OOPS! J】创意总监Jolin



# 指尖游戏

蔡帮小兰的玩美指甲 36 计

胡蕙兰◎著

汕头大学出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

指尖游戏 / 胡蕙兰著. — 汕头: 汕头大学出版社, 2009.7

ISBN 978-7-81120-613-5

I. 指… II. 胡 III. 指 (趾) 甲—化妆—基本知识 IV. TS974.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 076448 号

版权所有 © 胡蕙兰

本书版权经由如何出版社授权汕头大学出版社出版简体版权,

委任安伯文化事业有限公司代理授权,

未经书面同意, 不得以任何形式任意重制、转载。

著作权登记号 图字: 19-2008-049 号



出品策划

网 址 <http://www.xinhua bookstore.com>

## 指尖游戏

作 者: 胡蕙兰

责任编辑: 胡开祥 李 颖

封面设计: 王 勇 蒋宏工作室

出版发行: 汕头大学出版社

广东省汕头市汕头大学内

经 销: 四川新华文轩连锁股份有限公司

印 刷: 廊坊市兰新雅彩印有限公司

开 本: 889mm × 1194mm 1/24

版 次: 2009 年 9 月第 1 版

印 次: 2009 年 9 月第 1 次印刷

定 价: 29.80 元

ISBN 978-7-81120-613-5

责任技编: 姚健燕

排版制作: 蒋宏工作室

邮 编: 515063

印 张: 5.5

字 数: 90 千字

发行/广州发行中心 通讯地址/广州市越秀区水荫路 56 号 3 栋 9A 邮编: 510075

电话/020-37613848 传真/020-37637050

版权所有, 翻版必究

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系退换

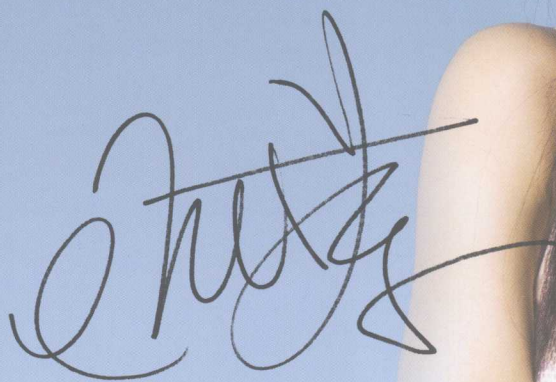




♡ 蔡依林 美甲造型 ♡







推荐序一  
**JOLIN** 蔡依林

集稳定的基本功和无限的创造力于一身的指甲达人  
让你进入美丽的园地，同时找到属于你应有的魅力

指尖时尚 3





♡ 温岚 美甲造型 ♡



推荐序二

**LANDY**

温岚

你的创意 爱不释手  
你的诚意 赞不绝口







♡ 飞儿 美甲造型 ♡





**FAYE** 飞儿



## 自序

终于将这本书完成啰，对于一个书读得不多的我而言，从未想过会和出书有什么关联（但我做到了）。回想当初对美甲的坚持、努力，经过那么多的辛苦才有现今的成果。而这一切要感谢妈妈的支持、Jolin 一路对我的严格要求与爱护、温岚的关心、熊熊及“蔡帮”姐妹的加油鼓励。同时，也非常感谢本书的编辑们（辛苦你们了）。

现在，就让小兰带领各位去看看美甲的奇幻世界吧！







NAIL GAME 指尖游戏·蔡帮小兰的玩美指甲 36 计



# 目录

## contents

### CHAPTER.1 美甲前戏

|                                        |    |
|----------------------------------------|----|
| 美甲工具的今昔对比 .....                        | 3  |
| 美甲工具 .....                             | 4  |
| 水晶指甲造甲工具 .....                         | 5  |
| 手部保养 .....                             | 6  |
| 小兰的 CORNER 报告老师！我真的靠玩指甲吃饭了 .....       | 8  |
| 小兰的 CORNER 自助 DIY VS. 专业美甲师 .....      | 10 |
| 小兰的 CORNER “型男守则”第一条——拥有干净整洁的双手 .....  | 12 |
| 彩绘上色基本步骤 .....                         | 14 |
| 小兰的 CORNER 灿烂缤纷的美甲嘉年华——东京的指甲朝圣之旅 ..... | 16 |
| 基本技巧 .....                             | 19 |
| • 法式彩绘 .....                           | 21 |
| • 点棒 .....                             | 23 |
| • 彩绘笔 .....                            | 25 |
| • 化妆棉 .....                            | 27 |
| • 水晶指甲造甲流程 .....                       | 28 |
| 小兰的 CORNER 完美作品的首要条件——充分的理解和沟通 .....   | 30 |

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| 小兰的 CORNER 从构思到成型——美感与灵感的神秘结晶 ..... | 32 |
| 小兰的 CORNER 惊人巧思来自于平日的点滴累积 .....     | 34 |

## CHAPTER.2 Bling Bling! “玩美” 五重奏

|               |    |
|---------------|----|
| 华丽风 .....     | 39 |
| • 王者风范 .....  | 41 |
| • 低调奢华 .....  | 43 |
| • 灿紫桃花 .....  | 45 |
| 朋克风 .....     | 47 |
| • 个性公主 .....  | 49 |
| • 朋克宫殿 .....  | 51 |
| • 缤纷游戏 .....  | 53 |
| 狂野风 .....     | 54 |
| • 银色骑士 .....  | 57 |
| • 森林霸者 .....  | 59 |
| • 璀璨金花 .....  | 61 |
| 甜美风 .....     | 62 |
| • 梦幻情人 .....  | 65 |
| • 心心相印 .....  | 67 |
| • 色彩拼盘 .....  | 69 |
| 典雅风 .....     | 70 |
| • 白色交响曲 ..... | 73 |



|                                          |    |
|------------------------------------------|----|
| · 红粉之恋 .....                             | 75 |
| 小兰的 CORNER 为每一双手寻找最到位的风格 .....           | 76 |
| 小兰的 CORNER 美化指甲的神奇百宝箱 .....              | 78 |
| 小兰的 CORNER 指甲与整体的超完美搭配——时尚舞台的百分百演出 ..... | 82 |

## CHAPTER.3 大明星的闪亮光芒

|                                               |     |
|-----------------------------------------------|-----|
| 蔡依林 .....                                     | 86  |
| 小兰的 CORNER 贵人排行榜第一号——美甲公主 Jolin .....         | 90  |
| 小兰的 CORNER 百变公主 Jolin 的梦幻华丽——史上最艰巨的超级任务 ..... | 92  |
| 温 岚 .....                                     | 96  |
| 飞 儿 .....                                     | 98  |
| 小兰的 CORNER 独一无二的兰式设计——艺人造型的“幕后黑手” .....       | 100 |

## CHAPTER.4 趾尖游戏

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| 小兰的 CORNER 炎炎夏日的俏丽主角——为脚趾换上美丽新衣 ..... | 104 |
| 足部保养 .....                            | 106 |
| 性感乍现 .....                            | 108 |
| 绚丽花火 .....                            | 109 |
| 小兰的 CORNER 用体贴与温暖为专业加分 .....          | 110 |
| 小兰的 CORNER 热情小女子 美丽大梦想 .....          | 112 |

# CHAPTER 1

美甲前戏

