

# Posing

Das Handbuch für Fotograf\*innen

# DAS INHALTS- VERZEICHNIS

» Hier geht's  
direkt  
zum Buch



# Inhalt

Vorwort .....	8
<b>1 BASICS .....</b>	<b>10</b>
1.1 Brennweite und Bildausschnitt .....	12
Wahl der Kamera .....	12
Welche Brennweite sollte ich nutzen? .....	13
Wie wirkt sich der Bildausschnitt aus? .....	18
1.2 Die Wirkung unterschiedlicher Aufnahmeperspektiven ....	20
1.3 Einfluss des Lichts – im Studio und on location .....	23
Studiobeleuchtung .....	23
On location .....	26
Auswirkungen auf Posen .....	27
<b>2 DAS MODEL .....</b>	<b>32</b>
2.1 Profi oder Amateur .....	34
Das Amateurmodell .....	35
Das Profimodel .....	38
Das Vorgespräch mit dem Model .....	40
Das Shooting vorbereiten .....	42
2.2 Das passende Model finden .....	44
Social Media .....	44
Modelplattformen .....	44
Networking-Events .....	47
Mundpropaganda .....	47
Modelagenturen .....	47
Sedcard .....	48
2.3 Ablauf des Shootings .....	48

<b>3</b>	<b>POSEN ENTWICKELN</b> .....	52
3.1	Inspirationsquellen für Posen .....	54
3.2	<b>Die Wirkung unterschiedlicher Posen</b> .....	55
	Wie sich die Location auf die Posen auswirkt .....	61
	Wie sich die Kleidung auf die Posen auswirkt .....	63
3.3	<b>Das Model anleiten</b> .....	65
3.4	<b>Mimik und Emotionen</b> .....	68
	Gesichtsausdruck .....	68
	Emotionen ausdrücken .....	68
3.5	<b>Figurtypen</b> .....	71
	Sanduhrfigur oder auch Figurtyp X .....	71
	Birnenfigur oder auch Figurtyp A oder Dreiecksfigur .....	71
	Apfelfigur oder auch Figurtyp V oder umgekehrte Dreiecksfigur .....	72
	Bananenfigur oder auch Figurtyp H oder gerade Körperform .....	74
	Orangenfigur oder auch Figurtyp O oder runde Körperform .....	75
3.6	<b>Die Pose aufbauen</b> .....	75
	Das Model anleiten .....	75
<b>4</b>	<b>POSING-IDEEN</b> .....	92
	<b>FRAUEN</b>	
	Sitzen auf einer Mauer .....	94
	Stehende Pose im Studio .....	97
	Auf dem Studioboden .....	102
	Der Reiz der S-Pose .....	105
	Selbstbewusste K-Pose .....	109
	Klassische Stuhlposen .....	111





Auf einer Holzbank .....	116
Anmutig vor einem Geländer posieren .....	119
Lässige Posen vor einem hohen Gitterzaun .....	122
Sitzposen auf einer niedrigen Steinmauer .....	126
Führende Linien in der Pose verwenden .....	130
Posen in einer Nische umsetzen .....	134
Kreative Posen auf einer Treppe .....	137

## **MÄNNER**

Stehende Pose im Studio .....	141
Lässige Sitzpose im Studio .....	146
Ausdrucksstarke Gesten .....	149
Sitzposen für ein Outdoorshooting .....	155
Hockende Posen für ein Outdoorshooting .....	158
Sitzposen auf einer niedrigen Mauer .....	161
Anlehnen an eine Wand .....	164

## **FASHION**

Posen an einer Säule .....	167
Dynamische Posen an einem Geländer .....	172
Fashion am Steg .....	176
Casual-Outfit-Shooting .....	180
Einfache Fashion-Posen im Studio .....	184
Dynamische Posen auf einem Stuhl .....	188
Fashion-Posen auf dem Studioboden .....	193
Ausdrucksstarke Powerposen .....	197

## **PAARE**

Paarposen im Stehen .....	202
Bodennahe Sitzpose .....	206
Liegende Posen .....	209
Eng umschlungene Paarposen .....	212

## **FAMILIEN UND GRUPPEN**

Familienfoto im Stehen .....	216
Familienfoto im Sitzen .....	220

## **KINDER**

Energetische Stehposen .....	224
Elegante Pose im Stehen .....	229

Tanzpose .....	232
Lockere Posen im Sitzen .....	235
Klassische Seitenpose .....	238
Posen auf einem Hocker .....	241
Stuhllehne einbeziehen .....	245
Cooler Sitzposen auf einer Bank .....	249
<b>SCHWANGERE</b>	
Grundpose im Stehen für ein Babybauchshooting .....	254
Elegante Stehposen für ein Babybauchshooting .....	257
Bodenposen für ein Babybauchshooting .....	260
Posen mit dem Partner .....	264
<b>AKT UND BOUDOIR</b>	
Seitliche Aktposen im Stehen .....	270
Aktrückenposen .....	274
Aktposen auf einem Hocker .....	277
Aktposen auf dem Boden .....	281
Aktposen im Knien .....	285
Aktposen in der Hocke .....	288
Sinnliche Aktposen im Liegen .....	291
Boudoir-Posen im Sitzen .....	295
Boudoir-Posen im Stehen .....	299
Boudoir-Posen im Liegen .....	303
<b>Index</b> .....	306

