




Diese Leseprobe haben Sie beim  
 edv-buchversand.de heruntergeladen.  
Das Buch können Sie online in unserem  
Shop bestellen.

[Hier zum Shop](#)

## Kapitel 9

### Blitzpraxis: Action- und Sportfotografie

Blitzen mit Highspeed-Synchronisation .....	300
Blitzen ohne Highspeed-Synchronisation .....	302
Dynamik durch Wischeffekte erzeugen .....	304
Beleuchtung variieren .....	307
PROJEKT: Motorrad-Trial .....	308
Scharfe Freihandaufnahmen in dunkler Umgebung .....	314
Sportaufnahmen in Innenräumen meistern .....	316

## Blitzen mit Highspeed-Synchronisation

Wenn es darum geht, Bewegungen einzufrieren, gibt es grundsätzlich zwei Möglichkeiten: Entweder ist die Belichtungszeit so kurz, dass die Bewegung scharf abgebildet wird, oder das Motiv wird hauptsächlich von dem kurz leuchtenden Blitzlicht beleuchtet. Bei sehr hellen Lichtbedingungen kommt das Licht des Blitzgerätes kaum gegen das Tageslicht an, daher bleibt Ihnen nur das Einfrieren über die Belichtungszeit. Und eine sehr kurze Belichtungszeit mit Blitz bedeutet, dass Sie die Highspeed-Synchronisation (HSS) benötigen.

Eine weitverbreitete Annahme besagt, dass die Highspeed-Synchronisation eine spezielle Blitzfunktion für schnelle Bewegungen sei. Das trifft jedoch nicht zu, genau genommen ist sogar das Gegenteil richtig, denn bei der Highspeed-Synchronisation sendet das Blitzgerät besonders lange Licht aus, nämlich für die gesamte Dauer des Belichtungsvorgangs. Daher gefällt mir die von Nikon verwendete Bezeichnung *Kurzzeitsynchronisation* auch besser, da sie die entscheidende Eigenschaft, bei kurzen Belichtungszeiten zu blitzen, treffend umschreibt. Das Einfrieren einer Bewegung mit der FP-Kurzzeitsynchronisation funktioniert also ausschließlich über die Belichtungszeit. Bezogen auf die Bewegungsunschärfe gibt es dabei keinen Unterschied, ob Sie mit oder ohne Blitz fotografieren. Wenn Sie also überlegen, bei der Sportfotografie Blitzlicht mit der Kurzzeitsynchronisation einzusetzen, kann es nur um die Aufhellung gehen, die Bewegung wird dadurch nicht schärfer abgebildet.



▲ **Abbildung 9.1**  
Die FP-Kurzzeitsynchronisation aktivieren Sie in den Individualfunktionen der Kamera.

► **Abbildung 9.2**  
Das Einfrieren der Bewegung funktioniert mit der FP-Kurzzeitsynchronisation nur aufgrund der kurzen Belichtungszeit.



Durch die bessere Ausleuchtung kann aber natürlich ein höherer Schärfedruck entstehen.

Wie ich es bereits im Abschnitt »Blitzen in heller Umgebung« ab Seite 225 gezeigt habe, führt das Blitzen mit der Kurzzeitsynchronisation zu einem Leistungsverlust, da das Blitzgerät über eine längere Zeitspanne Licht abgeben muss. Außerdem ist die Leitzahl im HSS-Betrieb – im Gegensatz zum normalen Blitzen – auch von der Belichtungszeit abhängig, das heißt, je kürzer die Belichtungszeit, desto geringer wird die Leitzahl.

Bei den Nikon-Blitzgeräten mit Display können Sie das anhand der Reichweitenanzeige gut nachvollziehen. Beim SB-5000 wird beispielsweise bei Blende f4, ISO 100 und 50 mm Leuchtwinkel ohne FP-Kurzzeitsynchronisation, also bis 1/250 s Belichtungszeit, eine Reichweite von zehn Metern angezeigt. Bei einer Belichtungszeit von 1/320 s, also mit FP-Kurzzeitsynchronisation, reduziert sich die Reichweite mit 4,9 Metern auf etwa die Hälfte. Bei 1/1000 s reicht das Blitzlicht noch 3,3 Meter weit, und bei 1/4000 s nur noch 1,8 Meter. Das FP-Zeichen wird im Display des Blitzgerätes übrigens immer angezeigt, sobald Sie die Kurzzeitsynchronisation im Kameramenü aktiviert haben, also auch bei längeren Belichtungszeiten, wenn der Blitz normal arbeitet.



◀ **Abbildung 9.3**  
Durch die FP-Kurzzeitsynchronisation wird die Blitzreichweite mindestens halbiert.

Nun könnte man auf die Idee kommen, eine möglichst lange Belichtungszeit zu wählen, damit die Blitzreichweite nicht zu gering ausfällt. Das ist aber nur teilweise richtig, denn bei gleicher Umgebungshelligkeit müssten Sie ja bei einer längeren Belichtungszeit die Blende oder den ISO-Wert entsprechend anpassen, was wiederum Einfluss auf die Blitzreichweite nehmen würde. Oder anders ausgedrückt: Mit 1/500 s Belichtungszeit bei Blende f4 haben Sie in etwa die gleiche Blitzreichweite wie mit 1/2000 s bei Blende f2.



Wenn Sie also zum Einfrieren einer Bewegung eine extrem kurze Belichtungszeit benötigen, sollten Sie diese Zeit wählen und die Belichtung über Blende und ISO-Wert regulieren. Auf die Blitzreichweite hat das keine nachteilige Auswirkung.



[ 85 mm | f1,8 | 1/4000 s | ISO 100 | Blitz TTL, HSS ]

> **Abbildung 9.4**  
Hier ergab sich die kurze Belichtungszeit durch die große Blendenöffnung.

## Blitzen ohne Highspeed-Synchronisation

Wenn Ihr Blitzgerät oder Ihre Kamera keine Highspeed-Synchronisation bietet oder Sie nur den internen Blitz zur Verfügung haben, sind Sie in den Möglichkeiten natürlich eingeschränkt. Sie können jedoch auch ohne Blitzlicht fotografieren und dann beliebig kurze Belichtungszeiten verwenden, soweit es die Kamera und die Lichtsituation zulassen.

Wenn Sie gegen den Himmel fotografieren, bietet sich jedoch eine Aufhellung mit Blitz an, da sonst entweder die Gesichter zu dunkel werden oder der Himmel überstrahlt und somit keinerlei Zeichnung mehr aufweist. Um die maximale Schärfe bei Bewegungen zu erreichen, sollten Sie mit der Blitzsynchronisation fotografieren, also je nach Kamera mit 1/200 oder 1/250 s. Am einfachsten erreichen Sie das mit der Zeitvorwahl, also mit der Belichtungssteuerung S. Je nach Geschwindigkeit der jeweiligen Sportart kann

diese Belichtungszeit für eine scharfe Abbildung ausreichen. Um ihre Sportfotos möglichst spannend zu gestalten, sollten Sie versuchen, den Akteuren möglichst nahe zu kommen. Bei Sportarten, in denen eine gleichmäßige horizontale Bewegungsrichtung dominiert, wie beispielsweise beim Laufen oder Radfahren, können Sie dann sehr gut die Technik des Mitziehens einsetzen. Hierbei verfolgen Sie das Objekt mit der Kamera und lösen sie noch während der Schwenkbewegung aus. Dann wird Ihr Motiv scharf abgebildet, und im Hintergrund ist durch das Mitschwenken etwas Bewegungsunschärfe zu erkennen.

Sie können die Schärfe noch steigern, indem Sie die Belichtung reduzieren, denn dann erhöht sich der Anteil des Blitzlichts. Wenn Sie dazu die Belichtungskorrektur verwenden, achten Sie darauf, dass diese sich nur auf den Hintergrund und nicht auf das Blitzlicht auswirkt. Sollte Ihre Kamera keine entsprechende Einstellung in den Individualfunktionen haben, stellen Sie die Belichtung manuell ein. Die Blitzleistung sollten Sie aber in jedem Fall von der TTL-Steuerung regeln lassen, da die Entfernung des Motivs zwischen den Aufnahmen sicher etwas variieren wird. Gegebenenfalls können Sie die Blitzhelligkeit über die Blitzbelichtungskorrektur anpassen.



[ 65 mm | f5,6 | 1/200 s | ISO 100 | kein Blitz ]

^ **Abbildung 9.5**  
Ohne Blitzlicht werden die Gesichter relativ dunkel.



[ 65 mm | f8 | 1/200 s | ISO 100 | Blitz TTL ]

< **Abbildung 9.6**  
Durch das Blitzlicht heben sich die Radfahrer besser vom Hintergrund ab.

Mit einer längeren Belichtungszeit können Sie auch eine schöne Dynamik ins Bild bringen. Damit der Hintergrund nicht zu hell gerät, müssen Sie die Blende entsprechend schließen, was wiederum eine größere Schärfentiefe zur Folge hat. Das ist in diesem Fall allerdings nicht schlimm, da der Hintergrund durch die Verfolgung des Motivs ohnehin unscharf wird. Durch das Blitzlicht bekommen Sie dann einen schönen Kontrast zwischen dem scharfen Motiv und dem verwischten Hintergrund. Die Blitzsynchronisation auf den zweiten Verschlussvorhang ist hierbei nicht nötig, da die Bewegungsunschärfe nur den Hintergrund und nicht das Motiv betrifft.

[ 50 mm | f11 | 1/100 s | ISO 100 | Blitz TTL ]



> **Abbildung 9.7**  
Mit einer längeren Belichtungszeit erzielen Sie eine schöne Dynamik.

## Dynamik durch Wischeffekte erzeugen

In nicht so heller Umgebung können Sie die Bewegungsunschärfe auch umkehren, das heißt, dass der Hintergrund scharf abgebildet wird und dafür das Motiv einen Wischeffekt erhält. Hier kommt es darauf an, die Belichtung so einzustellen, dass das Umgebungslicht deutlich zu sehen ist, aber schwächer

als das Blitzlicht bleibt. Außerdem muss die Belichtungszeit so lang sein, dass vom Motiv eine deutliche Bewegungsspur erzeugt wird. Daher würde ich Ihnen empfehlen, zunächst anhand von Testaufnahmen herauszufinden, bei welcher Zeit der gewünschte Effekt entsteht. Damit Sie alle Belichtungsparameter direkt steuern können, verwenden Sie hier am besten den manuellen Modus. Auch die Blitzgeräte können Sie hier manuell einstellen, da die Abstände zwischen Motiv und Blitzgeräten in etwa konstant bleiben. In meinem Beispiel war die Bewegung des Fahrrads relativ langsam, so dass für einen schönen Wischeffekt 1/15 s Belichtungszeit nötig war. Damit der Hintergrund nicht verwackelt, musste die Kamera auf ein Stativ

[ 40 mm | f8 | 1/200s | ISO 100 | 2 Remote-Blitze, manuell ]



^ **Abbildung 9.8**  
Die kurze Belichtungszeit blendet das Umgebungslicht komplett aus, das Motiv wird nur vom Blitzlicht beleuchtet.

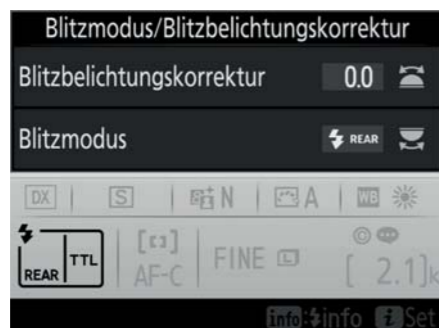
[ 40 mm | f8 | 1/15s | ISO 100 | 2 Remote-Blitze, manuell ]



^ **Abbildung 9.9**  
Durch die um fast vier Blendenstufen längere Belichtung wird das Umgebungslicht als Wischeffekt sichtbar.



> **Abbildung 9.10**  
Den Blitzmodus *Rear* stellen Sie bei gedrückter Blitztaste mit dem hinteren Einstellrad Ihrer Kamera ein.



Standardmäßig werden die Blitze am Anfang der Belichtung ausgelöst. Dadurch erscheint hier der Wischeffekt in Bewegungsrichtung vor dem Radler. Verwenden Sie hier daher besser den Blitzmodus *Rear*, dann lösen die Blitze aus, unmittelbar bevor der zweite Verschlussvorhang die Belichtung beendet.

[ 40 mm | f8 | 1/15 s | ISO 100 | 2 Remote-Blitze, manuell, Rear ]



> **Abbildung 9.11**  
Mit der Synchronisation auf den zweiten Verschlussvorhang unterstützt der Wischeffekt die Bewegungsrichtung.

## Beleuchtung variieren

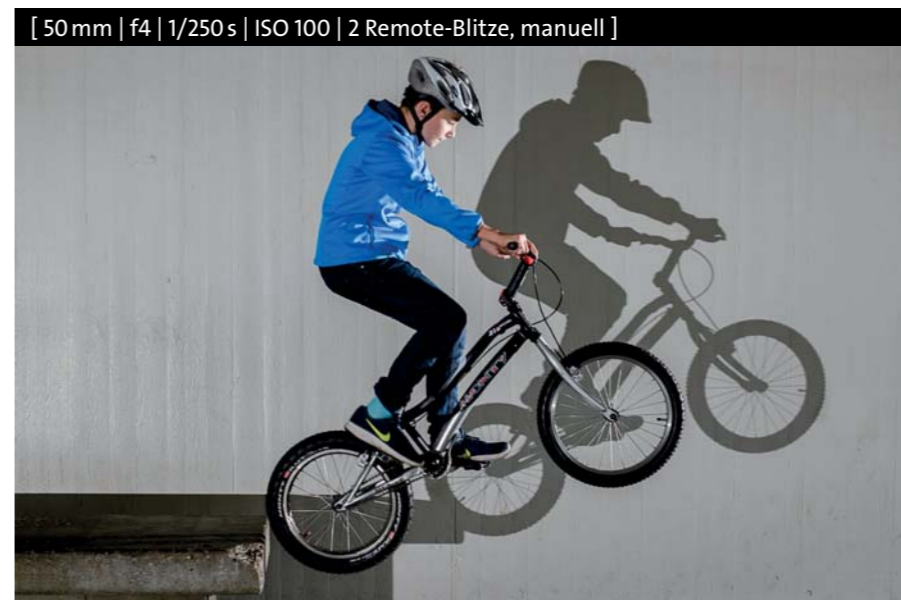
Beim Fotografieren »on Location« bieten sich oft Möglichkeiten, um mit einfachen Maßnahmen ganz verschiedene Beleuchtungssituationen zu schaffen. In diesem Fall ließ sich durch einen sehr flachen Einfallswinkel des linken Blitzes die Struktur der Wand betonen. Eine kleine Verschiebung des Stativs ändert hier das Licht gravierend, denn dann kann ein Pfeiler dazu genutzt werden, um das Licht auf die Wand abzuschatten. Dadurch wird nur der Junge auf dem Fahrrad beleuchtet, während der Hintergrund fast schwarz bleibt. So entstand übrigens das Titelbild von Kapitel 4.

▼ **Abbildung 9.12**  
Durch eine kleine Verschiebung des Blitzgerätes wird der Hintergrund durch den Pfeiler abgeschattet.



Ein weiterer interessanter Effekt entsteht, wenn Sie das Licht weiter nach vorn verschieben, so dass der Schatten leicht versetzt neben dem Radfahrer auf die Wand fällt. Je weiter entfernt das Blitzgerät positioniert ist, desto schärfer wird der Schatten.

[ 50 mm | f4 | 1/250 s | ISO 100 | 2 Remote-Blitze, manuell ]



◀ **Abbildung 9.13**  
Durch die kleine Leuchtfäche der Systemblitze können Sie sehr harte Schatten erzeugen.

## Motorrad-Trial

### PROJEKT

Auf einem Trial-Gelände gibt es verschiedene Kurse mit unzähligen Baumstämmen, Steinen und anderen Hindernissen, die mit dem Motorrad überwunden werden sollen. Da ist es nicht so einfach, sich für eine Perspektive zu entscheiden, denn nicht alles, was in der Realität spektakulär aussieht, lässt sich auch gut auf ein Foto bannen.



#### Verwendete Ausrüstung

- Nikon D610
- AF-S Nikkor 24-70 mm 1:2,8G ED
- AF-S Nikkor 70-200 mm 1:2,8G ED VR II
- Godox X1T-N Transmitter
- Godox TT685N mit Softbox, 30 cm
- Godox TT685N mit Softbox, 80 cm

Wie bei jeder Art von Sportfotografie ist auch beim Trial das Timing entscheidend für eine dynamische Aufnahme. Bei den Testaufnahmen achte ich daher nicht nur auf die Perspektive und die Belichtung, sondern versuche auch, ein Gefühl für den richtigen Moment zu bekommen.

Mein Shooting fand am späten Nachmittag bei bewölktem Himmel statt. Es herrschte daher ein sehr diffuses Licht. Durch die Büsche und Bäume ringsum wurde sehr viel Licht abgeschirmt, so dass das Licht fast nur von oben kam. Durch den Helm wurde das Gesicht des Fahrers zusätzlich abgeschattet.

Ziel des Shootings war, den Trial-Fahrer vor dem Hintergrund hervorzuheben, sowohl durch die Lichtführung als auch durch eine unscharfe Gestaltung des Hintergrunds. Zunächst habe ich mit dem AF-S 70–200 mm 1:2,8 bei Offenblende fotografiert. Die Belichtungszeit sollte möglichst kurz sein, ich wollte aber keine High-speed-Synchronisation benutzen, um nicht zu viel Blitzleistung zu verlieren. Den ISO-Wert habe ich schließlich so gewählt, dass das Foto ohne Blitz etwas unterbelichtet ist.

#### < Abbildung 9.14

Anhand von Testaufnahmen stelle ich die Belichtungsparameter ein.



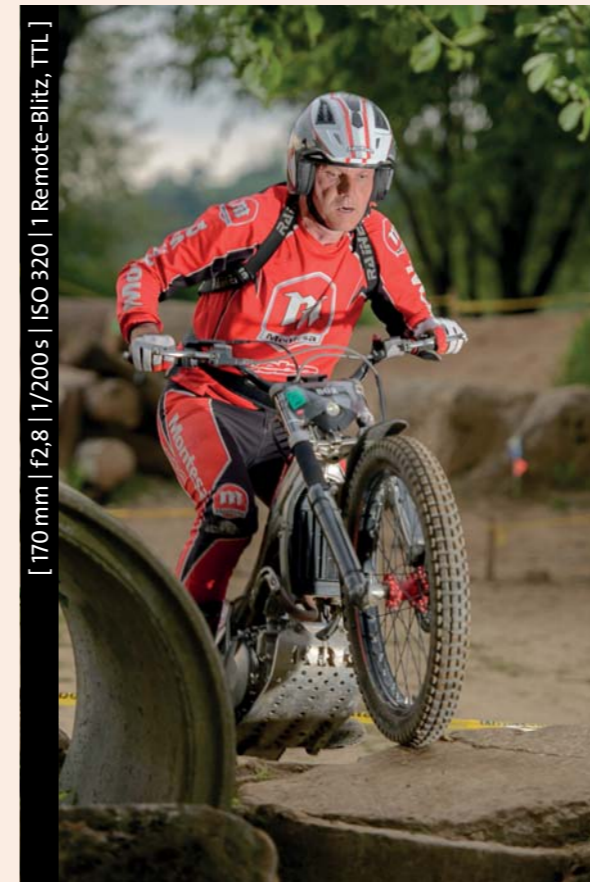
[ 170 mm | f2,8 | 1/200 s | ISO 320 | kein Blitz ]

Beim ersten Setup habe ich bewusst wenig Equipment verwendet, so dass ich es problemlos in einer normalen Fototasche unterbringen konnte. Ein einzelner Blitz mit einer kleinen, faltbaren Softbox auf einem Standfuß sollte genügen. Als Standort bot sich ein Felsen an, so dass der Fahrer von rechts vorn beleuchtet wurde. Trotz dieser kleinen Erhöhung kam das Licht etwas von unten, was für die Ausleuchtung von Personen normalerweise nicht so gut ist, da die Schatten im Gesicht dann unvorteilhaft verlaufen. Da der Fahrer jedoch immer eine nach vorn gebeugte Haltung hatte, passte die Lichtrichtung hier ganz gut.



#### ^ Abbildung 9.15

Diese faltbare Softbox ist praktisch, wenn das ganze Equipment in eine Fototasche passen soll.



[ 170 mm | f2,8 | 1/200 s | ISO 320 | 1 Remote-Blitz, TTL ]

#### < Abbildung 9.16

Ohne Korrektur ist das Blitzlicht etwas zu dominant.

Bei der Blitzsteuerung habe ich die TTL-Einstellung verwendet, so dass schon der erste Versuch im Prinzip richtig belichtet war. Mir erschien das Blitzlicht jedoch trotzdem etwas zu hell, so dass ich für die folgende Aufnahme (Abbildung 9.17) die Helligkeit um eine Blendenstufe reduziert habe.





[ 170 mm | f2,8 | 1/200 s | ISO 320 | 1 Remote-Blitz, TTL, -1LW ]

#### ^> Abbildung 9.17

Oben: Hier habe ich etwas zu spät ausgelöst, so dass die Schatten des Arms und der Nase ungünstig verlaufen. Rechts: Hier stimmten das Timing und die Ausleuchtung.



[ 170 mm | f2,8 | 1/200 s | ISO 320 | 1 Remote-Blitz, TTL, -1LW ]

Beim zweiten Foto war die Blitzhelligkeit gut, aber leider habe ich hier einen Moment zu spät ausgelöst. Dadurch ist nicht nur die Position des Motorrads nicht mehr optimal, auch die Schatten der Nase und des Arms verlaufen jetzt sehr schlecht. Da der Blitz relativ dicht am Motiv war, führte bereits eine geringe Verzögerung zu großen Auswirkungen auf das Licht. Beim nächsten Versuch war das Timing aber gut, was das überzeugende Ergebnis beweist.

Dem zweiten Setup lag die Idee zugrunde, durch eine zusätzliche Lichtkante die Aufnahme noch plastischer wirken zu lassen. Um einen größeren Bereich ausleuchten zu können, habe ich die Blitzgeräte in etwas größerer Entfernung zum Motiv aufgestellt. Außerdem musste ich natürlich darauf

achten, dass die Blitzgeräte niemandem im Weg stehen. Damit das Licht von vorn nicht zu hart geriet, kam eine entsprechend größere Softbox zum Einsatz, die kleine 30-cm-Softbox fungierte als Gegenlicht von rechts hinten.



#### ^ Abbildung 9.18

Der Lichtaufbau bestand aus einer 80 cm großen Softbox links und einer kleinen Softbox rechts hinten.

Hier war von vornherein klar, dass verschiedene Perspektiven aufgenommen werden sollten. Daher war es sinnvoll, die Blitzleistung manuell einzustellen, denn bei der TTL-Steuerung kann es bei unterschiedlichen Blickwinkeln zu leicht abweichender Blitzhelligkeit kommen. Außerdem weiß man bei der manuellen Steuerung genau, welche Leistung gerade benötigt wird und kann so genau abschätzen, ob es noch Reserven gibt, um beispielsweise eine kleinere Blende zu wählen.

Bei der Testbelichtung habe ich zunächst eine frontale Perspektive ausprobiert. Die hat sich jedoch als wenig vorteilhaft herausgestellt, da das Motorrad dadurch sehr flach wirkt. Die Blitzleistung hat aber schon beim ersten Versuch relativ gut gestimmt, die Umgebung empfand ich allerdings als etwas zu hell, daher habe ich den ISO-Wert bei der folgenden Aufnahme in Abbildung 9.20 um 2/3 Blendenstufen reduziert und die Blitzleistung um den gleichen Wert erhöht. Mit ein paar Versuchen war es dann kein Problem, einen guten Moment zu erwischen.



> **Abbildung 9.19**  
Bei einer frontalen Perspektive kommt das Motorrad nicht gut zur Geltung.



> **Abbildung 9.20**  
Durch die kontrastreiche Beleuchtung wirkt das Motorrad sehr plastisch.



Als Alternative wollte ich noch eine weitwinkligere Aufnahme machen, dazu habe ich das AF-S 1:3,5–4,5 24–85 mm mit der kürzesten Brennweite verwendet. Da die Lichtstärke nur 1:3,5 beträgt, habe ich die kleinere Blendenöffnung durch einen höheren ISO-Wert ausgeglichen. Dadurch blieb die Belichtung insgesamt konstant, so dass ich die Blitzleistung nicht zu verändern brauchte.

Durch die andere Perspektive wirkt die Aufnahme meiner Ansicht nach noch dynamischer. Allerdings ist dadurch auch fast das gesamte Gelände im Hintergrund zu sehen, so dass sich nicht immer alle störenden Elemente vermeiden lassen.

Eine weitere Möglichkeit, mehr Dynamik ins Bild zu bekommen, ist eine etwas längere Belichtungszeit, in diesem Fall 1/80 anstatt 1/200 s. Die Kamera muss dann mit dem Motorrad mitgeschwenkt werden, um eine leichte Bewegungsunschärfe im Hintergrund zu erhalten.



^ **Abbildung 9.21**  
Durch die untersichtige Perspektive wirkt die Aufnahme sehr dynamisch.



< **Abbildung 9.22**  
Durch das Mitschwenken der Kamera wird der Hintergrund etwas unscharf.



## Scharfe Freihandaufnahmen in dunkler Umgebung

Abendveranstaltungen auf offener Straße zu fotografieren ist bezüglich der Belichtung sicherlich eine der größten Herausforderungen, denn das Licht ist meistens so knapp, dass man trotz eines lichtstarken Objektivs und eines hohen ISO-Werts eine lange Belichtungszeit benötigt, was scharfe Aufnahmen von sich bewegenden Personen nahezu unmöglich macht. Während man sich in Innenräumen oft noch mit indirekten Blitzern behelfen kann, gibt es diese Möglichkeit im Freien nur in Ausnahmefällen.

Ritterturniere auf einem Mittelalterfest gehören zu dieser Art Veranstaltungen, denn sie finden oft im Dunkeln statt, da die ganze Atmosphäre mit Fackeln und kleinen Feuerstellen dann wesentlich eindrucksvoller ist. Hier kommt als Schwierigkeit hinzu, dass man beim Fotografieren gezwungen ist, relativ große Entfernungen einzuhalten, da man zu den Pferden und Rittern natürlich einen Sicherheitsabstand einhalten muss. Aufgrund der schnellen Bewegungen bietet sich die Verwendung von Blitzlicht an, wobei die Reichweite des Blitzlichts an sich kein Problem darstellt, denn einen hohen ISO-

Wert sollten Sie ohnehin in jedem Fall verwenden, um möglichst viel von dem atmosphärischen Licht mit einzufangen. Doch wie ich schon an anderen Stellen gezeigt habe, führt das direkte Blitzen auf große Entfernungen durch die angestrahlte Luftfeuchtigkeit zu flauen und kontrastarmen Bildern.

Die einzige Möglichkeit, um zu schöneren Blitzaufnahmen zu kommen, ist daher der Einsatz von einem oder auch mehreren Remote-Blitzgeräten. Auch wenn es durch die großen Zuschauermengen oft erschwert wird, einen guten Blickwinkel zu finden, ist es doch ein Vorteil, wenn man sich um den Veranstaltungsort (anders als bei einer Theateraufführung) herumbewegen kann. Wenn Sie mit Freunden oder Bekannten unterwegs sind, besteht die Möglichkeit, dass Sie sich aufteilen und verschiedene Standorte aufsuchen. Dann kann Ihre Begleitung den Blitz von einer guten Position auf das Motiv halten, und Sie fotografieren aus einer anderen Richtung. Das seitliche Blitzen erzeugt nicht nur ein viel schöneres Licht, es

### ▼ Abbildung 9.23

Direktes Blitzlicht führt zu flauen Aufnahmen, und die Augen von Reiter und Pferd sehen unnatürlich aus.

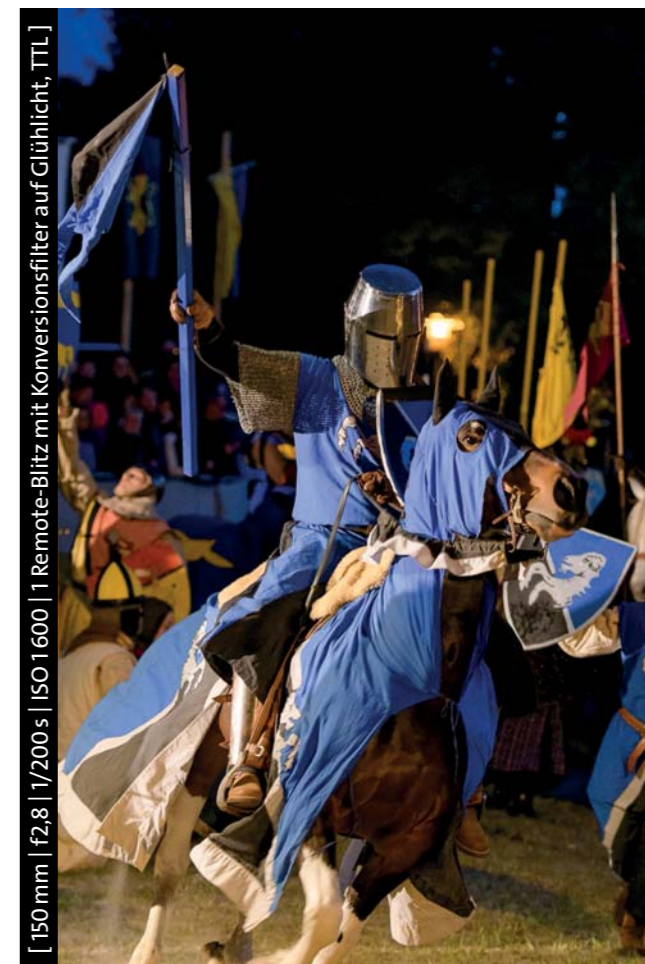


[ 200 mm | f2,8 | 1/200 s | ISO 1600 | Blitz TTL ]

hat auch den Vorteil, dass Pferde und Reiter durch das Blitzlicht nicht so stark geblendet werden. Auf Serienaufnahmen mit Blitz sollte man aber aus Rücksicht auf die Akteure und die Zuschauer besser komplett verzichten. Versuchen Sie lieber, im richtigen Moment auszulösen. Wenn Sie den Ablauf ein paar Mal aufmerksam beobachtet haben, ist das gar nicht so schwierig.

Aufgrund der großen Entfernungen und des fehlenden Sichtkontakts sollten Sie auf jeden Fall mit einer Funksteuerung arbeiten, die optische Auslösung wäre hier mit großer Wahrscheinlichkeit überfordert. Da die Entfernungen zwischen Blitz und Motiv nur schwer abzuschätzen sind und sich zudem ständig ändern, kommt für die Blitzsteuerung nur TTL in Frage. Darüber hinaus sollten Sie unbedingt den Konversionsfilter auf Glühlicht verwenden, damit das Blitzlicht nicht zu blau wird und damit die Lichtstimmung zerstört.

Sollten Sie allein unterwegs sein, können Sie dennoch ein Remote-Blitzgerät nutzen, denn auch wenn Sie es nur einige Meter entfernt auf einem kleinen Stativ oder auch einfach auf den Boden stellen, erhalten Sie eine wesentlich bessere Ausleuchtung, als wenn Sie direkt blitzen. Solange das Blitzgerät in der Nähe ist, können Sie es zudem leichter im Auge behalten und so vermeiden, dass es jemand beschädigt oder gar entwendet.



[ 150 mm | f2,8 | 1/200 s | ISO 1600 | 1 Remote-Blitz mit Konversionsfilter auf Glühlicht, TTL ]

### ▲ Abbildung 9.24

Hier wurde der Remote-Blitz von meiner Begleitung auf der Zuschauertribüne links von mir gehalten. Dieses seitliche Licht sorgt für eine kontrastreiche Ausleuchtung.

### > Abbildung 9.25

Zur Not können Sie das Blitzgerät mit dem kleinen Standfuß direkt auf den Boden stellen.





[ 150 mm | f2,8 | 1/200 s | ISO 1600 | 1 Remote-Blitz, TTL ]



[ 75 mm | f2,8 | 1/200 s | ISO 1600 | 1 Remote-Blitz, TTL ]

#### ^ Abbildung 9.26

Links: Mit dem Licht des seitlichen Remote-Blitzes kommt die Rüstung des Ritters gut zur Geltung. Rechts: Hier befand sich der Blitz in geringem Abstand rechts von der Kamera auf dem Boden. Bei beiden Bildern kam ein Konversionsfilter auf Glühlicht zum Einsatz.

## Sportaufnahmen in Innenräumen meistern

In Sporthallen sind die Lichtbedingungen für die Aufnahme von schnellen Bewegungen oft ungünstig. In den meisten Fällen werden Sie es mit einer Mischung aus Tages- und Leuchtstofflampenlicht zu tun haben, wobei die Helligkeit insgesamt eher gering ist. Um actionreiche Motive scharf abbilden zu können, sind daher ein lichtstarkes Objektiv und höhere ISO-Werte nötig. Ein Blitz kann in solchen Situationen hilfreich sein, um die Schatten aufzuhellen und so den Aufnahmen ein bisschen mehr Schärfe zu verleihen.

Wenn Sie sich in der Halle frei bewegen können, sollten Sie neben einer interessanten Perspektive und den Lichtverhältnissen auch den Hintergrund berücksichtigen. Grundsätzlich sollten Sie versuchen, die Aufnahmerichtung so zu wählen, dass Sie möglichst wenig störende Bildelemente mit aufnehmen. In einer Wettkampfsituation ist es aber meistens interessanter, wenn statt einer kahlen Wand die Zuschauer, der Trainer oder eine Anzeigentafel

zu sehen sind. Der Abstand zwischen den Sportlern und dem Hintergrund sollte dabei möglichst groß sein. Das hat nicht nur den Vorteil, dass der Hintergrund unscharf abgebildet wird. Sie vermeiden dadurch beim Einsatz von Blitzlicht auch unschöne Schlagschatten.

Wenn Sie mit Blitz fotografieren, sollten Sie auf Serienaufnahmen möglichst verzichten. Je nach benötigter Blitzleistung ist die Anzahl der Reihenaufnahmen ohnehin sehr begrenzt. Ein Blitzlichtgewitter ist aber vor allem für die Sportler oft unangenehm. Besser ist es, den spezifischen Bewegungsablauf einer Sportart vorab gut zu studieren. Dazu können Sie auch die Videofunktion Ihrer Kamera verwenden. Nehmen Sie einfach die gewünschte Bewegung auf, und schauen Sie sich das Video dann in der Wiedergabe über den Multifunktionswähler Bild für Bild an. So können Sie sehr gut herausfinden, welcher Moment besonders eindrucksvoll aussieht. Mit etwas Übung können Sie dann sicher zum perfekten Zeitpunkt auslösen. Zudem können Sie natürlich im Vorfeld recherchieren und sich beispielsweise bei YouTube entsprechende Filme anschauen.



#### Hinweis

Bei Hallensportveranstaltungen ist das Blitzen oft nicht erlaubt, da es die Konzentration der Sportler stören kann. Informieren Sie sich daher vorab beim Veranstalter oder beim Trainer, ob Sie mit Blitzlicht fotografieren dürfen. Alternativ können Sie sich auch nach Möglichkeiten erkundigen, beim Training zu fotografieren.

Können Sie auf Serienaufnahmen nicht verzichten, sollten Sie eine externe Stromversorgung nutzen, sofern Ihr Blitzgerät über eine Anschlussmöglichkeit verfügt. So können Sie die Blitzfolgezeit deutlich reduzieren und dadurch mehr Aufnahmen direkt hintereinander machen. Denken Sie aber daran, dass der Blitzkopf nach einer Aufnahmeserie eine Weile braucht, um wieder abzukühlen.

Wenn Sie beim Training fotografieren, haben Sie natürlich mehr Freiheiten bei der Ausleuchtung. Da bietet es sich an, mit Remote-Blitzgeräten zu arbeiten. Für die folgenden Tischtenisaufnahmen habe ich zwei Blitzgeräte auf Lampenstativen ohne Lichtformer verwendet.



#### ▼ Abbildung 9.27

Die beiden Blitzgeräte leuchten einen weiten Bereich aus.



Da die Spieler relativ viel Bewegungsfreiheit brauchen, sollten die Stative in einigem Abstand zur Tischtennisplatte stehen. Dadurch ist gleichzeitig die Ausleuchtung in einem weiten Bereich relativ gleichmäßig.

Sie können in dieser Situation ohne Weiteres mit der manuellen Blitzeinstellung arbeiten. Eine gute Alternative ist hier jedoch die TTL-Steuerung in Verbindung mit dem Blitzbelichtungsspeicher. Beim Advanced Wireless Lighting müssen dazu alle Gruppen auf TTL eingestellt sein.

Um die Blitzhelligkeit zu speichern, wählen Sie den gewünschten Bildausschnitt und drücken die Taste, die Sie mit dem Blitzbelichtungsspeicher belegt haben.

Dadurch werden unmittelbar die Messblitze ausgelöst und die Daten gespeichert. Um die Helligkeit beurteilen zu können, machen Sie anschließend eine Aufnahme. Anhand dieser Aufnahme können Sie nun entscheiden, ob die Blitzhelligkeit passt oder ob Sie eine Gruppe heller oder dunkler haben möchten. Im Prinzip also so, wie Sie es von der TTL-Steuerung gewohnt sind. Der Unterschied ist jedoch, dass keine erneuten Messblitze ausgesendet werden, sondern lediglich die nötige Blitzenergie neu berechnet wird.



^ **Abbildung 9.28**  
An dem L-Blitz-Symbol erkennen Sie, dass der Blitzbelichtungsspeicher aktiv ist.



**Menüeinstellungen für Blitzbelichtungsspeicher vornehmen**

Um den Blitzbelichtungsspeicher zu nutzen, müssen Sie eine Taste an Ihrer Kamera mit dieser Funktion belegen. Außerdem bietet es sich an, in den Individualfunktionen eine längere Standby-Vorlaufzeit einzustellen, denn die Messung wird nur so lange gespeichert, wie der Belichtungsmesser aktiv ist. Eine Zeit von fünf oder zehn Minuten kann bei dieser Anwendung daher nicht schaden.



Sie können demnach die Werte für die einzelnen Gruppen so lange verändern, bis Sie überzeugt sind. Dann bleibt die Blitzhelligkeit für alle folgenden Aufnahmen konstant, ganz egal, wie Sie den Bildausschnitt wählen. Hier ist es also so, wie Sie es von der manuellen Blitzeinstellung kennen.



^ **Abbildung 9.29**  
Mit dem Blitzbelichtungsspeicher ist die Blitzhelligkeit unabhängig vom Bildausschnitt.

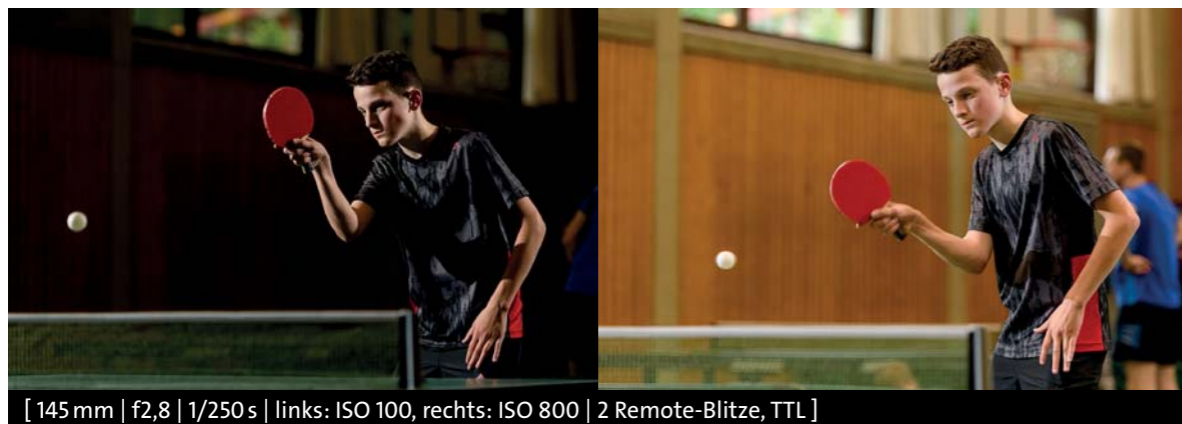
Der große Vorteil des Blitzbelichtungsspeichers liegt jedoch darin, dass die Blitzleistung automatisch angepasst wird, wenn Sie eine andere Belichtungseinstellung wählen. Sie können also die Blende oder den ISO-Wert beliebig ändern, und die Blitzhelligkeit bleibt konstant, sofern die Blitze nicht an ihre Leistungsgrenze stoßen. Mit dieser Technik können Sie sehr schnell und bequem Aufnahmen mit verschiedenen Belichtungsvarianten machen.



**Vorteile des Blitzbelichtungsspeichers**

Mit dem Blitzbelichtungsspeicher kombinieren Sie die Vorteile der TTL-Steuerung, also die automatische Anpassung der Blitzleistung bei einer Einstellungsänderung, mit dem Vorteil der manuellen Einstellung, nämlich der konstanten Blitzhelligkeit.

Für die Bilder auf der nächsten Seite habe ich in kurzer Zeit drei Varianten eines Tischtennisspielers aufgenommen. Bei kurzer Belichtungszeit und niedrigem ISO-Wert wird das Umgebungslicht weitgehend unterdrückt. Mit einem höheren ISO-Wert wird die Umgebung sichtbar, wobei die Bewegung trotzdem relativ scharf abgebildet wird.



[ 145 mm | f2,8 | 1/250 s | links: ISO 100, rechts: ISO 800 | 2 Remote-Blitze, TTL ]

^ **Abbildung 9.30**  
Bei aktiviertem Blitzbelichtungsspeicher bleibt die Blitzhelligkeit auch konstant, wenn Sie über den ISO-Wert die Umgebungshelligkeit verändern.

Anstatt den ISO-Wert zu erhöhen, können Sie auch die Belichtungszeit verlängern. Dann wird der Hintergrund genauso hell, die Bewegungsunschärfe ist jedoch deutlich zu erkennen. Die Bewegungsrichtung wäre allein in Bezug auf den Tischtennisspieler im Prinzip egal. Da man an der Haltung des Spielers jedoch erkennen kann, ob er den Ball gerade gespielt hat oder noch spielen muss, ist es doch wichtig, dass die Bewegungsrichtung des Balls richtig erscheint. Daher sollten Sie hier den Blitz auf den zweiten Verschlussvorhang synchronisieren, also den Blitzmodus **Rear** einstellen.



[ 145 mm | f2,8 | 1/30 s | ISO 100 | 2 Remote-Blitze, TTL, Rear ]

> **Abbildung 9.31**  
Mit einer längeren Belichtungszeit wird die Bewegungsunschärfe sichtbar.

Für die Ausleuchtung sind natürlich nicht nur die Belichtungseinstellungen, sondern vor allem die Positionen der Blitzgeräte entscheidend. Geht es bei Ihren Fotos um einen bestimmten Spieler oder eine Spielerin, sollte das Gesicht gut ausgeleuchtet sein. Machen Sie hingegen allgemeine Fotos zu einer Sportart, können Sie die Beleuchtung kontrastreicher gestalten und nur die Konturen beleuchten. Dazu stellen Sie die Blitzgeräte von der Kamera aus gesehen rechts und links hinter dem Sportler auf.



[ 175 mm | f2,8 | 1/250 s | ISO 100 | 2 Remote-Blitze, TTL ]

<v **Abbildung 9.32**  
Je nachdem, ob Sie das Gesicht oder den Umriss stärker betonen möchten, können Sie Ihr Motiv schräg von vorn (links) oder von hinten beleuchten (unten).



[ 175 mm | f2,8 | 1/250 s | ISO 100 | 2 Remote-Blitze, TTL ]