



tips & tricks

Is dit de eerste keer voor de professionele camera? Of ben je een doorgewinterd model die al vele studio's heeft bezocht? Het is altijd handig om nog even wat tips & tricks door te lezen.

Algemeen:

- Zorg dat je goed uitgerust bent, zodat dat je actief kan deelnemen aan de shoot!
- Drink voldoende water tijdens de fotoshoot. Maar ook de dag er voor! Als je huid droog is, zie je dat direct op de foto.
- Indien er geen visagist op de fotoshoot aanwezig is, moet je zelf je eigen make-up meenemen. Wat zeker aan te raden is : foundation, lippenstift/lipgloss, mascara, oogschaduw en wat zeker niet mag ontbreken: poeder om een glimmende huid te voorkomen.
- Is de fotosessie op locatie en de zon schijnt? Neem zonnebrand crème mee! Ook is het slim om dan geen parfum of een geparfumeerde deodorant op te doen. Dit lokt insecten!
- Scheer alle delen die eventueel te zien kunnen zijn, d.w.z. oksels, benen en eventueel bikinilijn. Niet waxen, scheren of harsen op de dag voor je shoot. Dit om een rode huid te voorkomen.
- Ben je een zonzonbidder? Doe dit dan niet de dag voor een fotoshoot! Een rode huid en strepen zijn altijd zichtbaar op de foto! Gebruik overigens ook geen zelfbruiner.
- Epileer je wenkbrauwen enkele dagen van te voren om te voorkomen dat rode bultjes zichtbaar zijn op de foto.
- Breng een goed humeur mee!

Voorbereiding: Contact fotograaf & model

- Denk mee met de fotograaf over eventuele locaties.
- Neem altijd het telefoon nummer mee van de fotograaf, dan kun je hem of haar bellen als er iets mis gaat onderweg.
- Voel je je niet lekker of fit? Geef dit dan van te voren aan. Niet op de dag zelf, want dan zijn de nodige voorbereidingen vaak al door de fotograaf getroffen. Dus bel ruim op tijd af!
- Als je iets wilt toevoegen aan je shoot, overleg dit met de fotograaf. Het gaat om de interactie, de samenwerking dat voor mooie foto's zorgt.
 - Denk bijvoorbeeld aan een stijl van foto's.
 - Bijzondere voorwerpen, locaties.
- Als het mogelijk is, neem je eigen muziek mee waarbij je je prettig voelt.
- Maak een planning met de fotograaf.
- Loop de locatie door en geef voorbeelden welke kleding je bij hebt en welke je denkt dat past bij een bepaalde omgeving. Let ook op kleurtonen van je kleding met de omgeving.
- Als de fotograaf aan het opbouwen is, maak een gezellige babbel en toon interesse.
- Je doet de fotoshoot samen. Neem even de tijd voor een kennismakingsgesprek. Eén van de twee heeft vaak gereisd dus even ontspannen hoort bij de voorbereiding.
- Spreek af wat je gaat doen en in welke mate je aanwijzingen wilt.

- Geef aan wat je prettig vindt. Mag de fotograaf dat merklabeletje dat zichtbaar is wegvouwen? Of mag hij die ene haar uit je gezicht weghalen?
- Neem de tijd om na elke 5/10 foto's even wat voorbeelden op de camera te bekijken. Let op poses en licht. Geef duidelijk aan wat je verwacht, mooi en niet mooi vindt. Beter een foto opnieuw te doen waar je beide niet helemaal tevreden over bent dan achter af spijt te hebben. Terwijl het model zichzelf ziet, let de fotograaf juist op licht en techniek. Twee zijn meer dan één!
- Neem je rust, beter korte pauzes van 5 minuten dan een half uur zitten. Rust nemen werkt het beste nadat je je hebt omgekleed/ opgemaakt, dat geeft de fotograaf ook de mogelijkheid even te wennen aan je nieuwe outfit/make-up.
- Een fotoshoot op locaties is vermoeiende en vaak ook koud. Neem daarom een lange jas mee waarmee je je warm kunt houden.
- Neem beiden wat te drinken of eten mee.

Vorbereiding: Kleding

- **Modelfotografie:** De gekozen kleding en accessoires moeten overeenstemmen met het genre of de stijl van de opnamen.
 - Houd je wel aan een juist gekozen en beperkte kleurschakering.
- **Glamourfotografie:** *Less is more*
 - De belangrijkste functie van de kleding is de meest intieme delen van het model zo geraffineerd mogelijk te verbergen of slechts gedeeltelijk te tonen.
 - De snit van de kleding is van groot belang
 - De textuur van het materiaal waar de kleding van gemaakt is, moet geraffineerd en bijzonder zijn.
 - Denk aan: bad- en standkleding, nachtkleding, sportkleding, lingerie, T-shirts, doorzichtige blousen, hemdjes, jurken, korte broekjes, (net)party's en attributen.
- Kies voor elk setje een andere stijl, bijvoorbeeld sportief, chique en casual.
- Draag voordat je naar een shoot gaat losse kleding die géén strepen trekt in je huid.
 - Denk aan sokken, strakke spijkerbroeken en beha bandjes..
- Draag je haar niet in een staart, er komt dan een knik in en dat staat niet mooi als je je haar los doet.
- Laat je kleding niet te lang in een tas zit anders is het gekreukt als je in de studio of op locatie komt .
- Neem genoeg kleding en schoenen mee naar de shoot, om te kunnen variëren.
 - Overleg met de fotograaf van te voren even over de kleuren (kleding moet juist wel of juist niet bij de achtergrond/setting passen).
 - Gooi nooit kledingstukken of accessoires weg, verzamel ze integendeel.
 - Hoe groter je collectie is, hoe meer mogelijkheden heb je te bieden.
- Draag nooit storende onderkleding zoals onderhemdjes, T-shirts, e.d. Op foto schijnen ze sterk en lelijk door.
- Zorg ervoor dat BH-bandjes ofwel bij de kleding passen, ofwel niet zichtbaar zijn.
- Neem een variatie aan kleding mee: stoere kleding, casual kleding, nette en galakleding en eventueel sexy kleding.
- Neem gerust te veel mee! Neem ook verschillende soorten sieraden mee.
- Zorg voor bijkleurende en bijpassende lingerie, zoals bijvoorbeeld witte lingerie voor onder witte kleding of een strapless bh voor onder een jurk met blote schouders.

Vorbereiding: Sierraden en accessoires

- Draag voor een shoot GEEN sieraden, zoals horloge, oorbellen, armbanden etc.
- Als je sieraden wil dragen voor een shoot, zorg dan dat ze passen bij je kleding en de stijl of het thema van de shoot.
- Houd er rekening mee, dat kleine dunne kettinkjes e.d. niet echt opvallen maar eerder storen op een foto. Subtiele sieraden zijn vooral mooi bij portret en beauty foto's, bij half en full body's zijn ze nauwelijks te zien vaak, en gaat het alleen maar storen. Dus liever iets groots en opvallend dat echt een aanvullende accessoire is op je kleding!
- Neem voldoende haar accessoires mee, zodat je met je kapsels kunt variëren.
- Shawls, petjes en andere leuke rekvisieten maken een foto vaak net een stukje origineler.
- Neem een paar leuke dingen mee om creatief te improviseren.

Poseren

- Oefen diverse poses.
- Surf op internet of blader mode magazines door. Poses kun je uit verschillende fashionbladen scheuren. Poseren = acteren.
- Blijf na je poseerhouding even stil staan. De fotograaf moet de tijd hebben om goed scherp te stellen en te klikken. Als jij al meteen weer in een andere positie schiet, krijg je bewogen foto's.
- Bouw rust in de afwisseling van je houdingen. Of laat je fotograaf iets zeggen als je mag wisselen.
- Heb je een succesvolle pose? Blijf dan niet de hele tijd stokstijf staan. Herhaal de beweging waardoor je in die pose komt. Door je hoofd bijvoorbeeld even weg en weer terug te draaien. Daardoor krijg je na elke beweging een spontane goede spierspanning die voorkomt dat je uitdrukking of houding slap en krachteloos wordt.
- Doe even gek voor je gaat staan. Spring een paar keer op neer, wiebel met je heupen en rol met je schouders. Anders ben je al snel een plank. Nervositeit spant je spieren nou eenmaal.
- Spanning in je mond voorkom je door je lippen niet op elkaar te houden, maar losjes tegen elkaar aan te leggen. Ook kun je je tong tegen je ondertanden houden. Daardoor ontspannen de spieren in je kaak.
- Let op je schouders, trek ze niet te hoog op.
- Adem voor de fotograaf klikt uit, dan ben je het meest ontspannen. Houd je adem niet vast, dat zie je op de foto.
- Ga niet direct in je poses staan zodra de flitsers aan gaan. De fotograaf stelt altijd eerst zijn licht in.
- Ga er vanuit dat bij het begin van een shoot de eerste foto's oefen, losmaak foto's zijn. Zoals een model even moet wennen zal ook de fotograaf aan het model moeten wennen, de juiste hoeken moeten zoeken en geschikte composities rekening houdend met de omgeving.
- Laat de fotograaf even observeren, een *mental picture* maken.
- Armen en handen. De houding van de handen en schouders behoort losjes te zijn, je vingers enigszins gespreid. Zorg dat beide schouders en armen zichtbaar blijven in de foto.
- Zorg dat je armen en handen niet te vaak onder je middel komen, fotografen maken vaak een half body crop achteraf, zeker als je fashion doet.
- Als je met je arm leunt tegen muren etc. geef de indruk dat je leunt, raak het echter amper aan, waardoor je minder spierspanning in je arm en schouders hebt, dit geeft een meer ontspannend beeld. Controleer dit samen met de fotograaf op de camera.

- Waar laat je je handen? Handen zijn vaak het probleem bij modellen, want waar laat je ze? Vooral als je ineens heel bewust wordt van jezelf is het moeilijk een ontspannen houding te vinden. Zorg daarvoor dat je iets natuurlijks doet. houd een glas vast, pak de kraag van je blouse, houd de panden van je jasje vast, doe een hand in je zak (niet de vingers, maar haak met een duim in je zak of riemhaken) en laat de ander losjes hangen. Houd een tas vast of leg je armen op de stoel waar je opzit, losjes op je schoot, sla ze over elkaar, doe een hand in je nek of haal hem rustig door je haar. Zolang het maar geen pose is. Denk altijd aan: hoe doe ik dit normaal. En observeer jezelf gewoon eens op een dag. Waar laat je dan je handen?
- Let op de stand van je hoofd, laat deze niet te veel zakken en zoals beschreven varieer. Communiceer met de fotograaf, geef aan welke kant van je gezicht het beste is zodat de fotograaf daar rekening mee kan houden.
- Vergeet niet dat je kaaklijn een van de meest kenmerkende onderdelen van je gezicht is.
- Let op dat de fotograaf als deze langer is (wat vaak het geval is) je niet alleen van boven fotografeert, maar ook op of onder ooghoogte blijft. Hier over praten geeft een goed en professioneel / geïnteresseerd beeld van je.
- Heb plezier tijdens de fotoshoot!

Privacy verklaring

- Om zowel de privacy van het model als die van de fotograaf te beschermen is het verstandig om van te voren afspraken te maken over het gebruik en publicatie van de foto's.
- Als fotograaf wil ik graag mijn werk zo veel mogelijk laten zien. Ook als model, wil je graag het resultaat van de foto-sessie laten zien.
- Dit kan in allerlei vormen: Op websites, blogs, social-media (Facebook en LinkedIn) of ander promotiemateriaal. Hiervoor moeten beide partijen toestemming geven.
- Doe dit door middel van een *privacy verklaring* die zowel de fotograaf als het model ondertekenen.
- Op de website van Martijn van Haaster | Fotografie is dit formulier te downloaden, zodat je het door kunt te lezen.
- Voor commerciële fotografie gelden specifieke afspraken die in overleg met de opdrachtgever worden opgesteld.