

INHALT

● Einleitung	6
● Über mich	7
● Der Umgang zwischen Model und Fotograf	8
Im Team zu tollen Ergebnissen kommen	8
● Kleines Benimm-Einmaleins für Models	9
Regel Nummer 1: Pünktlichkeit	9
Regel Nummer 2: Körperpflege	9
Regel Nummer 3: Absprachen	11
Regel Nummer 4: Alkohol und andere Genussmittel	11
Regel Nummer 5: Sich öffnen und fallen lassen	12
● Kleines Benimm-Einmaleins für Fotografen	13
Regel Nummer 1: Pünktlichkeit	13
Regel Nummer 2: Körper- und Studiopflege	14
Regel Nummer 3: Vorbereitung und Absprachen	14
Regel Nummer 4: Alkohol und andere Genussmittel	15
Regel Nummer 5: Sich öffnen und fallen lassen	16
● Was sind eigentlich Posen?	17
Folge deinem Bewegungsdrang	18

● Wie aktiviere ich das Kind in mir?	20
Das macht man nicht!	22
Schritt 1: Schau dir in die Augen	22
Schritt 2: Mach dich locker	24
Schritt 3: Tanze mit Freude	26
Schritt 4: Let's dance	28
Das Erlernte beim Shooting umsetzen	29
● Wie finde und entwickle ich Posen?	30
Standardpositionen im Stehen	34
Das Gesicht spielt mit	44
Körpersprache: Kleine Veränderungen bewirken viel	47
Balance und Spiel mit dem Schwerpunkt	52
Künstliche & natürliche Posen	56
Typisch Mann – typisch Frau	58
Zu zweit posen	62
Gemeinsam jeder für sich	64
Kontaktaufnahme	66
Vis-à-vis	70

● Ein Zwischennachwort	72
● Wie bringt der Fotograf sein Model in Pose?	74
Die Stärken und Schwächen herauskitzeln	75
Wie beginne ich ein Shooting?	75
Spring dich frei, hab Spaß dabei	78
Hier spielt die Musik	80
Jetzt geht's los	82
Zwei Models anleiten	83
● Fotoinspirationen	88
● Nachwort	169