
Liegend

Posen im Liegen als Alternative mit Entspannungsfaktor werden zumeist auf dem Boden oder auf Möbelstücken ausgeführt. Ein Model, das sich zurücklehnen und hinlegen darf, genießt eine verdiente Pause vom Stehen unter dem heißen Licht. So ist es vielleicht bereit, mit Positionen und emotional stärkeren Geschichten zu experimentieren. Die horizontale Linie des Körpers kann vor vielen Hintergründen effektiv eingesetzt werden.

Starke Grafik

Hier bietet das Model einen zweifachen Kontrast zum Hintergrund: in der Mehrfarbigkeit vor monochromer Wand wie auch in der Musterung der Hose gegen die Linien im Hintergrund. Die fallende Hand und der hängende Fuß wie auch der verrutschte Schulterträger vermitteln entspannte Sexualität. (FlexDreams)



AMY DUNN

Das Exmodel hat sich auf Beauty und Mode spezialisiert und ist Expertin für Beleuchtung. Dunn wurde in New York ausgebildet, ist aber in aller Welt zu Hause und lässt sich gerne von allem Möglichen beeinflussen.

Als Model genoss ich den kreativen Prozess und die Zusammenarbeit mit Fotografen zur Umsetzung ihrer Visionen. Egal wo ich war, eine Eigenschaft fand ich bei jedem Fotografen: die Leidenschaft für seine Kunst. Nun als Fotografin nehme ich mir Zeit, das Model kennenzulernen, sein Wesen zu erfassen sowie den Charakter, den wir vermitteln wollen.

Kamera:

Canon 5D Mark II

Beleuchtung:

Profoto, DynaLite, Alien Bees

Nie ohne:

gutes Glas



Lizzie London hat ein handgenähtes Einzelstück entworfen, das ich als Brautkleidung zeigen wollte. Wir setzten einen Schleier ein, und ich fand, dass dieses Kleid am besten zur Geltung kommt, wenn Jeany, das Model, sich anlehnt, statt wie üblich zu stehen. (Haar & Make-up: Sara Eudy; Stylistin für Garderobe & Locationscout: Sarah Nezamzadeh)



Ich nenne dieses Foto „Sweet Dreams“. Für ein anderes Projekt hatte ich gerade Tüll da (den setze ich auch als Notlösung ein, wenn ich keinen Stylisten finde). Hier hüllt er nun Doris in eine Wolke voller Geheimnisse. Ihr abwesender Blick lädt uns ein, mit ihr zu träumen. (Haar & Make-up: Nancy Lan)



Meine Reisen vor allem inspirieren mich. Als mich dann Annie S. Intimates auf ihre Bollywoodcollection ansprach, nutzte ich die Gelegenheit, sie zu fotografieren. Ich lebte damals in New York, hatte wenig Platz und konnte das Model Antoinette nicht stehend und in voller Länge fotografieren. Annies Stücke waren aus diesem wunderbaren Chiffon, der besonders glamourös wirkt, wenn das Model liegt. (Fotoassistent: Jeff Fuller; Maskenbildnerin: Diana Manzanares; Haarstylistin: Cataanda J)

WOHLFÜHLEN UND VERBUNDENHEIT SIND WICHTIG BEIM FOTOGRAFIEREN VON FRAUEN. DAS MODEL SOLL SICH STETS SCHÖN UND WICHTIG FÜHLEN.



Zwei von Vargas inspirierte Pin-up-Aufnahmen. Nach der wunderbaren Arbeit der Maskenbildner und Haarstylisten übten wir Posen und Ausdrücke nach Alberto Vargas' Gemälden. Mit diversen Leuchten betonte ich die Glanzlichter und bat die Models, sich hinzulegen, um bestimmte Körperpartien zu zeigen: den Rücken wie oben oder die Beine wie links. (Angel, links: Maskenbildner: Leo Eley; Haarstylistin: Naomi Porto; Stylistin für die Garderobe: Alice An; Keltie, oben: Maskenbildnerin: Alice An; Haarstylist: Shawn La'Yave; Stylistin für Garderobe: Alice An)

LIEGEND

Auf dem Boden

Auf der Fläche wie einem Boden kommt es ganz darauf an, welche Formen das Model kreiert und in welchem Aufnahmewinkel Sie diese Formen einfangen. Sehen Sie den Boden als Leinwand: Das Model kann sich in verschiedene Richtungen bewegen – auf dem Bauch, auf der Seite und auf dem Rücken. Das gibt Freiheit beim Ausdruck und Gelegenheit, Persönlichkeit, Figur und Kleidung ungewöhnlich und schmeichelhaft zu zeigen.

Auf dem Bauch, Gesicht angehoben

Das Model liegt auf dem Bauch und hebt das Gesäß ganz leicht, um dem Körper mehr Kontur zu geben. Die eine Hand liegt locker auf dem Boden, die andere hält den Kopf, rahmt das Gesicht und schafft so eine starke vertikale Linie.
(Eliot Siegel)

**Hüften rechtwinklig zum Boden**

Diese Pose ist nicht so einfach, wie sie aussieht: Leib und Gliedmaßen müssen harmonisch zusammenarbeiten. Auf dem Boden sind die Armpositionen wichtig für die Balance – sowohl des Models wie der Komposition. Meistens funktionieren die hier gezeigten Winkel am besten.
(Angela Hawkey)



Am Boden kriechend

Diese Pose lässt sich vielseitig nutzen: Ein gesenktes oder angehobenes Gesäß ändert das Ergebnis enorm. Die Platzierung der Hände ist aber immer wichtig. Bei dieser Aufnahme unterstützen sie die Katzenqualität des Bildes. (Adam Goodwin)



Stehend
> 40–99

Sitzend
> 100–143

Hockend
> 144–165

Kniend
> 166–189

Liegend
> 190–215

Bewegung
> 216–251

Exaltiert
> 252–267

Bodyposing
> 268–291

Kopf und
Schultern
> 292–305

Emotionen
> 306–315

**Brezelig**

Diese Pose ist nichts für unbewegliche Models. Diese Yoga-Pose für Fortgeschrittene schafft nicht jedes Mädchen stilvoll. Das Model dieser Aufnahme fühlt sich aber wohl dabei. Es ist nichts Neues, und es gibt keinelei Spuren von Anstrengung. (Warwick Stein)


Ellenbogen am Boden, Hüfte flach

Das Model liegt hier völlig entspannt. Interessant wird die Pose durch den diagonalen Winkel zur Kamera. Er gibt der Komposition eine leichte Dynamik. Weiches Licht über dem Kopf sorgt für die Schatten in den Augenhöhlen des Models. (Eliot Siegel)

Kinn gestützt, Füße hoch

Das Foto hat wegen der Faust, auf der das Model sein Gesicht abstützt, etwas Besonderes. Die Bedrohlichkeit dieser Geste wird durch die entspannte Position der hochgenommenen Beine und der gekreuzten Füße ausgeglichen. (Eliot Siegel)


Ellenbogen gebeugt, Beine zur Kamera gedreht

Eine seltene, sehr ungewöhnliche Pose: Der Oberkörper ist zur Kamera hin ausgerichtet, während die Beine im rechten Winkel dazu auf dem Boden liegen, und zwar parallel übereinander. Diese liegenden Beine verleihen dem Körper eine schmeichelnde Linie. Auf diese Weise lassen sich Strumpfwaren nahezu perfekt präsentieren. (Eliot Siegel)



Verspielt liegend

Ein schönes spontanes Foto, das Model lacht ganz natürlich. Das ist im Liegen normalerweise gar nicht so leicht einzufangen. Obwohl das Model überrascht wurde, sind die Haltung und auch die Platzierung der Hände ideal. (Eliot Siegel)



Stehend
> 40–99

Sitzend
> 100–143

Hockend
> 144–165

Kniend
> 166–189

Liegend
> 190–215

Bewegung
> 216–251

Exaltiert
> 252–267

Bodyposing
> 268–291

Kopf und
Schultern
> 292–305

Emotionen
> 306–315

**KRIECHENDES RAUBTIER****Der mechanische Aspekt:**

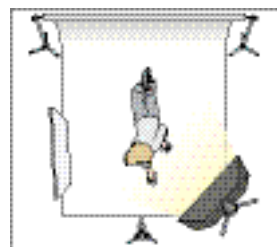
Flach auf dem Bauch, ein Unterschenkel hochgestellt, muss das Model den Kopf auf dem Arm abstützen, damit Licht in ihr Gesicht scheint.

Geeignet für:

Eine großartige Pose, eher für ein Porträt als für ein Modelfoto, denn der Fokus liegt auf dem Gesicht. Die Kleidung kann man kaum erkennen.

Technik:

Der starke Blitz oder Stroboskoplicht steht rechts von der Kamera und wirft einen starken und dennoch „offenen“ Schatten auf das Gesicht des Models. Eine weiße Reflektorwand legt ein paar Schattendeckels frei. (Andrearan)





Übertrieben nach hintenüber gestreckt

Die dramatische Geste des Models, kombiniert mit der Intensität des starken, direkten Blitzlichts, eignet sich gut für ein Magazin. Das Licht kommt hier, ganz ungewöhnlich, von hinten. So bilden sich diese dunklen Schatten vor dem Model. (Apple Sebrina Chua)



Blick hoch in das Licht

Starkes Licht, hoch und direkt über dem Model, schafft diese ungewöhnliche Pose im Liegen. Das direkte Licht ohne Reflexion lässt das Kleid dramatisch wirken wie Abendmode, während der Blitz die starken Wangenknochen des Models betont. (Arnold Henri)



Niedergeschlagen

Das Model liegt da wie angezählt und wölbt leicht den Rücken, sodass sich unter dem Oberkörper Schatten bildet. Die Aufnahme ist dunkel, stellt aber gerade damit den Badeanzug in den Fokus. Das Licht: eine Leuchte, am Boden und rechts von der Kamera. Etwas Öl gibt der Haut Glanz. (Adam Goodwin)

Requisite im Griff

Hier nutzt das Model eine Handtasche, um mit verschiedenen Posen zu experimentieren. Jedes Mal sehen wir die Kleidung anders. Wunderbar die Form der langen Finger, wie sie die Tasche greifen. (David Leslie Anthony)



Stehend
> 40–99

Sitzend
> 100–143

Hockend
> 144–165

Kniend
> 166–189

Liegend
> 190–215

Bewegung
> 216–251

Exaltiert
> 252–267

Bodyposing
> 268–291

**Kopf und
Schultern**
> 292–305

Emotionen
> 306–315

**Verdreht liegend**

Die Kamera, hoch über dem Model, blickt nach unten. Das Licht ist hoch und rechts von der Kamera angeordnet. Es steht genau im richtigen Winkel, um ein Dreieck aus Licht auf die Schattenseite zu werfen. Bei dem vertikalen Format muss der Betrachter zweimal hinsehen: Steht das Model oder liegt es? (David Leslie Anthony)

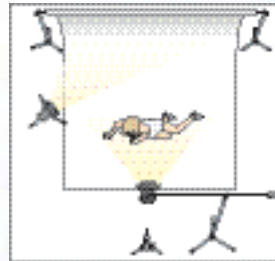
LIEGEND

Auf der Hüfte

Es sollte eine entspannte Pose für das Model gefunden werden, die das sinnliche und doch ruhige Design des Kleides nur mit einem Schulterträger widerspiegelt.

Meine Auswahl

Dieses Bild zeigt eine effektvolle, ungewöhnliche Kombination von Pose und Ausdruck. Ein Model, das auf der Seite am Boden liegt, kann seine Sinnlichkeit und die des Kleides zeigen. Sophies Beine sind sehr harmonisch platziert, und die Hüften, fast im rechten Winkel zum Boden, betonen das enge Kleid. Hände und Schultern bilden starke Winkel, und die Augen blicken misstrauisch, was das Bild gerade interessant macht.



DIE SEQUENZ

Das Model wurde gebeten, sich seitlich auf den Boden zu legen und die Beine lässig übereinanderzunehmen. Wir experimentierten mit diversen Handstellungen und -winkeln. Im Lauf der Sequenz geht Sophie erst auf einen Ellenbogen, dann auf beide. Die Beine bleiben stets in derselben Position, die Zehen weisen elegant zur Seite. In Position 1 sind die Arme leicht überstreckt, was unbequem und angestrengt wirkt. Die Hände sind zueinander gestellt, wie man es oft bei den Füßen sieht. In Bild 2 sind die Arme aufrecht, von Entspannung ist nichts mehr zu sehen. Eine interessante Form bilden die Arme in Bild 7, aber die Pose eignet sich wohl eher für Magazinfotos von Badeanzügen. In Bild 8 sind die Ellenbogen am Boden, der Kopf ruht auf den ineinander verschlungenen Händen. Eine interessante Pose, aber sie zeigt nicht viel vom Kleid. Als Porträt würde die Pose mit der starken Symmetrie wohl funktionieren.





1



2



3



4



5



6



7



8

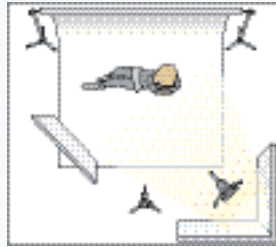
LIEGEND

Knie angehoben

Für diese Pose sitzt das Model seitlich zur Kamera am Boden, etwas auf die Hüfte gedreht, Kopf angehoben und die Beine bequem gestreckt.

Meine Auswahl

Das Model liegt bequem auf der Seite, Oberkörper und Gesicht zur Kamera gewandt. Die Haltung ist entspannt, die Beine deuten einen leichten Scherenschritt an. Die Hände zeigen in verschiedene Richtungen, und die Ellenbogen auf dem Boden schaffen einen guten Ausgleich zu den Beinen und Füßen. Unsere Augen wandern entspannt über das Bild.



DIE SEQUENZ

Die Sequenz schreitet von Bild 1 bis 9 gut voran. Das Model sieht entspannt und zufrieden aus, bereit für kleine Verrenkungen, um zum Hauptfoto zu kommen. Auf den Bildern 1 und 2 wirkt der Oberarm etwas aufgebläht, weil er gegen den Brustkorb gedrückt wird. Mit „Verflüssigen“ in Photoshop kann man ihn schlanker machen. In Bild 4 liegt das Model, die Hände entspannt und in Stellung. Das leicht gesenkte Gesicht in Bild 5 macht das Bild besser. In den Bildern 6 bis 8 ist die Sequenz endlich am Ziel.





1



Mit Verflüssigen die Arm-linie glätten.

2



3



Kopf etwas zu hoch.

4



Kopfposition nutzt die Lichtquelle gut.

5



6



7



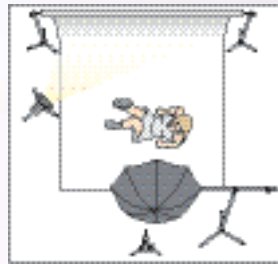
Gute Aufnahme der Stiefel.

8

VOM SITZEN ZUM LIEGEN

Von der Seite

Die junge Sängerin sollte fotografiert und ihre lebhafteste Persönlichkeit deutlich herausgestellt werden.



Meine Auswahl

Die Wahl des Hauptfotos erfüllt den Auftrag perfekt. Natalia liegt auf dem Rücken, gestützt auf beide Ellenbogen, die Füße strampeln wild in der Luft und sie schreit dazu. Das ergibt ein verspieltes, gut komponiertes Foto. Es ist ausdrucksstark und zeigt die Energie der Sängerin sehr schön.



DIE SEQUENZ

In Position 1 sitzt die Sängerin seitwärts am Boden und blickt in die Kamera. Ein guter Start, aber sie ist untypisch zurückhaltend. Manchmal wirkt eine vorgebeugte Pose wie in Bild 3 zu lässig. Hier funktioniert sie dank der vom Punk inspirierten Kleidung. Man sollte ständig mit der Balance experimentieren. In Bild 5 schieben die Arme den Oberkörper hoch und schaffen einen perfekten Ausgleich zu den angehobenen Beinen und Füßen. In Bild 7 liegt Natalia entspannt auf den Ellenbogen. Die Spannung ist weg, und ihr Gesicht ist ansprechender. Das Hauptfoto erhielt den Vorzug vor Bild 8, denn der sichtbare Ellenbogen ist besser angewinkelt, die Komposition wirkt ausgeglichener.



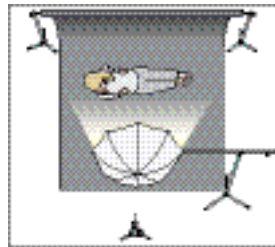
LIEGEND

Auf Händen und Ellenbogen abgestützt

Diese Sequenz entstand für ein Magazin im Rahmen einer Modegeschichte über junge, coole Looks für Jeans. Wir suchten neue, interessante Posen für die Jeans.

Meine Auswahl

Dieses Foto wurde wegen der Kombination aus ungewöhnlicher Pose und junger, cooler Haltung für das Magazin ausgewählt. Auf die Ellenbogen gestützt, sorgt das Model für eine entspannte Atmosphäre. Die Füße sind wohl platziert, der Hals etwas gestreckt, damit der Kopf nicht zwischen den Schultern untergeht.



DIE SEQUENZ

Im Zentrum der Sequenz stehen die „Krabbenposen“ in Bild 4, 5 und 6. Dabei saß das Model zunächst auf dem Boden, die Arme hinter sich gestreckt. Dann geht sie auf die Ellenbogen, um die Pose zu perfektionieren. In Bild 2 und 3 sind die Ellenbogen entweder zu weit rechts oder zu weit links, aber auf dem Hauptfoto dann ausgewogener platziert. Posen 4 bis 6 zeigen minimale Änderungen in der Stellung des Gesichts und im Ausdruck. Pose 6 mit dem nach unten geneigten Gesicht ist am besten. Die vorgebeugte Position in Bild 8 verdeckt zu viele Details der Kleidung.





LIEGEND Diagonal

Das Liegen in der Diagonale ist eine Abwandlung der geraden Posen im Liegen. Die schräge Linie des Körpers sorgt für etwas Sinnlichkeit und zusätzliche Dynamik.

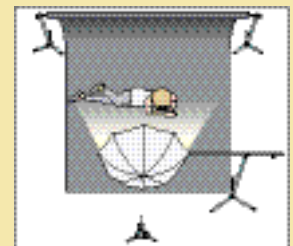
Meine Auswahl

Das Model liegt diagonal zur Kamera und schafft so ein elegantes, feminines Profil. Die Augen des Betrachters werden auf das hübsche Gesicht und den Ausdruck darin gelenkt, gestützt durch einen straffen Arm und eine Hand. Dann wandern sie quer nach links über das Bild zur Hüfte und zu den Beinen.



DIE SEQUENZ

Zu Beginn sitzt das Model aufrecht und experimentiert mit Schulter- und Armbewegungen, bis es die diagonale Stellung im Liegen findet. Bild 1 funktioniert eng beschnitten ohne die Unterschenkel. In Bild 2 sind sie sichtbar und stören die Komposition. Bild 3 und 4 wären besser, wenn der rechte Arm auch sichtbar wäre. In einer anderen Modegeschichte wäre Bild 5 vielleicht die Hauptaufnahme, aber die Hände suchen erst noch nach einer bequemen Stellung. Die fanden wir, als das Model sich in Bild 6 bis 8 diagonal zurücklehnte. Jedes dieser Bilder hätte als Hauptfoto dienen können. Die kühnste Pose zeigt Bild 8, wo das Model Hand und Arm nach vorn streckt und Aggression in die Pose bringt.





1



Füße und
Beine
stören.

2

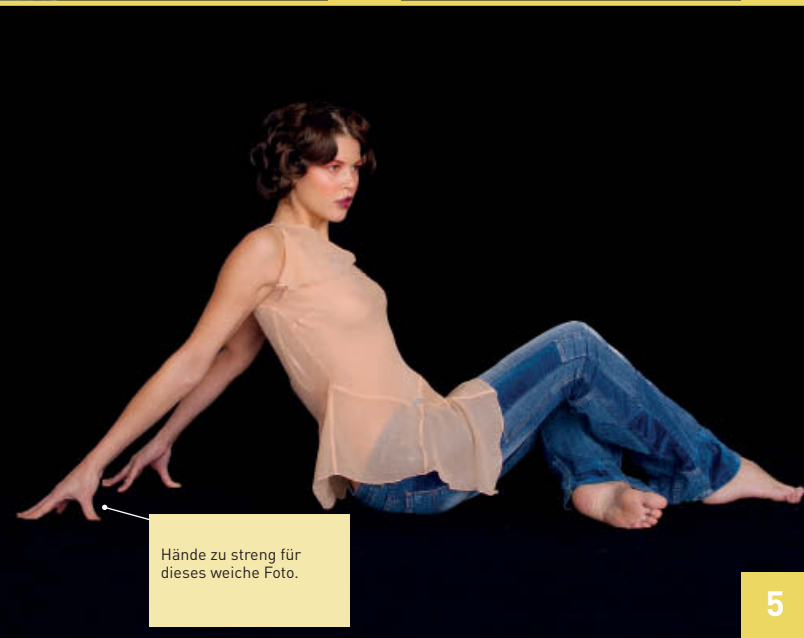


Ein Arm
fehlt.

3



4



Hände zu streng für
dieses weiche Foto.

5



6



7



Der Arm vorn mit der
angehobenen Hand
wirkt sinnlich und leicht
aggressiv.

8

LIEGEND

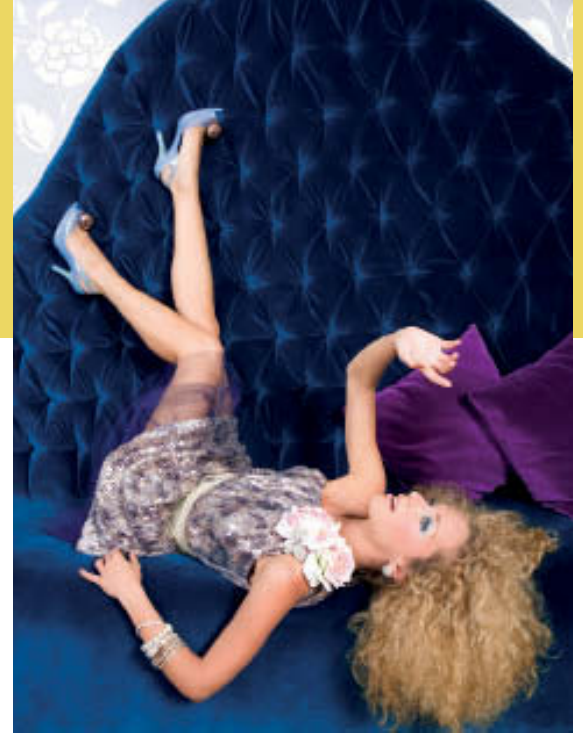
Auf Möbeln

Das Liegen auf Möbelstücken bringt das visuelle Element einer interessanten – und meist bequemen – Requisite in die Komposition ein. Wenn man ein Objekt in den Posenraum stellt, ist das ähnlich wie mit Requisiten und Accessoires, aber hier ist der ganze Körper einbezogen, nicht nur Hände und Arme.

Ein professionelles Model weiß die Form eines Möbelstücks zur Stützung extremerer Positionen und Posen zu nutzen, die auf dem Boden nicht möglich wären. Und ein professioneller Fotograf kann den Raum wirkungsvoll füllen.

Tagträumerin

Auf einem weichen Sofa träumt es sich leichter. Diese Pose ist nicht so einfach, wie es aussieht. Sie basiert auf einer Pilates-Übung und erfordert flexible Hüften. Die weiche Pose ergänzt die fließende Charakteristik des Kleides. (David Leslie Anthony)



Partygirl

Die Beine sind verspielt nach oben gestreckt. Das passt zu der Partyatmosphäre, für die das Kleid entworfen wurde. Die gespreizten Unterschenkel und die frei herunterhängenden Locken machen die Szene noch etwas frivoler und erinnern an ein Mannequin. (Angie Lázaro)

**Bad im Licht**

Das Licht scheint zwar durch ein großes Fenster hinter dem Model zu kommen, aber es ist einfacher und zuverlässiger, an die Stelle des Fensters ein Blitzgerät zu setzen und das Motiv überzubelichten. Ein Aufhellblitz oder ein starker silberner Reflektor auf der Schattenseite wäre sinnvoll. (Bri Johnson)

Stehend
> 40–99

Sitzend
> 100–143

Hockend
> 144–165

Kniend
> 166–189

Liegend
> 190–215

Bewegung
> 216–251

Exaltiert
> 252–267

Bodyposing
> 268–291

Kopf und Schultern
> 292–305

Emotionen
> 306–315

**Auf dem Heimweg**

Diese etwas ungelenke, unbequeme Pose eignet sich für ein Magazin gut, denn sie zeigt die Kleidung so, dass der Betrachter sie im Kontext verstehen kann. Die sanft erhobene Hand ist elegant, und das Kleid fällt gefällig über das Bein nach unten. (Jason Christopher)

Königlich bequem

Dieses Model beweist mit der Hand auf der Hüfte Stärke und entspannt sich gleichzeitig ohne viel Respekt vor der kunstvollen Chaiselongue. Arrogant ruht der Absatz eines Stiefels auf dem kostbaren Stoff – in der Tat ein Privileg. [Crystalfoto]

**Abwärts**

Eine Treppe aus hartem, kaltem Granit ist wahrlich kein bequemer Ruheplatz für eine schöne und schön gekleidete Frau. In dieser etwas mysteriös wirkenden Aufnahme sieht es aus, als ob sie gefallen wäre und uns mit den Augen einer beschädigten Puppe anschaut. (David Leslie Anthony)

**VOGELPERSPEKTIVE****Der mechanische Aspekt:**

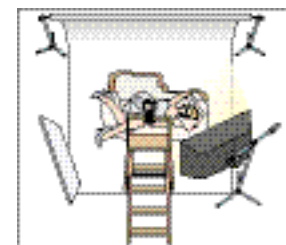
Eine gute entspannte Pose aus extrem hohem Winkel. Der Blick geht direkt nach unten auf das Model. Mit gebeugten Knien räkelt es sich auf der kleinen Chaiselongue.

Geeignet für:

Hervorragend für ein anspruchsvolles Kleid oder Wäsche/Nachtwäsche.

Technik:

Über eine stabile Leiter die Kamera an Schienen befestigen, gestützt von einem Gorilla Pod. (Nejron Photo)



Multimedia

Requisiten werden gern benutzt, um kreative Posen zu finden, aber der Einsatz einer Videokamera, die das Bild des Models auf mehrere Bildschirme projiziert, ist besonders beeindruckend. Das Model hat eine bequeme Liegeposition gefunden. Der Fotograf imitiert das Sonnenlicht mit direktem Blitzlicht. (David Leslie Anthony)



Stehend
> 40–99

Sitzend
> 100–143

Hockend
> 144–165

Kniend
> 166–189

Liegend
> 190–215

Bewegung
> 216–251

Exaltiert
> 252–267

Bodyposing
> 268–291

Kopf und
Schultern
> 292–305

Emotionen
> 306–315

**Ausgestreckt auf der Treppe**

Das Model auf der Treppe ist eine Alternative zu der Aufnahme eines Filmstars am Abend einer Premiere, beeindruckend jedenfalls im roten Kleid auf rotem Teppich. Die teure Handtasche rutscht gerade aus der Hand. Die Aufnahme von oben und noch hinter dem Kopf bietet einen interessanten Winkel. (David Leslie Anthony)



Yuri Arcurs



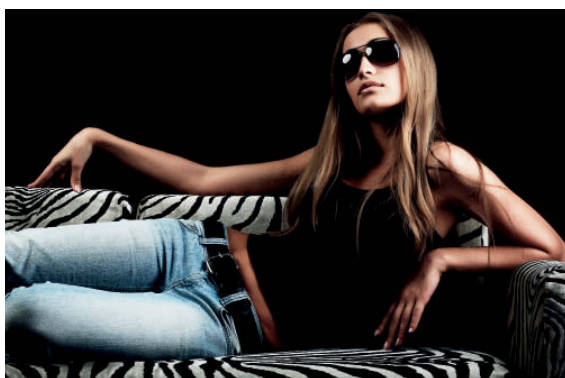
Goncharuk



David Leslie Anthony



Eliot Siegel



Kiselev Andrey Valerevich



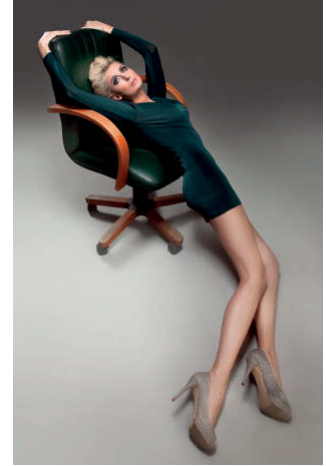
Mozgova



Angel Sandra



Salockaja Palna



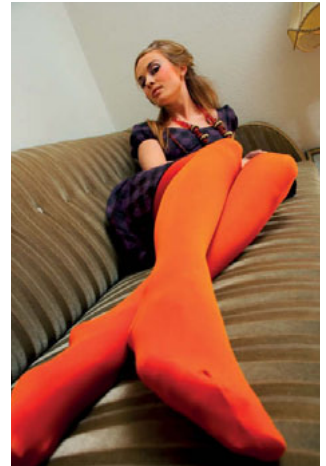
Conrado



Misato Karibe



Neiron Photo



Yuri Arcurs



Conrado



Alex Zhemosek



Mayer George Vladimirovich