

Checkliste Portrait-Shooting

Ich finde es wirklich toll, dass Du Dich auch schon im Vorfeld mit Deinem Shooting beschäftigst!

Denn auch als Model kann man schon vor dem eigentlichen Termin einiges dazu beitragen, dass die Bilder am Ende ganz besonders schön werden :)

Um Dich optimal auf das Shooting vorzubereiten, habe ich eine kleine Checkliste mit wichtigen Prüffragen erstellt. Wenn Du willst, kannst Du sie gerne ausdrucken, nacheinander durchgehen und abhaken.

Die aufgeführten Punkte sind natürlich kein „Muss“, haben sich in der Vergangenheit aber als sehr hilfreich herausgestellt.

Wenn Du noch Fragen zu einem oder mehreren Punkten hast, scheue Dich nicht, mich zu kontaktieren!

Ich freue mich auf unsere gemeinsame Zeit,

Dein Ben ;-)

Die Zeit vor dem Shooting

- Habe ich vielleicht schon Bildideen, z.B. durch andere Bilder, die ich gesehen habe und die mir gefallen? Bestimmte Farben, eine Stimmung oder ein Motto?
- Wo möchte ich das Shooting durchführen? Welche Location passt zu meinen Bildideen?
- Habe ich eine Schlecht-Wetter-Alternative?
- Passt die Kleidung zur Location und zu meinen Ideen (Stil, Farbe...)?
- Möchte ich mehrere Outfits dabei haben, um flexibel zu sein und Abwechslung in die Bilder bringen zu können?
- Habe ich die Kleidung vorher probegetragen und fühle ich mich in der Kleidung wohl?
- Ist die Kleidung vorbereitet (gewaschen/gebügelt, unversehrt/komplett)?
- Möchte ich Requisiten beim Shooting verwenden (z.B. Blumenstrauß/Seifenblasen)?
- Frauen: Möchte ich mich schminken? Und wenn ja, wie stark?
- Männer: Möchte ich mich rasieren? Wenn ja, am besten nicht am Tag des Shootings (Hautirritationen). Ist es für mich ok, Abdeckstift oder ein wenig Männer-Make-up zu benutzen?
- Unabhängig vom Geschlecht: Habe ich die Hände in den Tagen vor dem Shooting gepflegt, z.B. mit Handcreme, und habe ich die Fingernägel geschnitten? Habe ich meine Lippen mit Fettstift (z.B. Labello) gepflegt?
- Habe ich meine Ernährung in der Zeit vor dem Shooting möglichst gesund gestaltet, um unnötige Pickel zu vermeiden und der Haut nicht die Feuchtigkeit zu verwehren? Habe ich - auch wenn es schwer fällt - möglichst auf Süßigkeiten und Junkfood verzichtet?

- Habe ich in den Tagen vor dem Shooting ausreichend getrunken, um meinem Körper und v.a. meiner Haut genug Flüssigkeit zur Verfügung zu stellen?
- Habe ich an KEINEM Abnehm-Marathon vor dem Shooting teilgenommen, da diese große körperliche Belastung zu sichtbaren Mangelerscheinungen führen kann?
- Habe ich meine letzte Mahlzeit mit etwas zeitlichem Abstand zum Shooting geplant, um Müdigkeit und einen unnötigen Blähbauch zu vermeiden?
- Habe ich in der Nacht vor dem Shooting ausreichend geschlafen, da Schlaf immer noch das beste Mittel gegen Augenringe ist?

Für das Shooting

- Unabhängig vom Geschlecht: Habe ich Fettstift (Labello) dabei, um die Lippen auch beim Shooting vor dem Austrocknen zu schützen? Habe ich Make-up/ Absminktücher dabei, um vor Ort/während des Shootings noch etwas zu nachzubessern?
- Habe ich alles an Kleidung dabei, welche ich beim Shooting brauche?
- Habe ich alle Requisiten dabei, welche ich beim Shooting benutzen möchte?
- Habe ich etwas zu Trinken, am besten stilles Wasser, eingepackt?
- Habe ich mir Bens Handynummer im Smartphone gespeichert, um notfalls Kontakt aufnehmen zu können?
- Habe ich mir den genauen Treffpunkt notiert?
- Bin ich ausreichend früh zum Shooting-Termin aufgebrochen, da es sich entspannt einfach viel besser modelt?