



# Praxis der Sportfotografie 1



- Geschwindigkeit abschätzen
- Bewegung darstellen → Scharf - Unscharf
- Bewegung darstellen → Mitziehen
- Belichtung- und Kontrast
- Grenzen der Kamera
- Grenzen der Fotografin/des Fotografen
- Die Aufnahme

## Geschwindigkeit abschätzen



### Zunächst geht es um die Bewegungsrichtung.

Am schwierigsten ist eine Bewegung quer zur Aufnahmeichtung. Extremer wird das Ganze durch den Aufnahmeabstand. Je näher, desto schneller (kürzer) muss bei gleicher Geschwindigkeit die Verschlusszeit werden. Die folgenden Tabelle liefert nur grobe Anhaltspunkte und zeigt die Systematik

- Halbiert sich die Entfernung ist die Verschlusszeit doppelt so schnell.
- Ändert sich die Bewegungsrichtung von auf uns zu, zu diagonal oder sogar quer, muss auch in diesen Fällen die Verschlusszeit jeweils verdoppelt werden.

Da hoch auflösende Sensoren auch kleinste Nuancen auflösen können, sollten wir von vornherein die Verschlusszeit doppelt so schnell wählen. Diese Werte stehen in Klammern.

Abstand zur Kamera	direkt auf uns zu	diagonal	quer zu uns
<b>Langsame Bewegung: Fußgänger, Auto bis 20 km/h, Segelboote außerhalb Regatta</b>			
16m	1/30 (1/60)	1/60 (1/125)	1/125 (1/250)
8m	1/60 (1/125)	1/125 (1/250)	1/250 (1/500)
4m	1/125 (1/250)	1/250 (1/500)	1/500 (1/1000)
<b>Schnellere Bewegung: Läufer, Auto mit 50 km/h</b>			
16m	1/125 (1/250)	1/250 (1/500)	1/500 (1/1000)
8m	1/250 (1/500)	1/500 (1/1000)	1/1000 (1/2000)
4m	1/500 (1/1000)	1/1000 (1/2000)	1/2000 (1/4000)
<b>Sehr schnelle Bewegung: Auto mit 90 km/h und schneller, Landung/Start, Fechten</b>			
16m	1/250 (1/500)	1/500 (1/1000)	1/1000 (1/2000)
8m	1/500 (1/1000)	1/1000 (1/2000)	1/2000 (1/4000)
4m	1/1000 (1/2000)	1/2000 (1/4000)	1/4000 (1/8000)

## Bewegung darstellen

### Bewegung mit Unschärfe abbilden

Die Alternative ist eine verwischte Abbildung zulassen. Verschlusszeiten um 1/30s sind hier ein guter Startpunkt. Ist die Verwischung zu gering sieht das Bild nicht gut aus, eher wie verwackelt. Ist die Verwischung zu groß kann man nichts mehr richtig erkennen. Es empfiehlt sich mehrere Aufnahmen mit unterschiedlichen Verschlusszeiten von 1/60 über 1/30 bis zu 1/8 oder sogar 1/4s zu machen.

Um Verwacklungen zu vermeiden ist ein Einbeinstativ sehr sinnvoll. Können wir die Verschlusszeiten bei tollem Licht nicht erreichen ist ein Vario-Graufilter oder zur Not ein Polfilter sinnvoll.

### Bewegung durch Mitziehen abbilden



Auch für das Mitziehen empfehlen sich eher längere Verschlusszeiten, damit die Verwischung im Hintergrund auch gut aussieht. (1/60s bei diesem Bild)

Es empfiehlt sich die Mitziehbewegung einige Male vorher auszuprobieren. Der Fahrer befindet sich dabei immer an der gleichen Stelle im Sucher, damit er einigermaßen scharf abgebildet wird. Der ungeliebte Hintergrund aus Zuschauern, Funktionären etc. verschwindet in der Unschärfe. Hier war das mit dem Büschen und Bäumen eh kein Problem. Ganz wichtig ist der korrekte Bewegungsablauf:

**Mitziehen starten ➡ Auslösen ➡ Unbedingt weiter Mitziehen bis die Belichtung beendet ist!**

Wer beim Auslösen mit dem Mitziehen bereits aufhört macht Fall 1 - Bewegung mit Unschärfe abbilden!

## Belichtung



### Belichtung

Die Sportfotografie hat keine eigenen Regeln, auch hier gilt, der bildwichtige Teil, das Hauptmotiv muss richtig belichtet sein.

Wir haben einmal das Thema, dass wir meist weiter weg sind, was eine präzise Belichtungsmessung erschwert. Die Spotmessung ist manchmal sinnvoll, aber nur wenn wir die Auswirkungen der Reflexion unterschiedlicher Farben und Helligkeiten einschätzen können.

Durch die meist ständig wechselnden Situation ist es schwierig eine konstante Belichtung bei stabiler Beleuchtung zu erreichen. Die unterschiedlichen Farben der Trikots, die schnellen Bewegungsabläufe, die einmal alles im besten Licht erstrahlen lassen und kurz danach alles im Schatten. sorgen für kleinere Belichtungsschwankungen.

Tipp 1: Wir fotografieren mit der Mehrfeldbelichtungsmessung und in RAW, damit wir bei der Aufnahme bereits automatisch definierte Belichtungs-Korrekturen haben und in der Nachbearbeitung kleine Belichtungs-Korrekturen vornehmen können

Tipp 2: Wir belichten einige Aufnahmen bis wir die korrekte Einstellung haben und stellen diesen Wert dann manuell ein. Wir fotografieren also in „M“. Jetzt spielen unterschiedliche Trikotfarben, Licht und Schatten eine geringe Rolle, da wir die Belichtung wie „früher“ an der Beleuchtung ausrichten.

Diese Vorgehensweise schützt uns auch vor Verfälschung der Belichtung durch hohe Kontraste, die ja auch sehr spontan auftreten können. Da reflektiert das Sportgerät die Sonne, ein Streckenposten winkt mit weißer Fahne etc.

## Grenzen der Kamera und des Objektivs



### Serienbildgeschwindigkeit

Das ist vermutlich die naheliegenste Einschränkung, die einfach durch unsere Kamera festgelegt ist. Wenn wir können ist es sinnvoll 1Bild/s unter der maximalen Geschwindigkeit zu bleiben, um der Kamera mehr Zeit für Belichtung und AF zu geben. Alternativen bieten moderne Kameras, die sehr hohe Serienbildgeschwindigkeiten realisieren indem sie einfach filmen. 4-k-Filme, aus denen Einzelbilder isoliert werden können, reichen für 30 x 45 aus (200dpi) und für jede Bilderschau. Kleiner Haken: wir können kaum einen Ausschnitt (Crop) machen ohne sichtbaren Bildqualitätsverlust.

### AF-Geschwindigkeit

Es geht mir nicht um die Millisekunden, die zwischen einem Einsteigermodell und einer professionellen Kamera liegen, sondern um die Lichtstärke unserer Objektivs. Wer im Telebereich eine Anfangslichtstärke von 1:5,6 oder sogar nur 1:6,3 hat, muss mit einem deutlich verlangsamten AF rechnen. Das führt dann zu entweder keiner Auslösung, da die Scharfeinstellung nicht abgeschlossen ist oder zu einer unscharfen Aufnahme. Wie können aber die Einstellgeschwindigkeit des AF durch Vorfokussieren beschleunigen. Wir stellen ungefähr, auf die zu erwartende Entfernung, scharf. Unser AF macht blitzschnell den Rest. Die in Testberichten Millisekunden für die Verstellung von unendlich bis zum gewünschten Abstand ist unerheblich, da das niemand in der Praxis so machen würde!

### Bildstabilisierung

Die Bildstabilisierung braucht ebenfalls Zeit. Nikon hat zB. erst zum neuen 70-200mm-Zoom erklärt, dass AF und Bildstabilisierung jetzt so schnell arbeiten, dass sie der D5 mit 14 Bilder/s folgen können. Und früher dachten wir immer wir seien Schuld an der unscharfen Aufnahme. Das gilt übrigens auch für die anderen Hersteller.

Da wir beim Mitziehen sowieso eine andere Stabilisierungsbetriebsart brauchen, damit nicht das Mitziehen stabilisiert wird, können wir auch versuchen ohne Stabilisierung zu fotografieren und einen Einstellvorgang weglassen. Belichten wir jetzt noch manuell bleibt mehr Zeit für den AF!

## Grenzen der Fotografin des Fotografen



### Wir sollten üben

Schnelles arbeiten wirft immer auch Probleme auf. Wenn es gilt muss eine Entscheidung zur Kamerabedienung blitzschnell umgesetzt werden. Vorher in die Bedienungsanleitung schauen geht nicht mehr. Wir fallen also auf das zurück, was wir sofort parat haben. Wie im Handwerk erreichen wir erst durch üben eine gewisse Routine und Zuverlässigkeit. Wenn wir das Werkzeug wie im Schlaf bedienen können, kommt noch die Geschwindigkeit dazu.

Es führt also leider kein Weg an immer wieder probieren bzw. trainieren vorbei. Gerade Mitziehen und Zoomen erfordert Übung, um es im richtigen Moment auch schnell hinzubekommen. Wer noch seinen AF-Feld verstellen will sollte genau wissen wie das gemacht werden muß.

### Wir sollten informiert sein!

Wir haben uns mit der Sportart gründlich auseinandergesetzt. Wir kennen die Regeln, die Bewegungsabläufe und die erwartbaren Situationen. Welche Aspekte treten beim Mannschaftssport auf?

Wenn wir einiges zur Veranstaltung, zum Veranstalter und wo wir uns bewegen können wird die Sache rund.

### Wir sollten planen/vorausschauen

Wann ist der Höhepunkt des Bewegungsablaufs mit geringster Bewegungsänderung?

Wann ist die maximale Beschleunigung?

Welche Situationen müssten gut aussehen?

Wir sollten aber trotzdem flexibel bleiben. Wir müssen unseren Plan auch blitzschnell verwerfen können, wenn sich die Situation anders entwickelt und dann schnell reagieren.

### Wir sollten Kondition haben

Sportfotografie fordert hohe Konzentration über einen längeren Zeitraum. Gerade Bildserien verlangen uns alles ab, um das Motiv immer im Rahmen zu halten.

Unausgeschlafen und nach durchzechter Nacht wird es nichts mit guten Sportfotos

## Das fertige Bild



### Emotionale Bildaussage

Sport ist eine natürliche Quelle für Spannung, Zufall, Glück, Hoffnungen, Ärger usw. Für uns bedeutet das eine große Palette von Emotionen, die wir darstellen können. Dabei ist es nicht wichtig Emotionen zu zeigen sondern sie wieder beim Betrachter wachzurufen.

### Informationsgehalt eines Bildes

Je höher die Qualität der Information, je einzigartiger sie präsentiert wird, desto mehr können wir mit unseren Bildern fesseln. Information ist nicht die Dokumentation eines Ereignisses sondern eher wie es passiert. Der Sportler zwar total erschöpft aber glücklich. Der Ausdruck von Erschöpfung, Schmerz, die Konzentration auf das Gesicht sind die Information hinter der Sache.

Information bedeutet auch die Geschwindigkeit einer Aktion darstellen.

### Gestaltung der Aufnahme

Es wäre vermessen genaue Regeln aufzustellen denn Sport ist ein Thema mit vielen Variablen und Zufällen. Wir sollten dennoch die grundsätzlichen Gestaltungsregeln nicht aus den Augen verlieren.

Wir sollten an das Mitziehen denken, dass uns möglicherweise eine vorteilhafte Hintergrunddarstellung und Dynamik im Bild liefert

## kleine Tipps zu einigen Sportarten

### Fußball

Formatfüllende Aufnahmen vom Spielfeldrand/Tribüne mit ca. 400mm. Eine APS-Kamera mit einem 70-300mm, entspricht 105-450mm oder ein 100-400mm passen da ganz gut. Wer seinen AF manuell übersteuern kann, macht die grobe Scharfeinstellung per Hand und nur den letzten Kick macht der AF

### Leichtathletik

Meist gute Zugänglichkeit. Wir fotografieren sowieso keine internationalen Wettbewerbe! Hier passt ein 70-200mm oder sogar ein 24-120mm. Sehr kurze Belichtungszeiten. Standort ruhig auch mal bodennah.

### Wintersport

Auf die Belichtung achten und ggf. nach Plus korrigieren. Sehr kurze Verschlusszeiten. 1/1000s ist fast schon langsam.



Diese Aufnahme wurde mit 1/1000s gemacht. Das hat für den stäubenden Schnee nicht gereicht, gibt dem Bild aber dadurch ein bißchen mehr Dynamik. An wetterfeste Kamera und/oder Kameraschutz (Plastiktüte) denken.

### Pferdesport

Ein guter Standort ist wichtig. Attraktive Beleuchtung wie Gegen- oder Seitenlicht, vorher versuchen abzuschätzen. Reiter wenden ihr Gesicht beim Sprung oft schon dem nächsten Hindernis zu. Standort also so wählen, dass wir das Gesicht des Reiters sehen können.

### Hallensport

Das Hauptproblem sind hier die Lichtverhältnisse. Die ISO-Obergrenze austesten - 1600 bis 3200 ISO reichen oft für technisch noch gute Bilder. Weißabgleich fest auf Tageslicht einstellen. Falls die Lampen bekannt, können wir auch den direkt passenden Weißabgleich wählen.