

# Action-fotografering

[Link til galleriet](#)

[Link til videoen](#)

"Action"-fotografering er typisk fotografering af mennesker/ objekter i bevægelse og findes mest i genren sport (racerløb **01**, løb **02**, svømning **03**, osv.), men kan også være fx i "Events" **04** eller "Street" **05**.

## Derfor brænder jeg for netop dette emne

- det er ret udfordrende
- **05a** man er med og kan føle hastighed, angst og selvbevidsthed af racerførerne
- man kan stå i flere timer kun få en håndfuld gode skud – en god øvelse for tålmodighed...
- **05b** det giver coole billeder, fuld af livet

## Hvordan skyder man bedst?

- overvej, hvilken slags billeder man gerne vil have: skal objektet være frosset eller skal det være flydende (for at vise bevægelsen)?  
**06** Frosset: kort lukketid (fx 1/250s eller kortere)  
**07a** Flydende: længere lukketid (fx 1/60s eller længere) også kaldet "Panorering", **07b** og **07c**
- hold dit kamera og objektiv klar og parat (dvs. sørg for alle indstillinger i forvejen, sørg for flere tomme hukommelseskort, flere batterier)
- **08** tag ordentlige sko på, sørg for solbeskyttelse af dit hoved, hav nok drikkevand med
- **09** når du fx er til et racerløb, prøv at få en "fotograf"-jakke fra arrangøren – så kan du bedre ses af racerførerne, og du får adgang til særlige pladser
- **10** tænk på kompositionen – hvor skal objektet være i billedet, hvordan ser baggrunden ud, hvordan er lyset, hvor er den bedste position for dig?  
**11a-11g** eksempler af dårlig / god komposition
- **12** skift positionen et par gange

## Indstillinger af kameraet

- nulstil tælleren – så undgår du, at tælleren bliver skiftet til "0000", efter du har skudt dit "9999". billede...
- program M,
- ISO: nativ (altså fx 100 hos Sony og Canon, 64 hos Nikon og 200 hos FujiFilm) eller AUTO ISO, når lyset skifter (fx pga skyer)
- blænde til fx 2.8 (så får du en endnu mere sløret baggrund), eller tilpas den selv
- **13** mekanisk lukker (hvis du har et spejløst kamera – medmindre en Sony A9 eller en Canon R5...)

- RAW
- også JPG (stor), hvis du skyder et event, hvor du vil vise mange billeder derefter
- WB til sol (væk fra "AUTO WB")
- billedstabilisering fra
- prøv uden stativ
- 14a-14c serie-optagelse (SERVO)
- kontinuerligt autofokus (AF-C)
- fokusfelt til spot (eller, hvis du har mulighed for tracking)
- lysmåling til spot (eller fokusfelt)
- grid til 1/3 dele (hvis du har en spejlrefleks, så holder du objektet mere i midten)
- 15 lukkertid: enten kort (fx 1/250s eller mindre), eller længere, hvis du gerne vil have baggrunden sløret (start med 1/hastigheden, dvs hvis en motorcykel suser forbi med 60km/t, så indstil 1/60s – senere kan du forlænge lukkertiden op til fx 1/15s)

## **Panorering - før du kommer i gang**

- det anbefales at øve bevægelsen af kameraet (drej din krop)
- 16 det er vigtigt, at kameraet er helt synkron med den bevægende objekt  
Er du med kameraet for langsomt eller for hurtigt, så bliver billedet uskarpt.
- for at billederne ikke bliver overeksponeret, skal du dæmpe lyset.  
Det gør du bedst ved at bruge en variable ND-filter, som skrues fast foran dit objektiv.  
En anden mulighed er også, at skrue blændetallet op – men så bliver billederne mere uskarpe, hvis du har et zoom-objektiv
- vær klar over, at du skyder masser af billeder (det kan godt være op til 2.000 styk inden for halvanden time), og at du vil få ca. 2 til 3 "ok-isch" billeder ud af 100 i starten

## **Forskellige sportsgren**

### **Løb**

- 17 det er svært at panorere, fordi armene altid bevæger sig, desuden er det en op- og ned bevæggelse, som også skal efterlignes med kameraet
- 18 i dette tilfald er det bedre, hvis man skyder "normalt"
- 19a+b eller lave situationsbilleder

### **Svømning**

- 20a+b det er også svært at panorere, fordi der er for lidt lys, og man derfor bliver nødt til at bruge blitzen

## **Sport med bolde**

- 21a-e det er vigtig, at bolden altid er med
- det er bedre at fotografere ”normalt”

## **Ridning**

- 22a det er muligt med panorering, men meget svært – kameraet skal vippe op og ned, mens det følger ridderen
- 22b endnu et bevis på at man ikke skal zoome for meget ind,
- 22c fx lige som her

## **Cyklister**

- 23a det er ret nemt at panorere, de bevæger sig bare horizontalt
- 23b hvis man er heldig, så holder de benene næsten stille

## **Motocross**

- 24a-d det er også en ret stor udfordring – racerne er hurtige, og hopper over bakkerne – dvs. at du skal følge med i alle 4 retninger med dit kamera
- 25a-e når du har skudt de ”sædvanlige” billeder, start med at lege!!!

## **Biler**

- 26a+b det er nemmere – de bevæger sig bare horizontalt
- 27a-d forsøg altid at sørge for, at den nærmeste del af bilen til kameraet er skarpest – ellers ser det ikke så flot ud...
- 28a-e og så kan man gå helt amok...

## **Diverse**

- 29a+b man kan øve sig altid...

## **Et par links:**

- 30 Anbefaling af en let start med panorering - [Læs vores blog-indlæg!!!](#)
- [Motocross i Humlebæk – Kejserdalen](#)
- [Bilevents – kalender](#)

**Tak for opmærksomheden!!!**