

.....

**FREEZE!** - Handbuch zur Polar-  
fotografie ■ Edition pol·pol, CH-  
Zürich, www.polpol.ch ■ Publika-  
tion Nr.1 ■ Copyright © Sandra  
Walser, www.sandrawalser.ch ■  
1. Auflage 2009, 100 Exemplare ■  
ISBN 978-3-033-02149-5

Alle Rechte vorbehalten ■ Kein  
Teil des Werks darf in irgend-  
einer Form (durch Fotografie,  
Mikrofilm oder andere Verfahren)  
ohne schriftliche Genehmigung  
der Autorin reproduziert oder  
unter Verwendung elektronischer  
Systeme verarbeitet, verviel-  
fältigt oder verbreitet werden ■  
Printed in Switzerland.

Gestaltung: Thomas Lehner,  
www.thomas-lehner.ch ■ Redaktion  
Bildteil: Jonas Hänggi, Thomas  
Lehner ■ Lektorat: Philipp  
Brunner, Sonja Eisl ■ Korrek-  
torat: Nathan Schocher ■ Druck  
(HP Indigo): Mikro+Repro AG,  
www.mikrorepro.ch

Danke für die Unterstützung:  
Mikro+Repro AG, Greenland Expo,  
Lowe pro, Light+Byte, Theme Media,  
Kaywa, Lounges task Webdesign.

---

.....

# INHALT

Einführung ■ S. I

## TECHNIK

Die Fotoausrüstung ■ S. 3

Basiswissen zur Kamera ■ S. 4

## GESTALTUNG

Die vier Goldenen Regeln ■ S. 9

Fünfzehn Gestaltungstipps:

01. Position ■ S. 10
02. Aufmerksamkeit ■ S. 12
03. Licht und Farben ■ S. 14
04. Perspektive ■ S. 16
05. Augenhöhe ■ S. 18
06. Vordergrund ■ S. 20
07. Bezug ■ S. 22
08. Hintergrund ■ S. 24
09. Strukturen ■ S. 26
10. Nähe ■ S. 28
11. Geschichten ■ S. 30
12. Regie ■ S. 32
13. Blitz ■ S. 34
14. Bildformate ■ S. 36
15. Wetter ■ S. 38

Bildteil ■ S. 41-109

## ANHANG

FAQ zur Polarfotografie ■ S. 112

Abbildungsverzeichnis ■ S. 122

Stichwortverzeichnis ■ S. 126

**Die polaren  
Regionen sind meine  
Leidenschaft:  
von Eis, Schnee, Was-  
ser und Wind ge-  
prägte Landschaften.  
Menschen und  
Tiere, die unter ex-  
tremsten Bedingungen  
ihr Leben meis-  
tern. Unwirtlichkeit in  
all ihren Farben.**

dafür aber packendere und überraschendere Bilder aufzunehmen. Bilder, die Ihnen in Erinnerung bleiben und Ihnen noch lange nach Ihrer Reise Freude bereiten.

Ich habe dieses Handbuch – das erste seiner Art – im Rahmen meiner Einsätze als Bordfotografin auf touristisch genutzten Expeditionsschiffen entwickelt. Es ist praxisüberprüft und richtet sich an EinsteigerInnen, aber auch an AmateurfotografInnen, besonders an solche, die vorhaben, die polaren Regionen zu bereisen. FREEZE! möchte Sie neugierig machen und Ihnen die ungezählten Möglichkeiten erschliessen, die Welt – im Speziellen die Polargebiete – wahrzunehmen und mit einer Fotokamera visuell zu interpretieren.

Da Digitalkameras mittlerweile weit verbreitet sind, setzt sich FREEZE! vor allem mit der Digitalfotografie auseinander und verbindet klassische ästhetische Überlegungen mit der Flexibilität des Digitalen. Anders ausgedrückt: Es bezieht sich primär auf das Fotografieren mit Kameras, die es erlauben, ein Foto gleich nach dem Abdrücken des Auslösers auf dem Kameradisplay anzuzeigen, es auf seine Komposition, Belichtung sowie emotionale Wirkung zu überprüfen und allenfalls einzelne Variablen anzupassen, um die Bildqualität zu steigern.

Liebe Leserin, lieber Leser. Fotografieren auf Reisen und in der Natur ist eine Kunst, die Übung und Geduld erfordert – aber es gibt einige einfache Tipps und Regeln, deren Anwendung in kurzer Zeit zu einem sichtbar ausdrucksstärkeren Resultat führt. Die Publikation <FREEZE! – Handbuch zur Polarfotografie> erklärt und illustriert die wichtigsten dieser Regeln, liefert zahlreiche Anschaffungstipps zur Ausrüstung und gibt nützliche Auskünfte zu den Begebenheiten vor Ort. Kurz: FREEZE! soll Ihnen dabei helfen, weniger,

.....

Immer wenn ich mit der Kamera unterwegs bin, mache ich mich auf die Suche nach Geschichten. Solche Geschichten können in allen möglichen Dingen versteckt sein, in Formen, Farben, Licht, Schatten. Sie können fesseln, überwältigen und nachdenklich stimmen. Sie können in den grossen Naturschauspielen stecken und in den kleinen Dingen des Alltags...

Mein wichtigster Rat an Sie lautet deshalb: Nehmen Sie sich Zeit und lassen Sie den Ort, an dem Sie fotografieren, auf sich wirken. Erkunden Sie ihn, bevor Sie ihn durch die Linse Ihrer Kamera anschauen. Nur so lassen sich Bilder aufnehmen, die Sie und andere BetrachterInnen berühren. Und seien Sie sich bewusst: Ein Foto kann nicht alles akkurat einfangen. Legen Sie die Kamera deshalb zwischendurch auch mal beiseite und brennen Sie die überwältigendsten Eindrücke auf Ihre <innere Festplatte>!

Nun liegt es an Ihnen, die Regeln in diesem Handbuch zu beleben und für jedes Foto die perfekte Regelkombination zu finden.

Ich wünsche Ihnen interessante (Entdeckungs-)Reisen!

Sandra Walser

---



**DANK:** Ich bedanke mich für die Gastfreundschaft, die mir auf meinen Reisen überall entgegengebracht wurde, für die Aufmerksamkeit, Geduld und auch Neugier.