

FOTOSKOLAN ACTIONFOTO

Speeda upp farten i bilderna

Den bästa actionsport-bilden förmedlar hur det var att stå så där nära banan att gruset sprutade upp i ansiktet. Lyckas du dessutom få med intensiteten och styrkan i den som utövar sporten är du i mål. I den här fotoskolan får du möta tre fotografer som specialiserat sig på tre olika actionsporter.

TEXT AMY LAGERMAN



Visst. Att hålla på med actionsporter kanske inte är något alla drömmer om, särskilt inte eftersom de flesta av sporterna kan medföra både rejäla blåmärken och brutna ben. Men det är få som står kallsinniga inför det faktum att det ser rätt häftigt ut när en klättrare tar sig upp för en i princip lodrät vägg. Eller när en grupp läderklädda tjejer och killar svischar förbi upp- och nedför leriga grusvägar så att både motorcyklar och publik blir skitiga av allt hjulsprut. I dag, när många äger en riktigt bra kamera, är det långt ifrån svårt att hitta bilder genom en snabb sökning på internet. Det är ju så lätt att dra upp kompakten eller den behändiga systemkameran och ta några bilder medan man väntar på sin tur.

Men ett trist faktum är att majoriteten av bilderna inte är särskilt bra. Vad beror det på? Inte är det kamerorna. Också en billigare kamera har chans på bra bilder, särskilt ute i fullt dagsljus. Möjligtvis kan en del av skulden vara att objektiven inte räcker till. De ska passa plånboken, samtidigt som de ska ge skarpa bilder och ha rätt brännvidd. Det är en knivig kombination av krav. Men troligtvis beror bristerna på stress och ovana. Actionsporter går snabbt som attan, och piskar upp adrenalinflödet också hos publiken. Att då

Komponera bilden innan du tar den. Fundera ut vad bilden ska förmedla.

ta ett djup andetag och låta kameran ligga kvar i väskan strider mot alla instinkter. Men det är precis vad du ska göra. Låta bli att fota.

Ute på motocrossbanan

En av fotograferna som tillbringat oändligt många timmar ute på motocrossbanor runt om i världen är Magnus Andersson. Han är självlärd och har lagt ned mycket möda på att studera bilder och prata med andra fotografer som tagit sådana bilder som han själv uppskattar.

Några tips kan tyckas vara uppenbara, men i stundens hetta är det lätt att man glömmer en av de mest grundläggande reglerna för en bra bild. Att skapa en bra bildkomposition i huvudet redan innan man knäpper av kameran.

– Placerar du motivet i mitten ger det så kallade flugskitbilder. Vi har alla sett sådana, och ingen blir glad av dem. Vänta tills motivet kommer närmare, eller komponera om bilden innan du exponerar. Låt alltså kameran vila i väskan eller i fickan medan motocrossförarna åkt sina första varv. Lägga märke till hur de ligger i kurvorna, var de klumpar ihop sig och var någonstans det är störst chans att du kan fota förarna enskilt. Finns det några bra hopp på banan, finns det några speciella kurvor? Om du tar dig tid att planera ▶



FOTO: MAGNUS ANDERSSON



FOTO: MAGNUS ANDERSSON

Lär dig sporten. Det är bara då du kan förutsäga var du ska vara och vilka vinklar som ger dig de bästa bilderna.

bilden innan du börjar fotografera är chansen större att du lyckas ta bra bilder.

Tänk också på bakgrunden.

– I motocross är det mycket reklam, ta med den för att förstärka känslan. Variera också bilderna genom att ta med publiken som står vid sidan av banan. Tänk på vad du vill att bilden ska berätta.

När du fotograferar motocross är en hyfsad systemkamera att föredra framför en kompaktkamera. Du bör nämligen alltid köra med manuella inställningar för att automatiken inte ska bli lurad av reflexer, strålkastare, skogen i bakgrunden och så vidare.

– Jag fick ett tips som jag fortfarande går ut på banan med, säger Magnus. När det är ljus börjar jag oftast på ISO 100 på bländare 5,6 med slutartiden 1/640 sekund. Därefter justerar jag det som behövs.

Motocross är svårt. Ljusförhållandena förändras hela tiden eftersom motorcyklarna åker runt en längre bana som ömsom ligger i skugga, ömsom är utsatt för direkt solljus. Men undvik att dra upp exponeringstiden.

– Ställer du in en kortare exponeringstid än 1/1250 sekund fryser du ekrarna. Gör inte det. För att få in en fartkänsla vill du ju att ekrarna ska suddas ut i rörelseoskärpa.

Magnus fotar själv bara i jpg. Med kamerainställningarna helt nollställda krävs egentligen inga större justeringar i efterbehandlingen.

– Är du ute på jobb och ska skicka i väg bilden minuterna efter att du fotat den sparar det dyrbar tid att kunna plocka bilden direkt i jpg. Och om du bara ser till att exponera rätt behöver du oftast bara lägga lite extra skärpa.

Testa också att vinkla kameran. Men också här är det oerhört

viktigt att tänka på bakgrunden. Råkar du få med människor i bakgrunden när du vinklar kameran kan det se ut som att folket är på väg att trilla ut ur bilden. Lika besynnerligt kan det bli med flaggor i bakgrunden.

Med dig från banan bör du ha alla typer av bilder. Hopp. Låga kurvor. Fartbilder.

– Jag brukar börja med en startbild, där alla är samlade. Beroende på hur det ser ut ställer jag mig framför förarna, eller bakom, och fotar med ett fisheye. Fördelen med att fota dem bakifrån är att då får jag med allt grussprut – men se upp för stenskott! Sen tar jag några snabba bilder, hittar häftiga fighter när förarna kör väldigt nära varandra och några kurvor.

På crosstävlingar brukar det vara gott om fotografer, så det gäller att hålla sig kall och hitta unika bildvinklar. Hämta gärna inspiration från andras bilder, men kopiera dem aldrig. Och se till att lära dig sporten så slipper du fota tio bilder i stället för två.

Fast det är inte bara att ge sig ut och plåta motocrosstävlingar. Du behöver en ackreditering, vilken du söker hos organisatören. I de flesta fallen kräver de att du har en uppdragsgivare. Moment 22 alltså. Fast tack och lov är det relativt enkelt att bryta den. Börja med att fotografera hemmaklubbstävlingar för att bygga en portfolio. Därefter återstår att hitta någon som vill visa dina bilder. Och räkna med ett hårt slit.

– De sista nio åren har jag blivit trettio år äldre, säger Magnus. Att åka runt och tillbringa hela dagar ute på banan är ett tufft jobb. Men roligt.

Vill du förstärka en bild kan du med lassot markera föraren och mörka bilden utanför markeringen. Det är ett vanligt trick för att få föraren att poppa ut lite extra.

På crosstävlingar brukar det vara gott om fotografer, så det gäller att hålla sig kall och hitta unika bildvinklar.

Använder du vidvinkel kan du förmedla en känsla av miljön ni klättrade i, hur högt upp ni kom eller vilken årstid det var.

Som en fluga på väggen

Det är få idrottsutövare som har så sega muskler som klättrarna. Att ta sig uppför lodräta bergsväggar och kämpa sig förbi överhäng kräver både styrka och uthållighet. Och fotograferna som ska föreviga klättrarna behöver naturligtvis kunna hålla jämna steg med dem. Men räkna inte med att njuta alltför mycket av klättringen själv. Ditt jobb blir att studera motiven och hålla rätt avstånd.

Jonas Ahlman började klättra 1996 och tog inte upp kameran förrän sju år senare. Han klättrar fortfarande, men satsar mer och mer seriöst på fotograferingen.

Vid motocrossbanan riskerar du stenskott i kameran. När du klättrar och fotograferar riskerar du att krossa kameran mot bergväggen, eller att tappa huset eller objektivet i marken från några meters höjd. Vilket i värsta fall kan medföra – förutom en förstörd kamera – att klätterskompisen som står på marken och säkrar dig blir dödad. Det allra viktigaste när du fotograferar klättrare är alltså att du håller hårt i kamerautrustningen. Byter du objektiv bör du göra det försiktigt. Inte bara för att du inte får tappa det, utan också för att du inte vill ha krita pudrad på sensorn. Det är mycket att tänka på, inte minst vad gäller val av plats.

– Det är klippan som styr hur bra bilderna blir, säger Jonas. Brantare överhäng är spännande, och lederna måste vara schyssta så att klättrarna trivs och vill vara där. Är det brant och högt är det ingen nackdel, men det är heller inget krav. Klättrar de på ett arete (horn, reds anm) blir det mer fokus på klättraren vilket ofta ger en bra bild.

Som med de flesta sporter är klättring säkert när du vet vad du gör. Börja därför med att lära dig klättra. På så sätt lär du dig också vad en klättrare uppskattar och kan lättare applicera den känslan i dina bilder. För du kommer inte undan med fusk, inte när din publik består av dem som utövar sporten själva.

Vid något tillfälle såg Jonas en reklamkampanj där en klättrare var på väg uppför en bergvägg. Bilden var snygg, men kraschade fullständigt i trovärdighet eftersom klättraren var säkrad med en tvättlina. Det är detaljerna som gör det. Och det är just därför du vill ha med dem i dina bilder. Positionera dig gärna bredvid, eller en bit ovanför klättraren så att du får med hur små greppen i berget är. Se till att få med hur musklerna spänns när klättraren kämpar sig uppför tuffa passager. Fånga ansiktsuttrycket av intensiv koncentration. Variera mellan ett tele för att på plats skära ut tightare scener ur verkligheten och en vidvinkel för att få med omgivningen.

– Själv vill jag gärna vara i skuggan när jag fotar, för att få en jämnare exponering, medan klättrarna hellre vill vara i solen. Men eftersom jag ställer in kameran manuellt och dessutom kan låta upp för hårda kontraster med hjälp av mina tre blixtrar kan jag fota i direkt solsken också. Jag försöker hålla ISO nere, och underexponerar gärna modellerna.



FOTO: JONAS AHLMAN

Scott Mooney klättrar i Frankrike.

Planera ljussättningen. Lätta upp skuggor med blixtrar som du placerar ut. Eller använd klättrarens egna ljuskällor om det finns sådana.

Och så använder jag mig gärna av det som finns på plats när jag ljussätter.

Nyligen använde Jonas ett träd som stativ när han fotograferade. Trädet var böjligt, så han drog ner det, band fast en blixtr och släppte försiktigt upp trädet igen. Bouldrar de (tränar klättringsteknik på lägre höjd utan rep, reds anm) räcker stativen till, då klättrar de sällan högre upp än fyra meter.

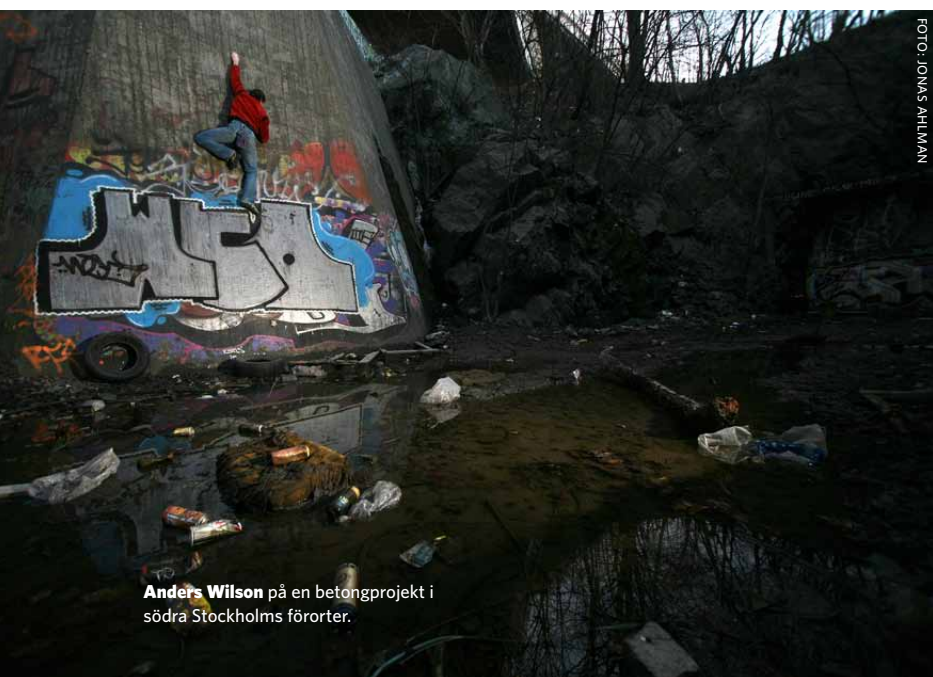
Det som skiljer en bra fotograf från en dålig är bland annat förmågan att lösa problem. Och Jonas är lösningsorienterad. Ett problem när du fotograferar klättrare är att du själv hänger i din sele under längre stunder. Av naturliga skäl kommer dina ben förr eller senare att domna bort, vilket inte är särskilt praktiskt när du ska återuppta klättrandet. I stället för att köpa en specialgjord gunga för några tusenlappar sågade Jonas till en egen plank som han fäster i selen. När han tagit sig till rätt position kan han enkelt sätta sig till rätta och helhjärtat koncentrera sig på fotograferingen.



Staffan klättrar i Gorge du Tarn, Frankrike, samtidigt som dimman lättar från dalbotten.

FOTO: JONAS AHLMAN

Tappa aldrig någonsin utrustningen. Träffar huset eller objektivet klätterkompisen som säkrar dig resulterar det med största sannolikhet i att kompisen blir allvarligt skadad eller dör.



Anders Wilson på en betongprojekt i södra Stockholms förorter.

FOTO: JONAS AHLMAN

Var försiktig när du byter objektiv. Du kan få krita på sensorn.

– Och skulle jag behöva låta upp motivet med ljus underifrån hänger jag en blixtr med ett paraply i repet som ringlar nedanför mina fötter. Fast det gäller att

vara försiktig när man firar ner sig, för paraplyet är inte gjort för att trampas på . . .

Det viktigaste i klätterbilder är intensitet och närvarokänsla, vanligtvis att det är högt och läskigt. Annat viktigt är en känsla av fart och kraft. Det är de som klättrar som ska gilla bilderna. Ibland kan det kittla till i Jonas egen mage när han hänger mellan himmel och jord, men så fort han sätter sökaren framför ögat glömmer han bort hur högt upp han befinner sig. Eller hur vass klippkanten är just där repet han hänger i skaver över kanten.

Det är passionen som gör dig till en bra klätterfotograf.

– Jag har åkt till klätterparadis i Frankrike och Italien i en vecka och kanske klättrat i en halvtimme. Resten av tiden har jag bara fotograferat.

Du behöver också vara snabb och alert. Du kanske har tio sekunder på dig att ta en fantastisk bild, sedan har ögonblicket passerat.

Använd ett vidvinkelobjektiv för att komma nära motivet utan att klippa av några kroppsdelar.

Fritt fall från 4 000 meter

För dig som söker den ultimata adrenalinkicken kanske det inte räcker med mindre än att du kastar dig ut ur ett flygplan. Medan du faller fritt från 4 000 meters höjd har du ganska precis en minut på dig att fotografera, men de bilder du får är värda att skryta över. Fast fallskärmsfoto kräver lite extra kringutrustning. Här räcker det inte med en kamera, objektiv och några blixtrar. Du måste också investera i en särskild hjälm att fästa kameran i, samt något slags fjärrutlösare och gärna ett sikte. Allt finns att köpa, men är du händig kan du pyssla ihop dina egna lösningar. Det gjorde Niklas Hanson i Göteborg som hoppat fallskärm sedan 1996. Hans första hjälm var en ombyggd slalomhjälm, men nu har han bytt ut den mot en specialhjälm med ett sikte som sticker ner framför ögat. Mycket handlar om att lära sig hur man riktar kameran rätt, men siktet underlättar en hel del.

– Jag fotar oftast med en fast bländare och låter kameran ta hand om resten, säger Niklas. Det är viktigt med långt skärpedjup, och en rejäl vidvinkel. Då kan du komma nära ditt motiv utan att kapa av någon kroppsdel.

När Niklas fotograferar fallskärmschopp har han en napp i munnen. Inte för att han tycker det är läskigt att hoppa, utan för att det är så han fyrar av kameran.

– Jag byggde den själv av två metallbitar som jag förde in

FOTO: NIKLAS HANSON



Fyrmannalag som tränar formationshoppning. De har precis hoppat av flygplanet och har fortfarande framåttart vilket gör att de ligger snett i luften. Även horisonten går snett genom bilden. Diset, motljuset och de tunna molnen ger bilden lite extra stämning.

Träna på att se bakgrunden. Du kan välja mellan grönt och blått, därför är det viktigt att se om du kan lägga in något mer. Ett flygplan? Ett moln? En annan hoppare?



FOTO: NIKLAS HANSON

Tandemhopp över Göteborgs skärgård. Längst bort i solblänket ser man Danmark och Skagen. Molnen och deras skuggor ger en härlig bakgrund.

i nappen och satte ihop med en fjärrkontroll som jag slaktade. När jag biter ihop möts metallbitarna och kameran klickar av en bild.

Eftersom tiden är begränsad, och kroppen stressad när man mot alla instinkter hoppar ut ur ett fungerande flygplan, gäller det att ha en plan för vad som ska fotograferas. På vägen upp i luften brukar Niklas prata med dem han ska fotografera och bestämma vad som ska göras.

– När man börjar fota är hopparna det viktigaste. Fast efter ett tag märker man att bilderna ser likadana ut. Det är då man börjar titta efter snygga bakgrunder. Att se ett moln är snyggt och kunde göra sig i bild är inte lätt när adrenalinhalten är på topp.

En bra fallskärmsbild är en bild som inte är lik alla andra.

– Ett exempel på en unik bild föreställer ett tandemhopp som jag tog sent på hösten. Solen stod lågt på himlen och hopparna syns som en siluett mot det starka ljuset. Bilden har rätt atmosfär, och förutsättningarna är ofta svåra att styra över. Den bilden blir svår att ta igen.

Fota i AV-läget. Långt skärpedjup är viktigt.

Vilket är viktigt att komma ihåg. Det är inte alltid man kan



Planera för hur bilden ska se ut på väg upp i luften. När du är på väg ner kommer du att vara hög på adrenalin.

Uthopp ur ett Herculesplan. För att inte «frysa» propellrarna använde jag en ganska lång slutartid. Som en bieffekt av detta blev hopparna som väller ut ur Herculesplanet lite suddiga, vilket förstärker känslan av rörelse.

Det kan underlätta fotograferingen i början om du försöker rikta in motivet mot mitten av sökaren eftersom fotosituationen är så extrem.


justera omgivningen, och till viss del spelar också turen in om bilderna blir okej eller fantastiska. Men man kan förbättra oddsden genom att vara trygg och förberedd.

Våga också testa mycket på den korta tid du har. Oftast har du bara två valmöjligheter när du bestämmer bakgrunden. Antingen grön, eller blå. Men det är du som bestämmer vad du ska göra med den. Hur du ska komponera innehållet mot bakgrunden. Om du vill ha detaljskärpa, eller om du vill visa hur kläderna fladdrar med rörelseoskärpa. Kom också ihåg att det är ljusare ju högre upp du befinner dig, vilket ju påverkar dina kamerainställningar.

En bra start till att ta lyckade fallskärmshoppbilder är att investera i ett rejält vidvinkelobjektiv. Vill man göra något annorlunda kan man prova att använda tele, men då blir det oerhört svårt att plocka ut motiv under ett fritt fall rakt ner mot marken.

- Två tips som egentligen inte har med den fototekniska delen att göra är att du tänker på att kameran lägger till vikt på ditt huvud. Akta nacken. Och packa fallskärmen så att den vecklar ut sig mjukt så slipper du onödigt hårda knyckar.

FOTO: PRIVAT



MAGNUS ANDERSSON

Född 1973.
Bor Kalmar.
Webbplats www.racelife.se
Utrustning Canon 1D Mark III, EF 300/2,8, EF 24-70/2,8, EF 15mm /2,8 fisheye, Blixt Canon 580 EX, Pocket Wizard Flex TT5.

FOTO: PRIVAT



JONAS AHLMAN

Född 1980.
Bor Stockholm.
Webbplats www.jonasahlman.com
Utrustning Canon Eos 5D, EF 24-70/2,8, 70-200/2,8L IS, Blixt Canon 580 EX.

FOTO: PRIVAT



NIKLAS HANSON

Född 1976.
Bor Göteborg.
Webbplats www.lufthav.se
Utrustning Sony Alpha 100, Tamron AF 11-18/4.5-5.6, Sony 18-70mm f/3,5-5,6.

