

Vše, co jste kdy chtěla vědět o
glamour focení, ale bála jste se
zeptat.

Jana Hozová
www.jhfoto.cz

Copyright © 2022 Jana Hozová. Všechna práva vyhrazena.

Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována bez souhlasu majitelů práv.
Pro povolení publikování obsahu z tohoto e-booku pište na info@jhfoto.cz.

OBSAH

Kdo jsem?.....	str.	4
Jak by měla vypadat fotka vašich snů?.....	str.	5
Úvodem aneb než se objednáme.....	str.	7
Termín objednání.....	str.	7
Na co je dobré myslet, než se objednáme?.....	str.	8
Proč tak dlouho předem? Co když mezitím ztratím odvahu?.....	str.	8
Jsem objednaná na focení i ke kadeřnici. Co dál?.....	str.	9
Co si mám vzít na focení s sebou?.....	str.	10
Pózování.....	str.	10
Už se to blíží!.....	str.	11
Poslední den před focením.....	str.	12
Den D. Jdu se fotit.....	str.	13

KDO JSEM

Jmenuji se Jana Hozová a jsem portrétní fotografka.

Od roku 2005 provozuji vlastní fotografický ateliér v Praze na Letné a za tu dobu jsem krásnými fotkami potěšila nespočet zákazníků.

Ale víte co? Pořád mě to děsně baví!

Miluju proces objevování, hledání a nacházení toho nejlepšího světla, stínu, úhlu, kompozice. Prostě všech těch drobných ingrediencí, díky kterým nakonec vznikne fotka, nad kterou se vám zatají dech.

Nikdy mě nepřestane těšit váš údiv nad tím, jak vám to na fotce sluší, i když většinou přicházíte s pochybnostmi, s obavami a se studem.

Ano, nejste v tom sami, známe to všechny.

Jmenuji se Jana Hozová a jsem máma, manželka, dcera, sestra i kamarádka.

Jsem prostě žena. Plná pochybností, věčně nespokojená s vlastní nedokonalostí, stejně jako vy.

A proto jsem vytvořila tento manuál. Abych vás alespoň částečně těchto pochybností zbavila. Každá můžeme mít krásné fotografie, nad kterými se nejen vám, ale i ostatním zatají dech. Fotografie, které vás budou těšit i po letech.

Jana Hozová



Jak by měla vypadat fotka vašich snů?

I vy můžete mít fotku, na které se sama sobě budete líbit. Ale neslíbím vám, že to bude bez práce. Focení je třeba věnovat trochu svého času i energie. A zkusit při něm alespoň na chvíli zapomenout na svou intimní komfortní zónu.

Dobrá fotografie dokáže zachytit neopakovatelné. Fotograf v ní zvěční něco, co vás okamžitě upoutá. Často ani nevíte proč. U krajinářské fotografie pomůže světlo. Pokud se vám podaří zachytit kratičký záblesk slunce nebo krajinu před bouřkou, či po ránu v mlze, máte vyhráno. U portrétní fotografie je to o něco těžší. Ke správnému světlu je potřeba ještě dosáhnout uvolněného výrazu ve tváři fotografovaného. A nejen výrazu ve tváři, ale i v řeči těla. Pokud se před objektivem necítíte dobře nebo jste nuceni k póze, která vám nesedí, je to na fotce vždycky poznat. Věřte mi!

Jenže jak docílit toho, abyste se cítila fajn, když stojíte polosvlečená před foťákem, připadáte si úplně trapně, nevíte, jestli dřív zatáhnout bříško, zakrývat druhou bradu nebo se pokoušet o sexy výraz a do toho přicházejí další a další pokyny, kam se dívat, jak se potočit, či naklonit, kam dát ruku, kdy se usmát a kdy ne.

No třeba tím, že se na focení připravíte předem!

Seznámíte se dopodrobna s tím, co vás čeká.

I s tím, co vás rozhodně nečeká a čeho se nemusíte obávat.

A právě s tím bych vám ráda tímto manuálem pomohla.

Protože věřte tomu nebo ne, většina otázek, které vám víří hlavou, trápila z velké části i ostatní ženy a dívky, které jsem za ta léta vyfotila.

A pokud zde odpověď na svou otázku nenajdete, klidně mi pište nebo zavolejte, ráda vám vše vysvětlím.

Jen tak se můžete na své focení náležitě připravit.

Jsem vášnivá objevovatelka ideálního světla, úhlu, kompozice a barev. Prostě všech těch drobných příchutí, které se na jeden jediný kratičký okamžik spojí a zachytí to neopakovatelné něco. To něco, co vás upoutá na fotce, ale vy vlastně ani nevíte proč.



Úvodem aneb než se objednám:

- Na co je dobré myslet, než se objednám?
- Proč tak dlouho předem?
- Co když mezitím ztratím odvahu?
- Dám si termín raději později, abych do té doby zhubla.

OBJEDNÁNÍ TERMÍNU

Na co je dobré myslet, než se objednám?

První věc, kterou byste měla udělat v případě, že jste se rozhodla se nechat vyfotit, je objednat si termín.

Objednací lhůta bývá přibližně jeden měsíc.

Vaše časové možnosti a případné dotazy můžeme probrat buď telefonicky nebo přímo u mě v ateliéru, kde si můžete rovnou omrknout prostředí. Mnohým z vás pomůže pocit, že již nejdete do neznámého prostředí, že víte, co máte čekat, ale chápu, že někdy je to časově náročné.

Co se focení týče, všem doporučuji vyhradit si na něj celý den. Vezměte si v práci volno a nechte se hýčkat. Ráno si přispěte! Vaše pleť vám za to bude vděčná. Pro změnu se jednou v klidu nasnídejte a pak se jen přesuňte klidně zcela nenalíčená k nám, o vše ostatní se postaráme.

Dáte si sklenku šampaňského a vychutnáte si péči vizážistky, která vás kompletně nalíčí a upraví vám účes.

Prostě si to užijete!

Samozřejmě fotíme i odpoledne. Ale upřímně: výsledkem focení by měla být fotka vašeho života. Fotka, která vám bude dělat radost a na kterou se budete chtít dívat po zbytek života.

Přiznejme si, že den v práci vás před focením může natolik vyčerpat, že to na výsledných fotografiích bude znát. Není nad to přijít na focení dobře naložená, plná energie a nikam nespěchat.

Proč tak dlouho předem? Co když mezitím ztratím odvahu?

Neztratíte! Od toho máte k dispozici tento manuál. A v případě, že vás během toho času opravdu přepadnou obavy, doporučuji jít na internet a namlst se nějakými pěknými obrázky, které vás spolehlivě namotivují. Pokud máte i tak obavy, zavolejte mi. Probereme to osobně a něco vymyslíme.

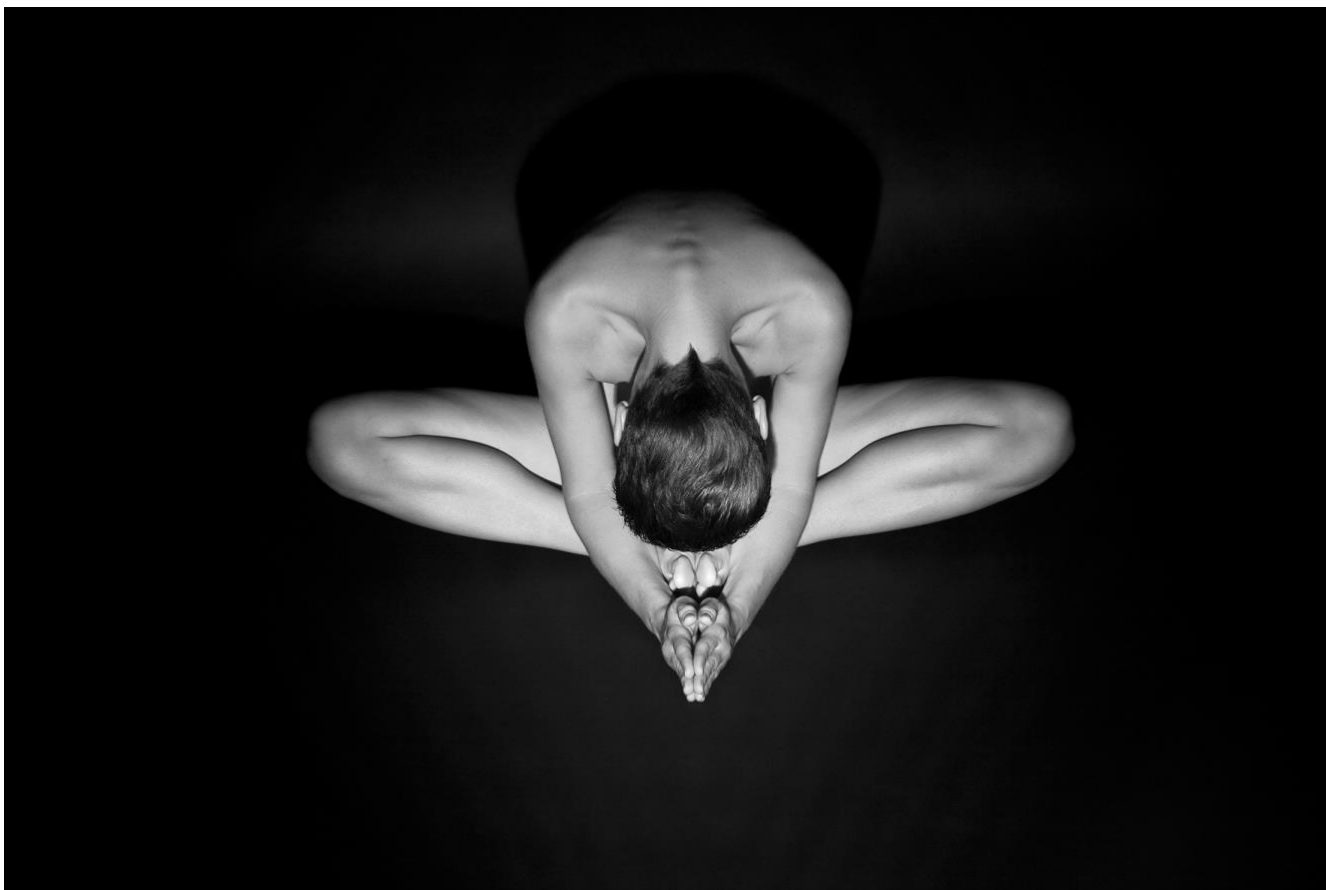
Za měsíc pravděpodobně nezhubnete!

Ano, další věta, kterou často slyším je: *Objednám se na focení, hned jak zhubnu. Nebo: Objednejte mě za 3 měsíce. Do té doby zhubnu.* Ruku na srdce: Za tak krátkou dobu zhubne málokdo. Je tedy celkem jedno, jestli přijdete za měsíc nebo za tři.

Mám pro vás ze zkušenosti jednu radu: Kila neřešte. Jedno nebo dvě kila o výsledku beztak nerozhodnou. Mnohem důležitější je během focení zvolit správné světlo a úhel. Stín pak dokáže ledacos zakrýt – a to už je moje práce. Pokud vám mohu doporučit, pokuste se vybrat termín v období mimo své menstruace. V něm míváme nafouklejší břicho a necítíme se moc komfortně.

Také vám doporučuji objednat se před focením ke kadeřnici. Zejména, pokud chodíte pravidelně. Ne snad kvůli novému účesu, ale kvůli sestřihu a případným odrostům, které by mohly výsledný dojem z fotografie zkazit. A protože ani dobré kadeřnice vás neobjednají ze dne na den, sama zjistíte, že ten měsíc bude na rezervaci termínu k nám tak akorát.

Když už jsme u toho zkrášlování: Zvažte také, zda se neobjednat na profesionální úpravu nehtů na rukách i na nohách.



Jsem objednaná na focení i ke kadeřnici. Co dál?

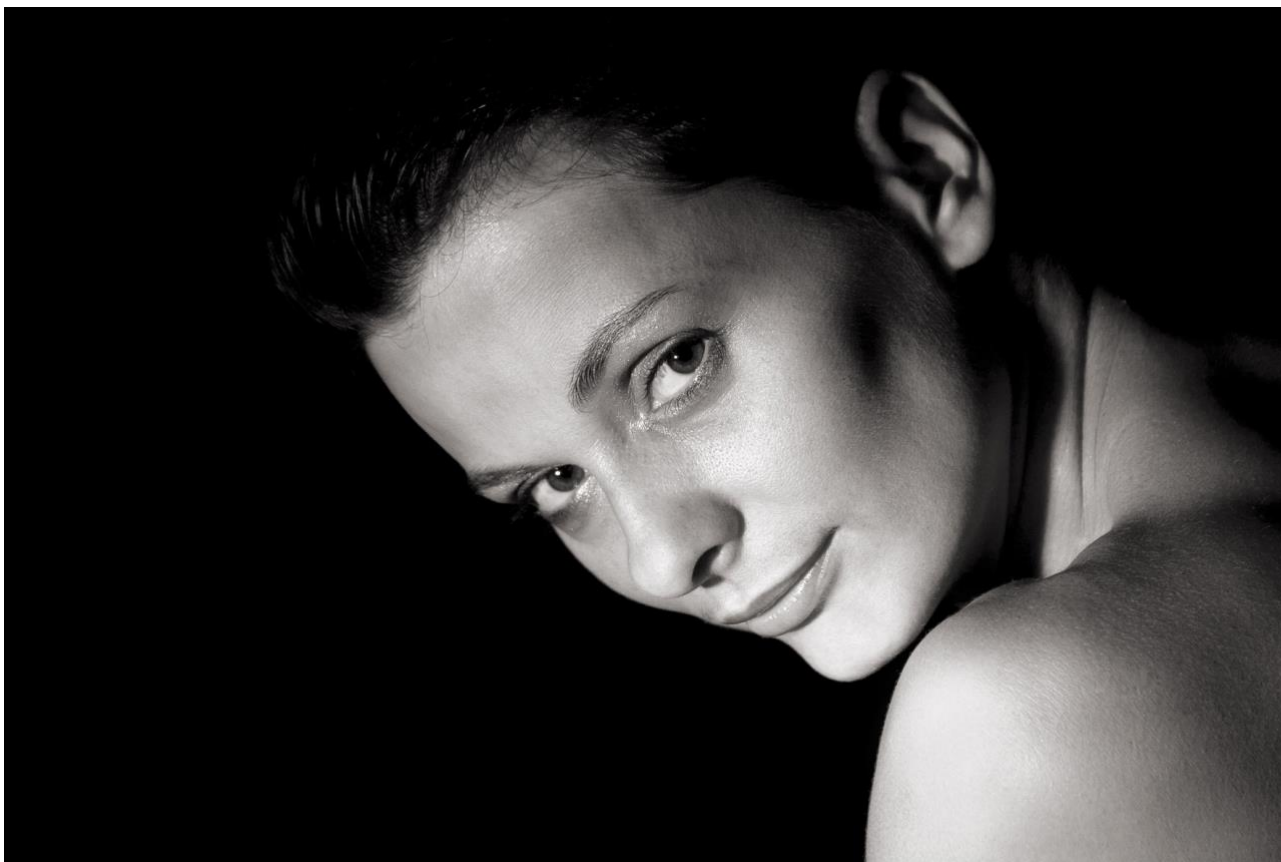
Měsíc je tak akorát dlouhá doba na to, abyste si ujasnila, co od focení chcete. Hledejte na internetu inspiraci, třeba Pinterest je na to skvělý.

Podívejte se do galerie na našich [ateliérových stránkách](#) a nechte se inspirovat fotografiemi dalších žen, co se u nás fotily.

Popřemýšlejte o tom, co od výsledné fotografie očekáváte. Je to dárek pro muže? Nebo spíš pro vás? Pokud to má být dárek pro muže, bylo by fajn, aby to bylo trošku sexy. Ale nebojte to zvládneme!

My ženy jsme k sobě vážně hrozně sebekritické. Je něco, co se vám na sobě líbí? Nebo vašemu partnerovi? Na to se můžeme při focení zaměřit. Naopak, pokud je něco, co na sobě opravdu nesnášíte, můžeme to během focení potlačit a odvést pozornost. Například správným nasvícením a využitím hry světla a stínů.

Jen je potřeba nebát se o tom mluvit



Co si mám vzít na focení s sebou?

To je otázka, na kterou vám bohužel nemohu dát zcela konkrétní odpověď. A víte proč? Jednoduše proto, že glamour focení je to nejindividuálnější focení, co znám. Každá jsme jiná, pro každou se hodí jiné světlo i úhel pohledu. Stejně tak se každá cítíme dobře v něčem jiném.

Některá preferuje sexy prádlo a jehlové podpatky. Jiná se ráda tak trošku schová do velké pánské košile. Glamour focení zahrnuje i společenské šaty a šperky. Ale nemusíte si dokonce brát vůbec nic. Například tehdy, když se vám líbí jednoduché akty, kde jsou vidět jen poodhalené nasvícené křivky těla. To, co chceme schovat halíme do stínu. Někdo je sportovní typ, někdo romantický. Podle toho volte svůj outfit, podle toho si vezměte s sebou to, co se vám líbí. To, v čem se cítíte dobře.

Pokud je to dárek pro muže, je fajn vzít i něco, co jste dostala od něj. To vždycky potěší. Může to být sexy košilka, prádlo nebo třeba šperk.

Neberte si zbytečně x stejně barevných věcí. Vyzkoušejte doma podobně barevné kousky a vezměte jen ty, které vám opravdu nejlépe padnou. Vždy je dobré mít světlou a tmavou variantu. Obecně jsou nejlepší věci jednobarevné, bez vzorů a nápisů. Nepřehánějte to.

Neberte zbytečně několik stejně barevných věcí. Vyzkoušejte doma podobně barevné kousky a vezměte jen ty, které vám opravdu nejlépe padnou. Vždy je dobré mít světlou a tmavou variantu. Obecně jsou nejlepší věci jednobarevné, bez vzorů a nápisů. Nepřehánějte to s množstvím oblečení. Focení je o vás! A ne o tom, co máte na sobě. Na výsledných fotografiích mnohdy oblečení ani nezaznamenáte, a to je účel! Chceme abyste tím prvním, co na fotce upoutá, byla Vy! Váš výraz, emoce. Během jednoho focení ideálně stihneme použít tři různé outfity. Pokud je oblečení moc, přestává to být o vás. Drahocenné chvíle uvolnění před fotoaparátem pak přerušuje neustálé převlékání a výsledkem je mnoho stejných póz v různém oblečení. Ale my nefotíme módní katalog, že ne? My fotím vaše nejhezčí JÁ!

Pózování

Často se mi stává, že když po focení odcházíte z ateliéru, povzdechnete si, že bylo úplně zbytečné se bát. Je to opravdu tak. Ale jen já vím, že to před focením opakuji každému a že někomu takové uklidnění stačí a někdo potřebuje čas.

Další vaší tajnou obavou bývá to, že neumíte pózovat před objektivem a že nevíte, co vlastně budete v ateliéru při focení dělat.

Dobrá zpráva je, že pózování se opravdu bát nemusíte.

Celým focením vás povedu krok za krokem, budeme spolu nacházet nejlepší úhel i pózu. Budu vám i jemně posouvat ruce, natáčet hlavu, doopravovat neposedné vlasy. To vše už je jen na mně.

Pózování tedy můžete s čistým svědomím pustit z hlavy!

Už se to blíží!

Tak a je to tady. Zítra se jdete fotit. Máte připravené věci s sebou, boty s jehlovými podpatky mají omyté podrážky a schnou (Pozor! Umyté podrážky jsou důležité, jinak budete mít kolem sebe na světlém podkladu šlápoty.).

Co nehty? Máte je upravené?

Pokud jste zvyklé na profi úpravu, tak jste už určitě využila služeb profesionála (manikúra, pedikúra), jak jsem radila v prvním kroku. Pokud jste zvyklá si je dělat sama, je dnes ta pravá chvíle. Ať už vám je upravuje specialista, či to zvládáte sama, já doporučuji na focení zvolit jemnou nenápadnou barvu laku. Případně francouzskou manikúru. Důvod je prostý.

Barvy laků podléhají módním trendům, můžou být modré i černé. Ale uvědomte si, že vy chcete mít fotku nadčasovou! Takovou, která se vám bude líbit i za 10 let. A nechcete si přece říkat, že vám to sluší, až na ten modrý lak. Navíc budete střídat různé outfity i nalíčení, a ne všechny barvy se pak hodí. A ruce jsou na fotkách opravdu důležité, dokážou portréty krásně dotvořit. To uvidíte během focení.

Takže pokud mohu doporučit, neutrální nehty na rukách, sladěné s nehty na nohách.

Protože i při focení fungují Murphyho zákony, je vysoce pravděpodobné, že se na vaší tváři vytvoří těsně před focením nějaký pupínek, či jiná nedokonalost, která tam obvykle nebývá. To je normální! Fakt! Nenechte se s tím rozhodit, od toho máme profi retušérku!



Poslední den před focením:

- Upravit nehty.
- Hladce oholit nožky.
- Umýt vlasy.
- Neflámovat, lehce povečeřet a jít brzy spát.

Ano, já vím. Zní to jak pravidla dívčího internátu.

Ale věřte tomu, že ráno ten jednorázový přísnější režim doceníte.

DEN D

Jdu se fotit.

Pokud jste si na dnešek vzala volno, jak jsem radila v začátcích, tak jste si dnes přispála.

Máte spoustu energie, protože jste nevlámovala. Vaše pleť i oči jsou odpočaté.

V klidu posnídejte a oblečte si na cestu to nejvolnější oblečení a nejvytahanější prádlo, pokud ho vůbec potřebujete, jaké doma najdete. To proto, aby se vám cestou neudělaly otlaky od spodního prádla nebo ponožek, případně pásku, nebo upnutých džínů.

Na cestu se nemusíte líčit, o to se postará vizážistka.

Pokud jste si rezervovala focení s vizážistkou, na cestu k nám se nemusíte líčit. Vizážistka se vám kompletně postará o make-up i účes.

Vše potřebné máme v naší vybavené lícírně. Pokud preferujete vlastní líčení, doporučujeme, kvůli ateliérovému svícení, zvolit o něco výraznější variantu než obvykle.

Pokud ještě nemáte objednaný termín,

tak to můžete velmi snadno učinit v našem rezervačním systému zde:

<https://fotoatelier-jana-hozova.reenio.cz/cs/#/terms> .

Budu se na vás moc těšit!

