



KOMPLETNY PRZEWODNIK

Jak przygotować się do sesji zdjęciowej, żeby efekt był WOW

Profesjonalne zdjęcia budują pewność siebie i wizerunek. Sekret? Nie bycie modelem — lecz **dobry plan i przygotowanie**. Przewiń dalej 📱

Planowanie to podstawa

Najlepsze zdjęcia nigdy nie powstają przypadkiem. Zanim zaczniesz, odpowiedz sobie na 3 pytania:

1

Do czego będą zdjęcia?

Instagram, LinkedIn, portfolio — to definiuje styl.

2

Jaki klimat chcesz uzyskać?

Minimalistyczny, fashion, cinematic, biznesowy.

3

Jak chcesz się czuć?

Pewnie, naturalnie, luksusowo, profesjonalnie.



SEKRET PROFESJONALISTÓW

Moodboard — twój klucz do spójności

Zbieraj inspiracje przed sesją. To narzędzie, które pomaga fotografowi zrozumieć Twoją wizję.



Pinterest

Pozy, światło, kolory



Instagram

Stylizacje, fryzury



Magazyny

Lokalizacje, kadry

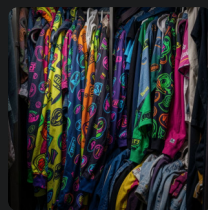
ROZDZIAŁ 2

Stylizacje — mniej znaczy więcej



Wybieraj

Proste kroje,
dobre materiały,
stonowane
kolory, total look
w jednym
kolorze.

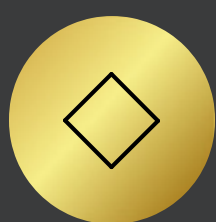


Unikaj

Dużych logo,
neonów,
drobnych
wzorów,
sportowych
ubrań.

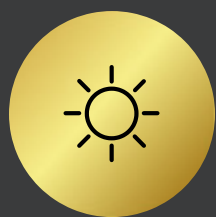
Kolory, które zawsze wyglądają premium

Kolory budują emocje i klimat zdjęcia. Łącz maksymalnie 2–3 odcienie z jednej palety.



Czerń

Elegancja, luksus, cinematic look



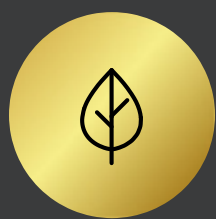
Beż & Krem

Premium aesthetic, ciepło



Granat

Profesjonalizm, biznes



Oliwka

Naturalność, nowoczesność



ROZDZIAŁ 4 & 5

Makijaż, fryzura i skóra

→ Makijaż

Mocniejszy niż codzienny, zmatowiony, glow skin. Unikaj brokatu i ciężkiego konturu.

→ Fryzura

Lekkie fale, naturalna objętość, świeże włosy.

→ Skóra 7 dni przed

Pij wodę, nawilżaj, śpij 7–8h. Unikaj nowych zabiegów.

ROZDZIAŁ 6

Pozowanie — sekret naturalności

Największy błąd? Sztywność. Naturalność zawsze wygląda lepiej niż „idealne” pozowanie.



Dodaj ruch

Skręt ciała

Pracuj
spojrzeniem

Lekki ruch, skręt ciała i praca spojrzeniem to trzy filary naturalnych, filmowych kadrów.



ROZDZIAŁ 7

Lokalizacja i Golden Hour



Rooftop

Nowoczesny, miejski klimat



Industrialne

Editorial i cinematic



Natura

Miękkie, naturalne światło



Golden Hour

Godzina po wschodzie lub przed zachodem —
miękkie, luksusowe światło

Co zabrać i czego unikać



Zabierz

- Ubrania na zmianę
- Puder matujący
- Inspiracje w telefonie
- Powerbank
- Dodatkowe dodatki



Najczęstsze błędy

- Zbyt duży stres
- Przesadne pozowanie
- Za dużo wzorów
- Brak przygotowania
- Porównywanie się do modeli

Twoja ultimate checklista przed sesją

01

7 dni przed

Moodboard, ubrania, więcej wody

02

3 dni przed

Dodatki, sen, inspiracje

03

Dzień przed

Spakuj wszystko, naładuj telefon

04

Dzień sesji

Lekki posiłek, przyjedź wcześniej, baw się dobrze!

Profesjonalna sesja to doświadczenie, które zostaje na lata ✨ **Udostępnij ten post** komuś, kto planuje sesję!