Janos Frecot mieszka od 1947 roku w Berlinie i jest autorem oraz redaktorem licznych publikacji poświęconych tematom kulturalno-historycznym oraz fotografii.

W latach 60. zajmował się fotografią architektury. Na początku lat 70. rozpoczął pracę nad stworzeniem Werkbund-Archiwum, przekształconym później w Museum der Dinge (Muzeum Rzeczy).

W latach 1976-78 był sekretarzem Wydziału Sztuk Plastycznych w Akademie der Künste w Berlinie Zachodnim. W 1978 roku z jego inicjatywy powstała w Landesmuseum Berlinische Galerie kolekcja fotografii, którą później kierował i w której odbyły się wystawy: *Photographie als Photographie*, 1989, *Sprung in die Zeit,* 1992, *Lichtseiten,* 1998 und *Erich Salomon – Mit Frack und Linse durch Politik und Gesellschaft,* 2004.

W 2001 roku został odznaczony Orderem Zasługi Niemieckiej Republiki Federalnej za wspieranie kultury fotografii w Berlinie. Po przejściu na emeryturę pracuje jako kurator, m.in. dla Arno Schmidt-Stiftung w Bargfeld i czasowo dla Albertiny w Wiedniu. W roku 2013 miała miejsce publikacja i ekspozycja jego wczesnych prac fotograficznych zatytułowana *Die Jahre mit der Kamera.*