L’éclairage au flash cobra : de l’intention à la réalisation – mon avis sur la formation Nikon School

Saviez-vous que lorsque vous utilisez un flash Cobra, le laisser sur la griffe porte-flash de votre boîtier n’est pas la meilleure solution ? C’est connu, mais de là à créer un éclairage au flash Cobra pour que le résultat soit conforme à votre intention, il y a un pas à franchir et non des moindres.

J’ai suivi la formation « Éclairage au flash Cobra » de la Nikon School, voici ce que j’en pense et ce que j’ai vécu.

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

En savoir plus sur cette formation flash …

Article publié en partenariat avec la Nikon School qui m’a accueilli pendant deux jours.

Formation Éclairage au flash Cobra, pourquoi ?

Je pratique la photo urbaine et la photo de spectacle, comme le paysage, le portrait, le reportage, le sport tout au long de l’année. Je suis attaché à la gestion

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

de la lumière.

En spectacle je n'ai pas le choix : c'est l'éclairagiste qui décide et il est bien évidemment interdit d'utiliser un flash.

En photographie urbaine, tout est permis. Qu'il s'agisse de portraits de rue, d'architecture, de territoire, utiliser un éclairage artificiel est possible.

Dans toutes les autres disciplines, c'est la même chose, encore faut-il savoir pourquoi le faire et comment.

Depuis plusieurs mois j'avais envie de tester l'éclairage au flash Cobra en photo urbaine pour mes portraits de rue et quelques autres séries. J'ai fait des tests avec le système Lumecube, un éclairage continu, c'est prometteur, mais ce n'est pas un flash.

Pourquoi le flash Cobra ?

Je dispose de flashs Nikon, de quelques accessoires (cellules, déclencheurs Cactus, boîtes à lumière, trépieds, support de fond) et je ne souhaite pas investir dans des flashs plus coûteux et encombrants.

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

un des flashs utilisé pendant la formation, le Nikon SB-5000 à commande radio

Le principal avantage du flash Cobra est en effet sa compacité, les flashs de studio en extérieur j’ai testé, ce n’est pas si pratique.

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

Mon objectif

Je sais utiliser un flash Cobra, au sens où je connais les menus des flashs Nikon, je sais les régler, j’ai déjà fait des photos avec.

Ce que je sais moins bien faire, par contre, c’est modeler la lumière du flash, créer une photo avec un flash Cobra pour qu’elle corresponde à mes envies.

Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

ce qu'il faut éviter …

Je veux savoir mettre en perspective mon intention et ce que je sais de la technique. Le mode d'emploi du flash ne suffit plus.

J'ai choisi de suivre la formation « L'éclairage au flash cobra » de la Nikon School, animée par le photographe Gérard Planchenault, et d'en parler ensuite pour vous dire ce que j'en pense, ce que j'ai appris et vécu.

Formation Éclairage au flash Cobra : deux jours intenses

Première journée : des grands principes à la pratique

Je connais Gérard Planchenault depuis quelques années aussi les présentations sont vite faites. Les deux autres stagiaires participant à la formation ont eux-aussi des besoins particuliers : être capables d'utiliser un flash Cobra pour leurs photos de reportage Corporate, des séminaires, des réunions. Ils ne sont pas photographes professionnels mais doivent faire ce type de photos dans le cadre de leur métier.

Leurs problématiques sont différentes des miennes, c'est tout l'intérêt d'une telle formation que de croiser les profils et les besoins.

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

des couvertures célèbres, des photos, des peintures, de quoi appréhender le sujet

Contrairement à ce que vous pourriez penser, la première demi-journée de formation n’a pas consisté à manipuler un flash Cobra. Pas du tout !

Notre formateur s’est attaché à parler lumière, à illustrer son propos avec les classiques de la peinture et de la photographie. Nous avons analysé des tableaux, des couvertures de magazines, des photographies connues.

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

Le flash n'est qu'un outil à votre service pour créer un éclairage, encore faut-il savoir quel éclairage vous voulez créer !

Nous avons décortiqué les éclairages classiques, pour comprendre ce qu'ils apportent, et comment les recréer :

- Split,
- Rembrandt,
- Loop,
- Butterfly.

Ces éclairages sont utilisés pour le portrait, mais peuvent servir dans de nombreuses autres occasions.

Nous avons abordé le débouchage des ombres, le fill-in au flash, les premiers et seconds rideaux et, la synchro haute vitesse et l'effet stroboscopique, autant de techniques au service de votre créativité.

Qui dit lumière dit modelage

Tout comme un flash de studio, un flash Cobra émet un éclair (ou une suite d'éclairs) qui apporte de la lumière sur votre sujet.

La lumière frontale, brute, du flash monté sur sa griffe est rarement flatteuse. Les notions apprises en matinée sur la gestion de la lumière en peinture ou en photographie nous l'ont montré. Il convient donc de modeler la lumière, tout

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

comme le peintre l'a gérée sur sa toile avec les effets cités ci-dessus.

> *« Le flash apporte la quantité de lumière, le façonneur apporte la qualité de la lumière. »*

façonner la lumière du flash Cobra avec la boîte à lumière

Nous en venons alors aux façonneurs de lumière, ces accessoires qui modifient la

Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

qualité de la lumière du flash pour en faire une lumière dirigée, intentionnelle.

Parmi les accessoires utilisés pour la série d'exercices, la commande à distance du flash (radio via le boitier avec un flash Nikon SB-5000 ou via le contrôleur de flash SU-800 pour les autres) est indispensable. Grâce à cette commande vous pouvez disposer votre flash à distance du sujet pour obtenir une lumière plus dure ou plus douce, plus enveloppante ou plus diffuse.

La boîte à lumière est l'autre accessoire indispensable, de même que peuvent l'être les réflecteurs ou diffuseurs type Gary Fong.

Cette série d'exercices nous a permis de comprendre l'impact de chaque accessoire sur le rendu final, et d'adapter leur utilisation en fonction du résultat attendu.

Ne visant pas la photographie en studio, j'ai pu envisager plusieurs utilisations possibles de l'éclairage au flash en photo d'extérieur, en profitant de l'expérience du formateur et de ses photos de voyage, par exemple.

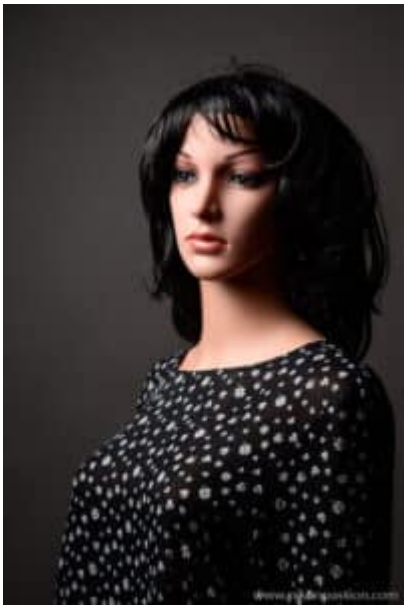
Ce que j'ai appris

Je sais maintenant que je peux utiliser un grand parapluie comme une boîte à lumière, dans la rue, pour créer mes éclairages urbains. Que je peux le faire seul, en tenant le flash d'une main et le boîtier de l'autre comme en utilisant des accessoires appropriés (Manfrotto Magic Arm par exemple).

J'ai aussi appris à harmoniser lumière naturelle et lumière du flash, à créer une

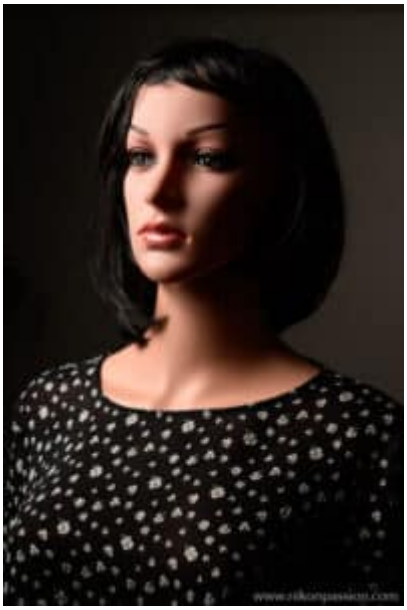
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

scène de nuit en plein jour (« faire le noir »).



Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



un même fond, des réglages boîtier et lumières différents, des portraits au flash Cobra différents

Cette journée s’est conclue par un dernier exercice. Et pas des moindres puisque notre formateur nous a demandé de réaliser un portrait Corporate, sans autre indication, comme s’il s’agissait d’une commande, en utilisant bien évidemment l’éclairage du lieu (le Nikon Plaza) et celui de nos flashs. Inutile de vous dire que le Plaza s’est retrouvé animé très vite !

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

Bilan de cette première journée

Dès le premier soir, je suis déjà capable d'envisager différentes utilisations de mes flashs, sans être forcé d'investir dans des accessoires coûteux (un grand parapluie coûte environ 20 euros, la boîte à lumière Dodecagon n'est pas indispensable).

Passionné par son sujet, Gérard Planchenault nous a fait jouer les prolongations en fin de journée, et très sincèrement personne ne s'est plaint !

Seconde journée : au studio et en extérieur

Gérard Planchenault est un passionné, je l'avais compris la veille, il est infatigable, je l'ai compris le lendemain.

Pour démarrer cette seconde journée en douceur, nous abordons l'utilisation des flashs Nikon. Les SB-900, 910 et SB-5000 sont proches, leurs menus sont très complets et leur pilotage à distance varie selon les configurations (en savoir plus sur le système Nikon CLS).

En passant en revue les différents modes, nous balayons les possibilités créatives qui s'offrent à nous. Je parle bien de possibilités créatives et non de modes de fonctionnement du flash Cobra, car gérer la lumière va au-delà de ça :

- prise en compte du fond et de sa couleur,

Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

- importance de la température de lumière,
- synchronisation de plusieurs flashs,
- contrôle manuel de la puissance de chacun,
- éclairage au flash au-delà de la vitesse de synchro flash du boîtier,
- effet stroboscopique.

les travaux pratiques !

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

Cette seconde matinée est l’occasion de tout tester, de mettre en pratique ce que nous avons vu la veille, de faire des photos. C’est tout l’intérêt d’une telle formation que de pouvoir essayer sans risque ni contrainte, avec un formateur disponible pour répondre aux questions et corriger les erreurs (il y en a eu !).

Mais ce n’est pas fini ! L’exercice suivant consiste à choisir un rendu parmi les différentes photos présentées la veille. Puis à nous photographier les uns les autres en reproduisant ce rendu.

Imaginez-vous en train de reproduire le portrait de Georges Clooney illustrant une publicité pour une montre !

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

A la manière de … un des portraits réalisés pendant la formation

Cerise sur le gâteau, nous repartirons chacun avec notre portrait, réalisé par les autres stagiaires, dans des conditions professionnelles, fidèle à notre intention. Tout ça avec une simple paire de flashs Cobra.

Dans la rue

Après une pause déjeuner passée à parler photographie, nous voici dehors, boulevard Raspail, au pied de la station de métro Notre-Dame-des-Champs.

Notre mission ? Faire des photos en situation en utilisant l’éclairage au flash Cobra. Les passants nous voyant sauter d’un banc tout en étant flashés n’ont pas tous compris de quoi il s’agissait !

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

quand le formateur donne de sa personne pour permettre aux stagiaires de pratiquer …

Pour ma part c'est un temps fort puisque c'est le type d'images que je cherche à réaliser pour mes portraits urbains, je suis reparti avec plein d'idées à tester.

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

Mais aussi …

Vous pensiez que c’était fini ? Que nenni !

Retour au studio pour une nouvelle séance, le flash stroboscopique cette fois.

Ou comment cloner votre sujet en moins d’une seconde pour réaliser des images atypiques, sur fond noir alors que la salle est éclairée comme en plein jour.

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

l’éclairage au flash en mode stroboscopique, ou « 6 moi »

Je ne vous cache pas que les astuces de pro données par Gérard ne sont pas de trop pour aboutir au résultat final, sans quoi nous y serions encore.

Bilan de cette seconde journée

Encore une journée bien remplie (nous avons fait la fermeture du Nikon Plaza !) et de quoi réaliser des éclairages au flash créatifs.

J’avoue que la fatigue se fait sentir en fin d’après-midi mais tant l’enthousiasme du formateur que le plaisir de découvrir les possibilités qui s’offrent à moi me font bien vite oublier ce coup de barre.

Mon avis sur la formation Eclairage au flash Cobra de la Nikon School

Vous l’avez compris, j’avais des attentes qui allaient au-delà de la simple manipulation du matériel, du détail des modes de fonctionnement de mes flashs Cobra.

Je voulais comprendre ce qu’il est possible de faire avec un ou deux flashs Cobra en intérieur comme en extérieur, dans mon quartier comme à l’autre bout du

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

monde, avec un assistant ou seul.

Cet objectif est atteint, j’ai maintenant une vision complète des possibilités qui s’offrent à moi, du matériel nécessaire (bonne nouvelle, je l’ai déjà).

J’ai des idées plus précises de ce que je peux préparer comme séance, pour mes portraits de rue comme mes danseurs. Car j’imagine déjà organiser des séances hors spectacles, avec des danseurs qui se prêtent au jeu.

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

chercher les bons réglages sous l’oeil attentif du formateur

Le contenu de la formation est conforme à mes attentes, je connaissais déjà le fonctionnement des flash Cobra mais beaucoup moins les possibilités créatives qu’ils permettent. Ce tour d’horizon en deux jours, couplé aux exercices pratiques, est complet et pertinent.

Sur le plan pratique, j’ai apprécié de pouvoir suivre la formation en petit groupe, dans une salle réservée, sans être dérangé par d’autres activités ou groupes.

J’ai pu utiliser mon matériel photo comme emprunter du matériel au Nikon Plaza (ce sont les mêmes locaux), ce qui m’a permis d’utiliser le flash Nikon SB-5000 dont je ne dispose pas, un Nikon D850 (je n’avais que le Z 6 avec moi) et plusieurs objectifs dont le fabuleux 105 mm f/1.4 (sur ma liste au Père Noël). Notre formateur avait à disposition tous les accessoires nécessaires, un flashmètre, un Magic Arm, une boîte à lumière, des réflecteurs, plus qu’il n’en fallait !

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

choisir un objectif à droite, faire la photo à gauche … Merci le Nikon Plaza

Je termine cette revue non sans vous dire que l'accueil au Plaza est agréable, la salle et l'écran de projection aident à suivre aisément, l'équipe Nikon sur place a pu répondre à mes questions. J'en ai profité pour faire nettoyer mon capteur, et j'aurais pu craquer pour tout le matériel photo exposé en vitrine après l'avoir testé gratuitement pendant les deux jours de formation, le Nikon Plaza assurant également la vente de matériel Nikon. Dernière remarque et non des moindres, le

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

café coule à flot pendant la pause et il le faut parfois !

A qui s’adresse cette formation

Savoir créer un éclairage au flash Cobra ne s’adresse pas qu’aux portraitistes. Tous les domaines de la photographie sont concernés :

- le reportage photo,
- la photo de rue,
- la photo de mariage et lifestyle,
- la photo de sport,
- la photo de paysage,
- la photo animalière.

Cette formation s’adresse à vous si :

- vous ne savez pas comment utiliser un flash Cobra pour faire des photos créatives,
- vous avez du mal avec les différents modes d’éclairage, le pilotage à distance, le modelage de la lumière,
- vous voulez découvrir un domaine qui vous est inconnu, celui de l’éclairage en lumière artificielle,
- vous avez investi dans ou plusieurs flashs Cobra et vous regrettez de ne pas les utiliser.

Cette formation ne s’adresse pas à vous si :

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

- vous n’envisagez pas d’utiliser un flash Cobra autrement que fixé sur la griffe de votre boîtier,
- vous ne jurez que par la lumière naturelle,
- vous photographiez à l’instinct uniquement.

En conclusion et pour être tout à fait honnête, je pense que cette formation mériterait un jour de plus. Pour pratiquer.

L’éclairage au flash Cobra, bien que simple en apparence, demande beaucoup de pratique. Le programme de la formation est dense, et profiter de quelques heures de plus avec un photographe professionnel, expert du sujet, pour imaginer d’autres photos et les réaliser ne serait pas de trop.

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

elle n'a pas bronché pendant deux jours,merci à notre modèle !

Il peut être difficile pour certains de libérer trois jours pour une telle formation, plus coûteuse de fait, mais c'est une option qui pourrait être envisagée par la Nikon School. Une mise en situation, sur le terrain, dans des conditions de reportage. La Nikon School propose d'autres formations, complémentaires à celle-ci, et c'est peut-être là qu'il faut chercher la solution :

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

- « Découvrez le flash« , à considérer si vous ne savez pas du tout comment fonctionne votre flash, comme si vous n'en avez pas encore et souhaitez faire le bon choix (4h)
- « Objets mis en lumière« , une formation de 2 jours pour apprendre à photographier les objets (packshot, photo culinaire, vente en ligne, créations …),
- « L'art du portrait en studio« , la formation la plus proche de celle que j'ai suivie, qui permet d'aller plus loin en photo de portrait, d'apprendre à créer votre studio et à utiliser les flashs et accessoires de studio et pas uniquement les flashs Cobra.

Bien utiliser un flash Cobra c'est aussi savoir faire preuve de créativité dans vos cadrages, vos compositions. La formation idéale pour cela, elle-aussi complémentaire, est « Développez votre créativité« , deux journées passées avec le même formateur, Gérard Planchenault, pour penser intention photographique plus que simple prise de vue.

Notez que suivre une formation à la Nikon School vous permet de bénéficier du programme de fidélité, comprenant une remise de 30% sur place le jour J si vous vous inscrivez à une autre formation et de 20% si vous vous réinscrivez dans les 3 mois, ça peut aider.

En savoir plus sur cette formation flash …

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2025 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés