



# Techniques de photos pros pour les photographes amateurs

Vous rêvez de réaliser des portraits de qualité sans devoir utiliser des éclairages professionnels et investir dans des accessoires coûteux ? Voici un tutoriel qui pourrait bien vous aider à y arriver !

## Ce que vous allez découvrir dans ce tutoriel vidéo

Tout comme le précédent [tutoriel sur les éclairages de studio](#), ce tutoriel vidéo est extrait d'une plus longue série (30mns et 6 vidéos) grâce à laquelle vous allez apprendre à réaliser des portraits en éclairage artificiel sans investir dans un matériel pro coûteux.

Cet extrait vous montre le principe de la prise de vue avec un reflex amateur, de même que les réglages à faire sur le boîtier avant de déclencher et de post-traiter :



- comment utiliser une lumière flash simple ou une simple source artificielle
- comment renforcer cette source de lumière et la diriger si elle n'est pas assez puissante
- comment régler la valeur ISO
- comment régler l'ouverture et pourquoi
- comment régler le temps d'exposition (méthode Light Painting)

Pour suivre le tutoriel, cliquez sur la flèche du lecteur ci-dessous. Le tutoriel dure environ 4 mns, il est possible qu'il vous faille attendre quelques secondes ou dizaines de secondes (selon votre connexion) pour que la vidéo se lance. Patientez pendant que le trait blanc tourne ... Ensuite vous pouvez l'agrandir en plein écran pour profiter au mieux des explications et visualiser l'écran du formateur.

Ce tutoriel est proposé par [tuto.com](http://tuto.com) qui vous donne accès à plus de 2500 tutoriels photo et que j'ai sélectionné pour la qualité de ses publications. Comme pour les

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



autres tutoriels gratuits, vous pouvez lire la vidéo à l'aide de l'écran ci-dessus. De même il vous suffit de créer gratuitement un compte sur [tuto.com](http://tuto.com) pour accéder à l'ensemble des tutoriels photo gratuits, plus de 2500 actuellement.

En complément, [tuto.com](http://tuto.com) vous propose des formations vidéos de plus longue durée, accessibles après achat de crédits que vous pouvez utiliser comme bon vous semble.

Suivez le lien pour créer un compte gratuit et accéder aux [tutoriels vidéos gratuits sur Photoshop, Lightroom, DxO et la pratique photo](#). Une fois le compte créé, vous trouverez tous les tutos gratuits sur le site, l'achat de crédits en option permet d'accéder aux formations de plus longue durée. Ce n'est pas une obligation.

---

## Comment utiliser les flashs et

# éclairages de studio - tutoriel vidéo

Vous voulez savoir comment utiliser des flashes et éclairages artificiels en studio ? Découvrir comment utiliser la lumière comme outil narratif ? Voici un tutoriel vidéo qui vous livre de précieux conseils.



Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : [www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



Réaliser des portraits en studio à l'aide d'éclairages artificiels n'est pas si simple. Il faut savoir choisir ses éclairages, les régler et les positionner, régler l'appareil photo.

Rien de tel qu'une présentation vidéo pour bien comprendre comment procéder. Je vous propose de découvrir le sujet avec l'aide du photographe Bernard Bertrand, et en particulier comment implanter vos sources lumineuses.

## Ce que vous allez découvrir dans ce tutoriel vidéo

Le photographe utilise un logiciel de modélisation spécialisé pour :

- choisir les accessoires pour flashes (nid d'abeille, bol, etc.)
- caler les faisceaux
- caler les sources lumineuses

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



- régler la puissance des sources
- utiliser un softbox

Vous verrez au passage comment utiliser le logiciel **set.a.light 3D Studio** pour préparer vos plans d'éclairages sur ordinateur avant de les reproduire en studio (*et gagner beaucoup de temps*).

Ce tutoriel proposé gratuitement fait partie d'un cours plus complet sur l'éclairage en studio, les lumières douces et dures et la démarche créative associée (*durée totale 3h18mn*).

Pour suivre le tutoriel, cliquez sur la flèche du lecteur ci-dessous. Le tutoriel dure environ 12 mns, il est possible qu'il vous faille attendre quelques secondes ou dizaines de secondes (selon votre connexion) pour que la vidéo se lance. Patientez pendant que le trait blanc tourne ... Ensuite vous pouvez l'agrandir en plein écran pour profiter au mieux des explications et visualiser l'écran du formateur.

Ce tutoriel est proposé par tuto.com qui vous donne accès à plus de 2500 tutoriels

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



photo et que j'ai sélectionné pour la qualité de ses publications. Comme pour les autres tutoriels gratuits, vous pouvez lire la vidéo à l'aide de l'écran ci-dessus. De même il vous suffit de créer gratuitement un compte sur tuto.com pour accéder à l'ensemble des tutoriels photo gratuits, plus de 2500 actuellement.

En complément, tuto.com vous propose des formations vidéos de plus longue durée, accessibles après achat de crédits que vous pouvez utiliser comme bon vous semble.

Suivez le lien pour créer un compte gratuit et accéder aux [tutoriels vidéos gratuits sur Photoshop, Lightroom, DxO et la pratique photo](#). Une fois le compte créé, vous trouverez tous les tutos gratuits sur le site, l'achat de crédits en option permet d'accéder aux formations de plus longue durée. Ce n'est pas une obligation.

---

## Le portrait en studio, 4 plans

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

# d'éclairage pour réussir vos portraits

Ce tutoriel Portrait en Studio réalisé par Olivier Pieri pour Nikon Passion vous explique, pas à pas, comment vous lancer et réussir vos premières photos en studio. Vous voulez pratiquer le portrait en studio sans toujours savoir comment démarrer ? Voici des réponses !



photo © Olivier Pieri

**Le portrait en studio, 4 plans d'éclairage pour réussir vos portraits**

1000 poses pour le photographe et son modèle, chez vous via Amazon

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



## Comment réussir le portrait en studio

Quels accessoires choisir, quels éclairages utiliser, comment les mettre en place, autant de questions qui vous freinent. Et auxquelles [Olivier Pieri](#) répond ici en vous proposant une démarche simple mais efficace. Je lui laisse la parole à partir d'ici.



*Olivier Pieri est photographe et portraitiste à Lyon*

[Bons Plans Matériel de studio chez Miss Numerique](#)

[Bons Plans Matériel de studio chez Amazon](#)

# Portrait en studio : quel matériel utiliser pour démarrer ?

Ne cherchez pas bien loin ce que vous avez sous la main. Pour réaliser les images de ce tutoriel Portrait en Studio, j'ai utilisé mon boîtier Nikon D700 et l'objectif Nikon 85 mm f/1.4.

L'éclairage est constitué d'un flash de studio Elinchrom Classic 1500 joules et d'une boîte à lumière 60 x 60 cm.

J'ai installé un fond rouge en papier. En noir et blanc, cette couleur donne un gris soutenu très agréable mais il est également possible d'utiliser d'autres teintes. Evitez les fonds blanc ou noir qui sont souvent trop extrêmes pour rendre un beau noir et blanc.

Dans tous les sets d'éclairages présentés ici, pensez à éloigner au maximum le modèle du fond (*dans mon cas, 3 mètres*) afin que ce dernier ne soit pas éclairé par le flash qui éclaire le modèle. Si vous voulez éclairer le fond, rajoutez un flash dédié à cet effet, comme le quatrième exemple le montre.

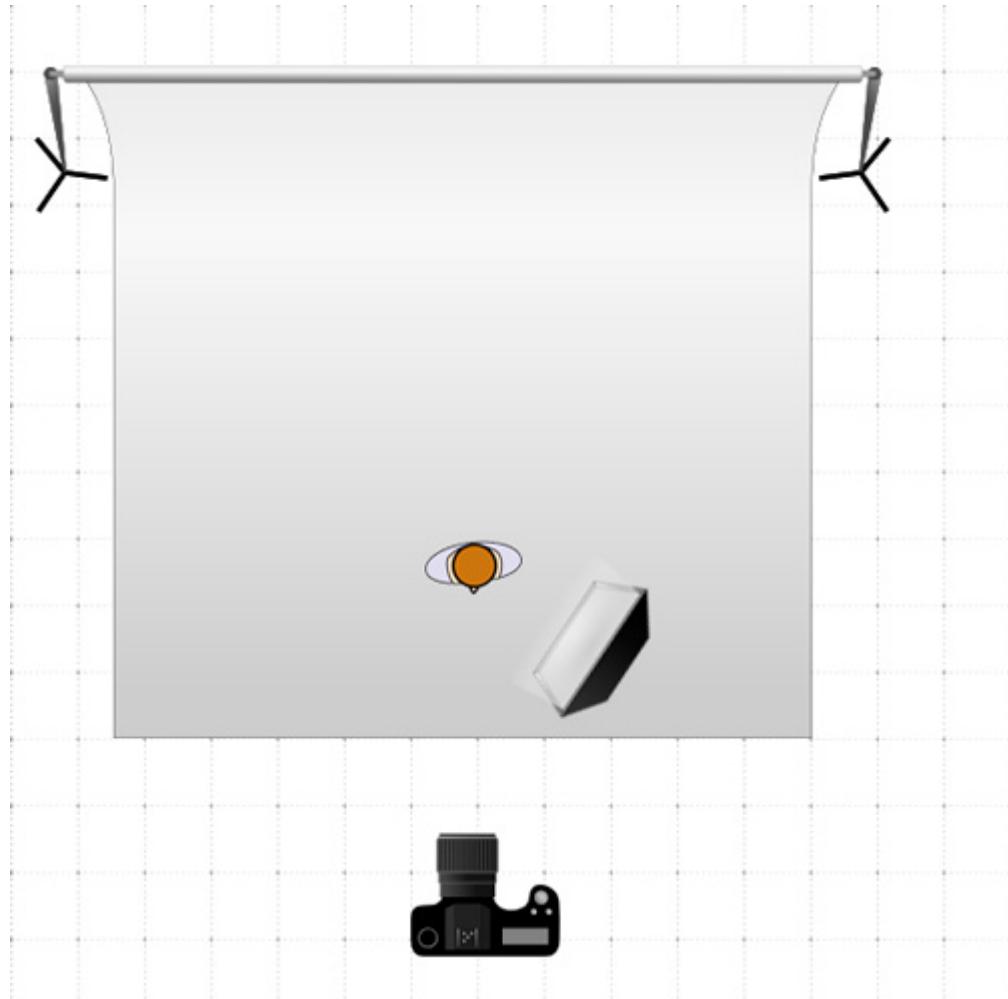
Voici 4 plans d'éclairage que vous allez pouvoir mettre en œuvre pour réaliser vos portraits en studio. Vous pouvez en trouver plein d'autres dans le livre d'Andreas Bühl « [Studio, des plans d'éclairage pour la photo de portrait](#)« .

# Premier plan d'éclairage : le Set Up Rembrandt

Ce plan tient son nom du triangle de lumière qui se forme sous l'œil du modèle. Rembrandt utilisait souvent ce type d'éclairage dans ses peintures. Pour ce faire, la source de lumière sera placée très près du sujet (*moins de 1 mètre*), à 45° sur un côté et à 45° en hauteur.

Orientez le flash vers le visage du modèle (*le flash pointe donc vers le bas*). Une des erreurs classiques consiste à ne pas placer le flash suffisamment en hauteur, ce qui donne une lumière latérale : les ombres ainsi créées ne sont pas naturelles.

Réglez le flash à l'aide d'un flashmètre pour une prise de vue à une ouverture de diaphragme de f/8. Le diagramme ci-dessous montre le set d'éclairage utilisé :



La photo ci-dessous présente le portrait en studio final :

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



*photo (C) Olivier Pieri*

## **Second plan d'éclairage : le Set Up**

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

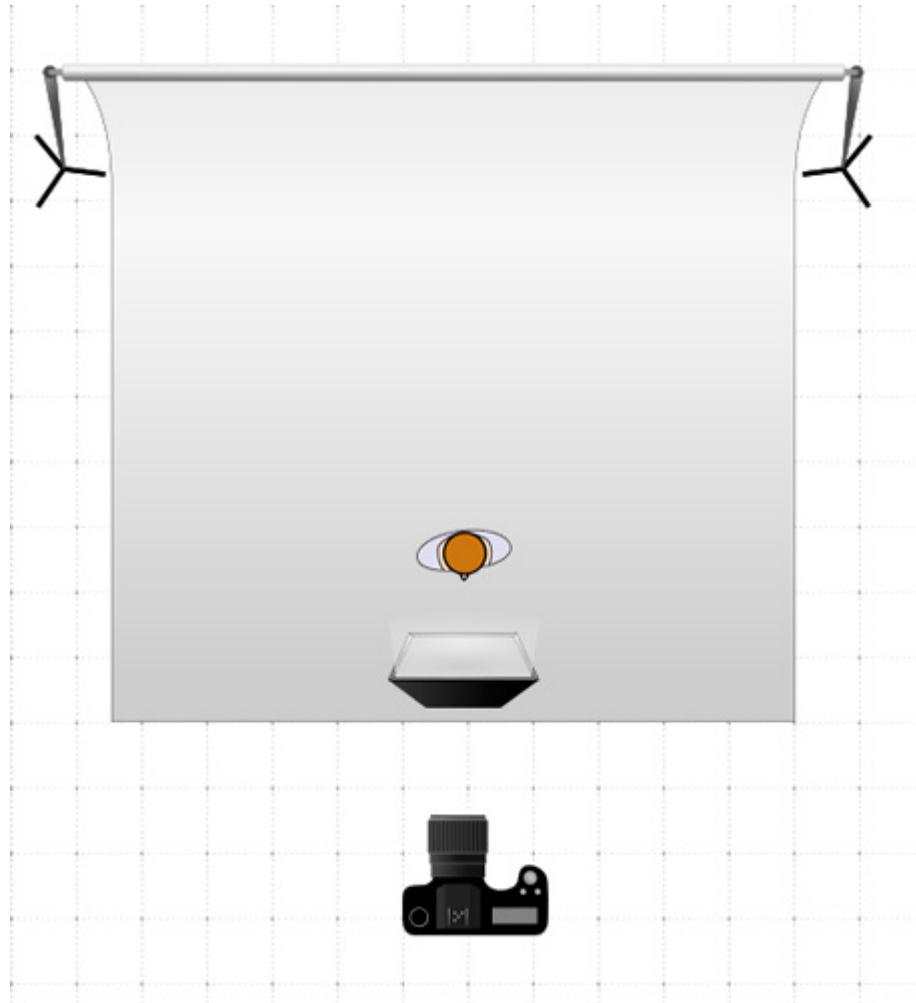
Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

## Papillon

Ce plan d'éclairage tient son nom de l'ombre formée sous le nez, qui ressemble (de loin) à un papillon. Ce dispositif est très proche du précédent (*boîte à lumière très proche, en hauteur et orientée vers le bas*). En revanche, elle sera placée directement en face du modèle.

Pour ne pas avoir le pied du flash entre le modèle et l'objectif, utilisez un pied girafe.

Le diagramme ci-dessous montre le set d'éclairage utilisé :



La photo ci-dessous montre le portrait en studio final :

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



*photo (C) Olivier Pieri*

## **Troisième plan d'éclairage : le Set Up**

---

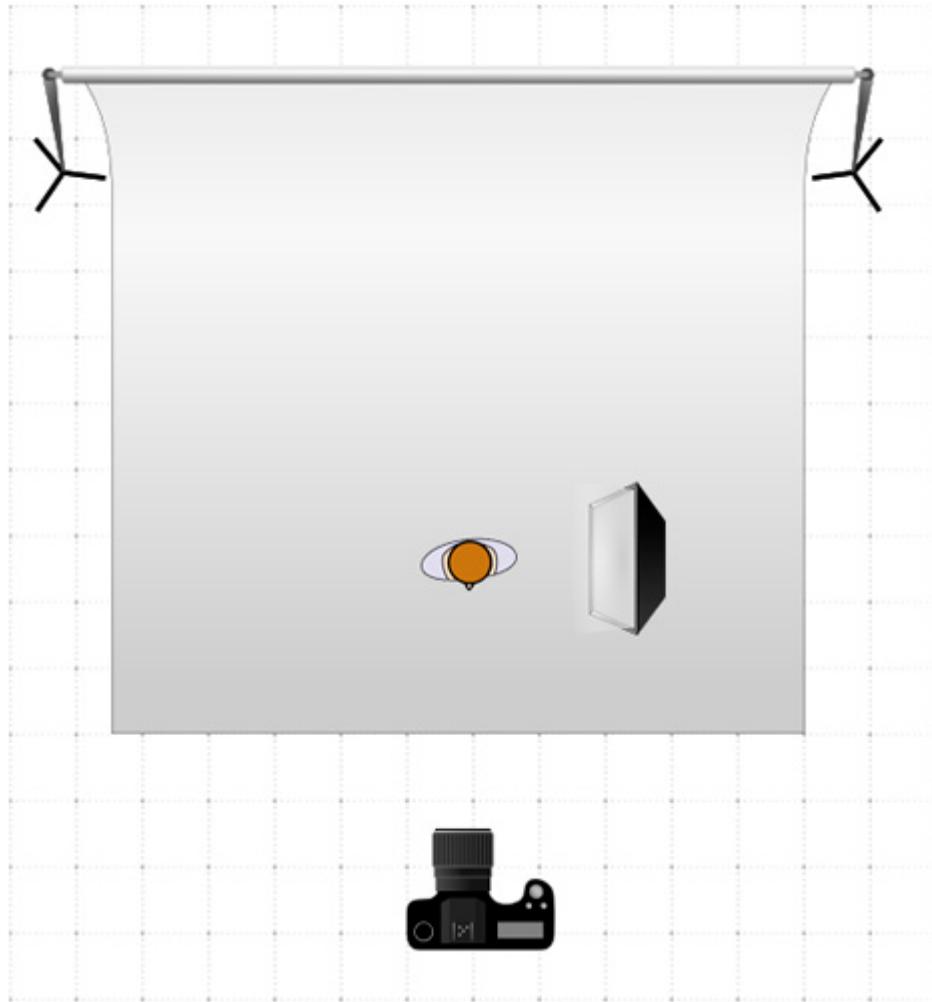
Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

## Split Light

Ce plan d'éclairage tient son nom du fait que l'on va éclairer la moitié du visage, tandis que l'autre restera dans l'obscurité (*Split* en anglais signifie diviser). Il est encore une fois très proche des précédents (*boîte à lumière bien rapprochée, en hauteur et orientée vers le bas*), mais la source de lumière sera placée cette fois complètement sur le côté du sujet.

Le diagramme ci-dessous montre le set d'éclairage utilisé :



La photo ci-dessous illustre le portrait en studio final :



*photo (C) Olivier Pieri*

## **Quatrième plan d'éclairage : votre plan**

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

## personnalisé

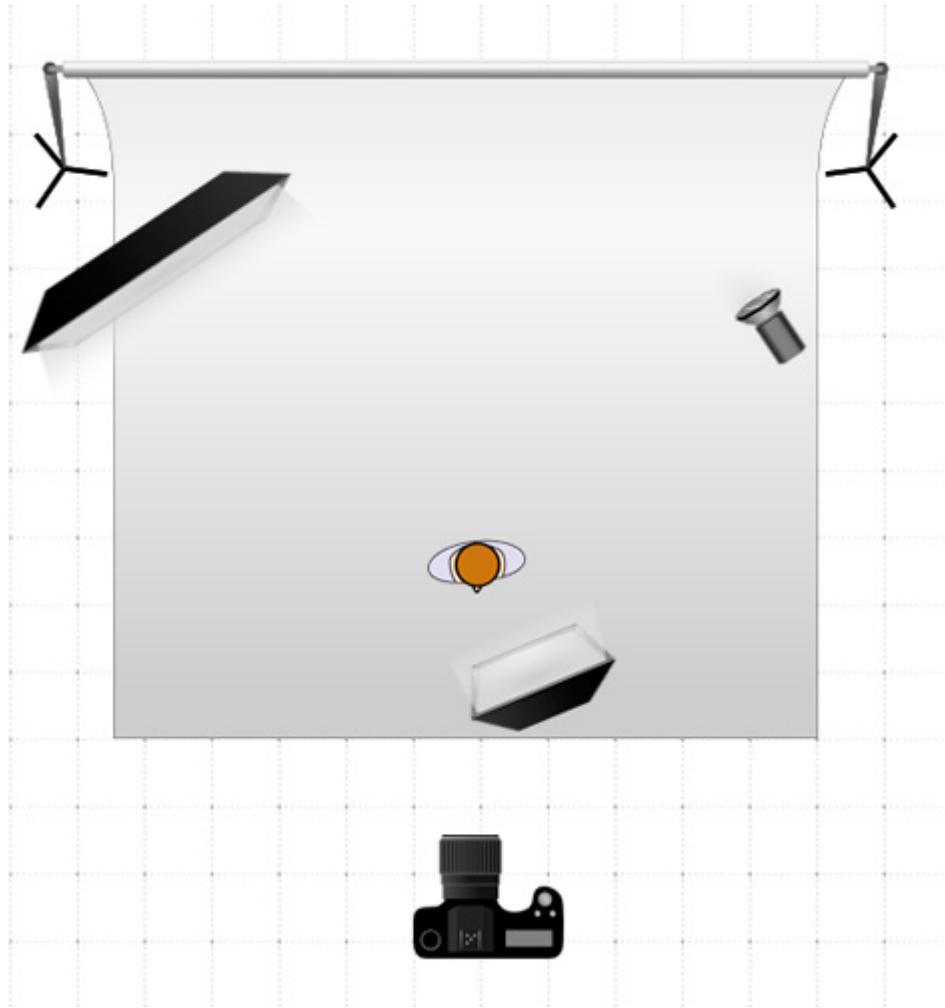
Le but de ce quatrième plan d'éclairage est de vous permettre de modeler votre propre rendu pour apprendre à sortir des plans impartis. Ici j'ai souhaité donner un peu plus de relief à l'image. Vous allez voir comment.

Repartez du deuxième plan proposé, pour ajouter quelques sources de lumière. Premièrement, une source pour éclairer le fond de manière irrégulière, afin de donner l'illusion d'une tâche de lumière. Pour ce faire, vous ajouterez un flash muni d'un bol 21 cm et d'un nid d'abeille et orienté vers le fond.

Ensuite, vous éclairerez également le modèle par derrière afin de dessiner l'un de ses contours avec une strip box 35 x 90 cm (*une boîte à lumière en hauteur*). La source principale sera réglée avec la même puissance que précédemment afin de photographier avec une ouverture de diaphragme de f/8.

Les deux sources additionnelles seront réglées avec un décalage de 2pIL (2 diaphs, donc f/4).

Le diagramme ci-dessous montre le plan d'éclairage utilisé :



Voici l'implantation des différents éclairages et accessoires dans le studio (celui que vous pouvez installer chez vous en quelques minutes) :

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



Et voici le portrait en studio final :



*photo (C) Olivier Pieri*

## Le portrait photo en studio : 3 règles à

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



## retenir

S'il ne fallait retenir de ce tutoriel que 3 choses alors les voici :

Plus votre sujet est loin du fond, mieux c'est. Ainsi, ce dernier ne prendra pas (*ou le moins possible*) la lumière principale. Il est possible de contrôler le rendu du fond en décidant de placer ou non un autre éclairage directement dirigé vers lui.

Plus la source est grande et proche du modèle, plus le modelé est beau et plus la lumière est douce.

Utiliser des fonds de densité moyenne vous permet de contrôler facilement votre rendu, contrairement aux fonds blancs ou noirs.

Voilà, ce n'est pas plus complexe que ça et maintenant ... à vous !

Retrouvez [\*\*Olivier Pieri\*\*](#) sur son site.

[Bons Plans Matériel de studio chez Miss Numerique](#)

[Bons Plans Matériel de studio chez Amazon](#)

***QUESTION : quel est votre principal problème lorsque vous essayez de faire des portraits en studio ?***

[1000 poses pour le photographe et son modèle, chez vous via Amazon](#)



# Apprendre le portrait en studio : tri et retouche Lightroom et Photoshop - 4/4

Toute séance de **portrait en studio** nécessite, une fois le shooting terminé, de trier les photos et de les traiter. La première de ces deux opérations peut se faire assez rapidement si vous avez un processus de tri bien établi. La seconde, le traitement d'image, nécessite un peu plus de temps. Ce dernier épisode de la formation au portrait en studio vous montre **comment trier les photos dans Lightroom**, les traiter et utiliser Photoshop en complément pour les images qui le nécessitent.

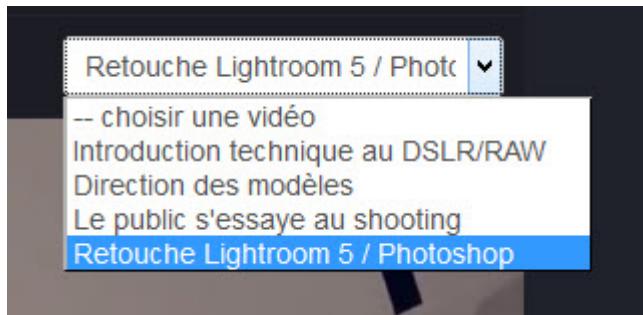


Après le choix du matériel et des réglages adaptés au portrait en studio ([voir épisode 1](#)), la direction du modèle ([voir épisode 2](#)) et le test par les stagiaires ([voir épisode 3](#)), voici l'opération finale de tri et traitement d'image indispensable pour clore une séance de studio.

Dans ce quatrième et dernier épisode, Julien Pons, photographe et formateur ([Voir les tutoriels Lightroom et Photoshop](#)) vous montre comment il utilise Lightroom et son catalogue pour trier les images et ne garder que celles qui l'intéressent. Il détaillera toutes les opérations de traitement d'image possibles dans Lightroom. Et il présente également les retouches complémentaires dans Photoshop pour certaines photos.

Pour suivre cette quatrième vidéo de formation gratuitement en ligne, cliquez sur l'illustration ci-dessous pour vous connecter au site [tuto.com](#). Dès que vous avez

accès à la vidéo, déroulez la liste en haut à droite pour choisir le quatrième épisode :



Lien direct pour visualiser la vidéo : [Trier ses photos et retoucher dans Lightroom et Photoshop](#)

Ce tutoriel est proposé par tuto.com qui vous donne accès à plus de 2500 tutoriels photo et que nous avons sélectionné pour la qualité de ses publications. Comme pour les autres tutoriels gratuits, vous pouvez lire la vidéo à l'aide de l'écran ci-dessus. De même il vous suffit de créer gratuitement un compte sur tuto.com pour accéder à l'ensemble des tutoriels photo gratuits, plus de 2500 actuellement.

En complément, tuto.com vous propose des formations vidéos de plus longue durée, accessibles après achat de crédits que vous pouvez utiliser comme bon vous semble.

Suivez le lien pour créer un compte gratuit et accéder aux [tutoriels vidéos gratuits sur Photoshop, Lightroom, Capture NX2](#) et autres logiciels. Une fois le compte créé, vous trouverez tous les tutos gratuits sur le site, l'achat de crédits en option permet d'accéder aux formations de plus longue durée. Ce n'est pas une

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



obligation.

---

## Apprendre le portrait en studio : tester des poses différentes - 3/4

Connaître les bases de la photo de **portrait en studio** est une chose, les appliquer en est une autre. Et parmi les difficultés auxquelles vous pouvez être confronté, il y a le choix de la pose de votre modèle. Un peu de timidité, un peu d'hésitation, un peu d'inexpérience font qu'il est parfois difficile de se lancer. Rassurez-vous, vous n'êtes pas seuls et c'est ce que vous allez découvrir dans ce nouvel épisode de la formation au portrait en studio.



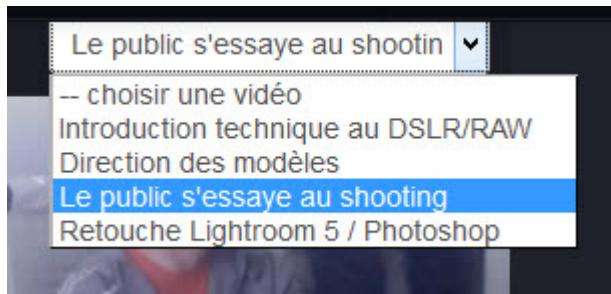
Après le choix du matériel et des réglages adaptés au portrait en studio ([voir épisode 1](#)) et la direction du modèle ([voir épisode 2](#)), voici venu le moment où vous devez passer à l'action ! Et si cela peut vous rassurer, nous sommes tous confrontés au même problème : nous ne savons pas bien diriger le modèle, nous ne savons pas quelle pose demander, nous hésitons.

Dans ce troisième épisode, Julien Pons, photographe et formateur ([Voir les tutoriels Lightroom et Photoshop](#)) laisse sa place à ses stagiaires pour leur permettre de diriger et photographier à leur tour. Vous allez pouvoir vous rassurer, hésitations et erreurs de cadrage sont au programme !

Pour suivre cette troisième vidéo de formation gratuitement en ligne, cliquez sur l'illustration ci-dessous pour vous connecter au site [tuto.com](#). Dès que vous avez

---

accès à la vidéo, déroulez la liste en haut à droite pour choisir le troisième épisode :



Lien direct pour visualiser la vidéo : [Essayer le portrait en studio et les différentes poses](#)

Ce tutoriel est proposé par tuto.com qui vous donne accès à plus de 2500 tutoriels photo et que nous avons sélectionné pour la qualité de ses publications. Comme pour les autres tutoriels gratuits, vous pouvez lire la vidéo à l'aide de l'écran ci-dessus. De même il vous suffit de créer gratuitement un compte sur tuto.com pour accéder à l'ensemble des tutoriels photo gratuits, plus de 2500 actuellement.

En complément, tuto.com vous propose des formations vidéos de plus longue durée, accessibles après achat de crédits que vous pouvez utiliser comme bon vous semble.

Suivez le lien pour créer un compte gratuit et accéder aux [tutoriels vidéos gratuits sur Photoshop, Lightroom, Capture NX2](#) et autres logiciels. Une fois le compte créé, vous trouverez tous les tutos gratuits sur le site, l'achat de crédits en option permet d'accéder aux formations de plus longue durée. Ce n'est pas une



obligation.

---

## Apprendre le portrait en studio : diriger un modèle - 2/4

Pratiquer la photo de **portrait en studio** nécessite de savoir diriger son modèle. Les modèles pros sont rodés à l'exercice mais vous devez leur dire quel pose prendre. Les modèles amateurs ont besoin de vos indications pour savoir comment poser. Voici, par l'exemple, comment diriger votre modèle en studio, obtenir les poses attendues et réussir vos photos.



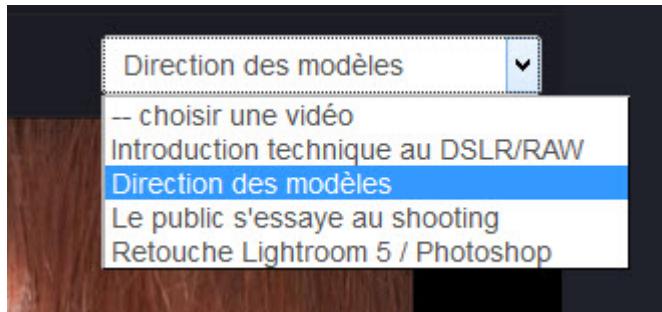
Après le choix du matériel et des réglages adaptés au portrait en studio ([voir épisode 1](#)), voici la seconde vidéo de cette formation gratuite. Julien Pons, photographe et formateur ([Voir les tutoriels Lightroom et Photoshop](#)) vous montre comment il dirige ses deux modèles lors de la séance. Vous apprendrez par exemple que le choix des termes quand vous vous adressez à votre modèle est déterminant. Et que montrer ce que vous voulez obtenir est une bonne façon d'aider votre modèle !

Cette seconde vidéo de formation que nous vous proposons de suivre gratuitement en ligne dure environ 20 minutes. Pour la suivre, cliquez sur l'illustration ci-dessous pour vous connecter au site tuto.com. Dès que vous avez accès à la vidéo, déroulez la liste en haut à droite pour choisir le second épisode :

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



Lien direct pour visualiser la vidéo : [Direction des modèles pour le portrait en studio](#)

Ce tutoriel est proposé par tuto.com qui vous donne accès à plus de 2500 tutoriels photo et que nous avons sélectionné pour la qualité de ses publications. Comme pour les autres tutoriels gratuits, vous pouvez lire la vidéo à l'aide de l'écran ci-dessus. De même il vous suffit de créer gratuitement un compte sur tuto.com pour accéder à l'ensemble des tutoriels photo gratuits, plus de 2500 actuellement.

En complément, tuto.com vous propose des formations vidéos de plus longue durée, accessibles après achat de crédits que vous pouvez utiliser comme bon vous semble.

Suivez le lien pour créer un compte gratuit et accéder aux [tutoriels vidéos gratuits sur Photoshop, Lightroom, Capture NX2](#) et autres logiciels. Une fois le compte créé, vous trouverez tous les tutos gratuits sur le site, l'achat de crédits en option permet d'accéder aux formations de plus longue durée. Ce n'est pas une obligation.



# Apprendre le portrait en studio : matériel et réglages - 1/4

Vous rêvez de pratiquer la photo de **portrait en studio** depuis la prise de vue jusqu'au traitement des images ? Vous avez envie d'essayer sans trop investir ? Vous voulez comprendre de quoi il en retourne ? Voici une **formation à la photo de portrait en studio entièrement gratuite** ! Au programme, 4 épisodes lors desquels Julien Pons, photographe et formateur, vous présente tout ce qu'il vous faut savoir.

Si vous connaissez déjà nos différents tutoriels vidéo sur le traitement d'image, vous devez connaître Julien Pons. Julien a produit de nombreux tutoriels sur Lightroom et Photoshop ([vous pouvez les voir ici](#)). Cette fois il vous propose d'aller bien plus loin puisqu'il vous invite à suivre l'intégralité d'une séance de portrait en studio avec modèles.

La première vidéo de cette formation que nous vous proposons de suivre gratuitement en ligne adresse en 15 minutes les problématiques techniques :



choix du matériel, du format de fichier à la prise de vue, des optiques et des réglages du boîtier.

Vous découvrirez également les accessoires de studio utilisés (boîtes à lumière et réflecteurs par exemple) et le type de lumière (qualité, quantité).

Pour suivre la première partie de cette formation, cliquez sur la flèche du lecteur ci-dessous. Il est possible qu'il vous faille attendre quelques secondes ou dizaines de secondes (selon votre connexion) pour que la vidéo se lance. Patientez pendant que le trait blanc tourne ... Ensuite vous pouvez l'agrandir en plein écran pour profiter au mieux des explications et visualiser l'écran du formateur.

Pour suivre les trois autres vidéos, il vous suffit de vous connecter gratuitement sur le site [tuto.com](http://tuto.com) et de dérouler la liste des épisodes en haut à droite de chaque vidéo :

Ce tutoriel est proposé par [tuto.com](http://tuto.com) qui vous donne accès à plus de 2500 tutoriels photo et que nous avons sélectionné pour la qualité de ses publications. Comme pour les autres tutoriels gratuits, vous pouvez lire la vidéo à l'aide de l'écran ci-dessus. De même il vous suffit de créer gratuitement un compte sur [tuto.com](http://tuto.com)



pour accéder à l'ensemble des tutoriels photo gratuits, plus de 2500 actuellement.

En complément, tuto.com vous propose des formations vidéos de plus longue durée, accessibles après achat de crédits que vous pouvez utiliser comme bon vous semble.

Suivez le lien pour créer un compte gratuit et accéder aux [tutoriels vidéos gratuits sur Photoshop, Lightroom, Capture NX2](#) et autres logiciels. Une fois le compte créé, vous trouverez tous les tutos gratuits sur le site, l'achat de crédits en option permet d'accéder aux formations de plus longue durée. Ce n'est pas une obligation.

---

# Tutoriel Photo : comment photographier un défilé de mode

**Photographier un défilé de mode** est un exercice exigeant. Il faut avoir une bonne connaissance de son matériel, des techniques de prise de vue et de l'organisation d'un défilé. Voici une série de conseils pour réussir vos photos lors

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

---

d'un défilé et ne pas passer à côté d'un moment unique.



*Election Miss Nord Pas de Calais avec Miss France 2012 Delphine Wespiser et ses dauphines*

*Image (C) [Bernard Delhalle](#)*

Ce tutoriel vous est proposé par [Bernard Delhalle](#), **photographe de mode**, qui n'en n'est pas à sa première expérience en matière de couverture de défilés. **Bernard Delhalle** a photographié entre autres les défilés de Miss France, il vous cite par l'exemple les choses à faire et à ne pas faire si vous-aussi vous avez envie de photographier un défilé de mode.



## Comment photographier un défilé de mode

Vous êtes nombreux à vous poser la question de savoir comment réaliser des photos de mode lors d'un défilé. Voici quelques trucs et astuces pour vous aider !

### L'organisation du défilé et les conditions de prise de vue

Il est important de vous poser la question avant la prise de vue : pourquoi allez-vous faire ces photos ? Pour l'organisateur ? Pour vous ? Vous êtes invité à couvrir l'évènement ou vous y allez de votre propre initiative ? Dans le premier cas il faut vous entendre avec l'organisation pour appréhender les problèmes techniques en amont. Dans le second cas ne vous étonnez pas d'être parfois interdit de shooting et reconduit à la porte, c'est fréquent.

Si vous intervenez pour l'organisation, il est important de bien gérer l'étape de préparation car c'est elle qui déterminera la qualité de vos photos. L'organisateur me contacte pour réaliser le shooting, je lui demande donc ce qu'il attend de moi et quelle sera l'utilisation finale des photos.



*Election Miss Nord pas de Calais avec Miss France 2012 Delphine Wespiser*  
*Image (C) [Bernard Delhalle](#)*

Pour des raisons pratiques il est préférable de réserver un espace face au podium, là où se placent la presse et ... les photographes accrédités. Si vous êtes amateur, prenez soin de respecter le travail des photographes qui ont pour mission de

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



---

satisfaire leur client. Que vous le vouliez ou non, ce sont leurs photos qui seront retenues et non les vôtres.

Une fois que vous avez trouvé votre place, si possible de face et dans l'axe du défilé, et que c'est fait en accord avec l'organisateur, arrangez-vous avec le créateur ou l'équipe censée gérer les modèles afin que personne n'oublie de regarder l'objectif avant de se retourner et de repartir vers le fond. Par expérience, elles diront toutes oui, mais soyez assuré qu'elles oublieront lors du défilé. Mieux vaut le rappeler plusieurs fois !

Si vous en avez la possibilité, effectuez un repérage pour voir quel est l'emplacement le plus judicieux et pour ne pas prendre le risque qu'au dernier moment une personne ne viennent se placer devant vous debout. Au besoin prenez un escabeau pour éviter de vous retrouver en contre plongée si vous êtes trop près de la scène et que celle-ci est trop haute.

## Gestion de la lumière

Il est fortement recommandé de travailler sans flash : il vous sera impossible de répartir des sources et boîtes à lumière sur le parcours des mannequins. C'est à la fois trop dangereux de laisser des pieds et torches à même le sol, il est généralement impossible d'accrocher vos éclairages dans les cintres ou structures et ... les flashes sont bien souvent interdits.



*Election Miss Nord pas de Calais - Mathilde Couly 1ère Dauphine de Miss France  
2012*

*Image (C) [Bernard Delhalle](#)*

Mieux vaut vous arranger avec l'éclairagiste en charge du défilé, et user de diplomatie (*une bonne poignée de main aide beaucoup*) pour qu'il vous laisse une



zone de travail idéale.

Par ailleurs, ne pas utiliser le flash vous permet de conserver l'ambiance lumineuse du spectacle, c'est bien plus intéressant.

## Choix du matériel et réglages de prise de vue

Pour les photos de défilés de mode, j'utilise un [Nikon D800](#) qui permet de monter en ISO et propose une définition de 36 Mp permettant d'obtenir des recadrages de très bonnes qualité.

Choisissez une sensibilité adaptée à la puissance de l'éclairage. En règle générale, 800 ISO suffisent. Réglez la sensibilité pour avoir une vitesse d'exposition comprise entre 1/80ème et 1/125ème de sec. pour une ouverture de f/5.6. Une personne qui marche sera nette avec ces réglages.

La température de couleur à avoir en tête pour caler votre balance des blancs est 3200°K. C'est celle des projecteurs de scène ou de théâtre. Attention toutefois aux poursuites qui sont en général des modèles HMI calés à 5600°K. Dans ce cas faites un compromis et utilisez une valeur moyenne de 4500°K. Travaillez en RAW pour pouvoir rectifier en post-traitement au besoin.

Enfin, il ne va pas sans dire que vous aurez préparé et testé votre matériel avant le début du défilé : batteries, cartes mémoires, propreté des optiques, etc.



## Choix de l'objectif

Selon votre emplacement, vous pouvez utiliser un zoom 70-200mm f/2.8 ou un 24-70 f/2.8. Pensez à disposer absolument d'un pied muni d'une tête qui permet d'avoir une liberté de cadrage totale ainsi qu'un appui pour déclencher en basse vitesse sans trop risquer le flou de bougé.



nikonpassion.com

---

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



*Défilé 'Le Grand Bassin' - Roubaix - Image (C) [Bernard Delhalle](#)*

Avec le 70-200 vérifiez en cours de défilé que vous avez à la fois un plan en pied et des plans américains. Peaufinez ces détails lors des répétitions du défilé. Pensez à laisser la tête (*rotule*) libre pour pouvoir recadrer en cours de défilé.

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



Vous vous demandez pourquoi ne pas photographier à main levée ? La réponse est simple : quand vous aurez tenu votre boîtier avec un 70-200mm pro plus de 5 minutes, vous comprendrez ! Le pied ou un monopode (*plus pratique*) vous permet à la fois de minimiser l'effort et d'avoir des images plus nettes en évitant le flou de bougé.

## Mise au point

C'est LA partie la plus importante. Le mannequin avance vers vous d'un pas décidé et vous, vous angoissez de peur de passer à côté de la mise au point ? Essayez la fonction AF-C sur votre boîtier ! Le mode de mise au point AF-C, voire le mode Suivi 3D chez Nikon vous garantit que la mise au point se fera constamment quand le sujet avance ou s'éloigne de vous, tout simplement.



*Election Miss Liévin - Image (C) [Bernard Delhalle](#)*

Le mode de suivi 3D est complexe car il sait tenir compte d'une couleur particulière si vous avez sélectionné le visage par exemple et suit le déplacement de la personne. Attention car cet automatisme ne vous met pas à l'abri des surprises.

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



Le mode AF-C avec collimateur central est une bonne alternative. Il permet de vous concentrer sur le déplacement et l'attitude du mannequin et de déclencher au moment où vous estimez avoir le bon mouvement. Pensez que les jambes donnent un mouvement de marche non pas quand elles sont au même niveau mais quand elles sont décalées. Dans le cas contraire vous obtiendrez une impression statique et non de déplacement.

Le 70-200 donne la possibilité de démarrer à 200 mm puis, au fur et à mesure que le mannequin s'approche, de revenir vers 70mm. Généralement une dizaine de déclenchements suffiront pour que vous ayez le choix artistique et de mouvement dans cette série. Evitez le mode rafale qui ne vous apporte rien de plus que de remplir vos cartes. Et entraînez-vous au préalable avec votre modèle préféré ou votre voisine !



nikonpassion.com

---

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



nikonpassion.com

---

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



*Election Miss Liévin 2011 - Stéphanie Lucas - Image (C) [Bernard Delhalle](#)*

## En conclusion

Une séance de prise de vue lors d'un défilé de mode ne s'improvise jamais. De la qualité de la préparation dépendra la qualité du résultat. Et de vos photos.

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



Arrivez à l'heure, demandez à assister aux répétitions, imposez vos conditions de travail et de choix de place, négociez avec les autres photographes de façon à ce que tout le monde puisse travailler sans gêner l'autre. Si vous estimatez que les conditions ne sont pas bonnes et que vous risquez d'aller au casse pipe, ne vous engagez pas formellement car une fois le contrat accepté, on ne vous fera aucun cadeau si vous vous êtes planté.

Et maintenant, à vous ! Faites de belles photos et faites-nous rêver !

*Retrouvez les photos de **Bernard Delhalle** sur le site [www.delhalle.net](http://www.delhalle.net).*

**QUESTION : quel est votre principale problème quand vous envisagez de photographier un défilé de mode ?**

---

## 2 exemples de plan d'éclairage en studio

Un plan d'éclairage en studio permet de préparer ses sources lumineuses ainsi que la disposition de son modèle et de son matériel photo afin d'obtenir le résultat escompté. Le plan d'éclairage est donc avant tout un schéma de ce que vous avez en tête avant de démarrer votre séance de studio. Si vos manquez d'idée, voici deux exemples de plans d'éclairage et le résultat en image.

Ces deux exemples de plans d'éclairages sont tirés du livre « [100 plans d'éclairage pour le portrait en studio](#) » paru chez Eyrolles. Vous retrouverez dans cet ouvrage une centaine de schémas vous permettant de réaliser la plupart des éclairages possibles tout en connaissant à l'avance le résultat. Sympa non ?

## Exemple de plan d'éclairage : 2 éclairages

Les deux sources sont disposées de la façon suivante :

- source 1 : 60° à gauche, à hauteur des yeux
- source 2 : 120° à droite, à hauteur des yeux

La source à droite de l'axe optique est placée derrière le modèle. Tandis que la partie droite du visage reçoit une lumière douce, la partie gauche apparaît beaucoup plus contrastée - les ombres sont plus denses et l'oeil risque de ne plus être visible.

Le schéma de disposition du matériel est le suivant :



La photo résultante est la suivante :



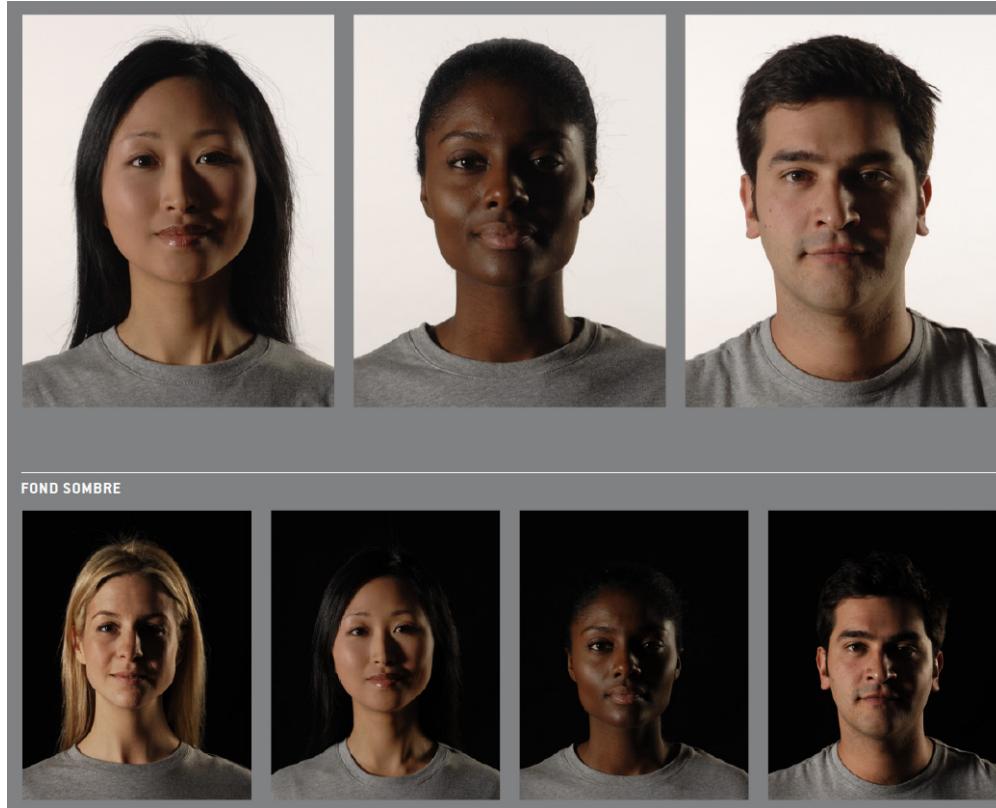
Si votre fond n'est pas identique à celui de la photo, ni même votre sujet, voici les

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

résultats à attendre (cliquez sur l'image pour la voir en plus grand) :



## Exemple de plan d'éclairage : 1 éclairage avec réflecteur

La source et le réflecteur sont disposés de la façon suivante :

- source : 30° à gauche
- réflecteur : 90° à droite

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

---

Un portrait photographique « classique » ne comporte généralement pas de zones d'ombres bouchées ; cependant, il faut vraiment que la photo présente des contrastes sous peine d'avoir l'air plate et sans vie. C'est précisément ce que réalise ce simple dispositif , avec des reflets de lumière dans les deux yeux qui rendent l'image plus vivante.

Le schéma de disposition du matériel est le suivant :



La photo résultante est la suivante :



Si votre fond n'est pas identique à celui de la photo, ni même votre sujet, voici les

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

résultats à attendre (cliquez sur l'image pour la voir en plus grand) :



## Envie d'en savoir plus ?

Ces plans d'éclairage sont disponibles dans l'ouvrage « [100 plans d'éclairage pour le portrait en studio](#) », un livre très apprécié de nos lecteurs et qui est disponible dans toute bonne librairie ainsi que chez Amazon.

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



# Comment photographier un verre en studio avec effet noir et blanc

Imaginez ... Vous disposez un joli verre dans votre studio personnel et vous obtenez la photo ci-dessous . Cela vous tente ? Si la réponse est oui et que vous voulez savoir comment photographier un verre en studio pour aboutir à ce résultat, voici détaillée la méthode de Céline et Vincent Montibus, photographes. Ils ont bien voulu partager avec vous leur technique.



## Photographier un verre en studio : le noir et blanc à l'honneur

Céline et Vincent Montibus sont deux photographes aux multiples talents que vous pouvez retrouver sur le site [www.montibus.net](http://www.montibus.net).

Ils se sont amusés à faire la photo « Noir ou Blanc » que vous pouvez découvrir ci-dessous et à ma demande, ils ont bien voulu vous expliquer comment ils l'ont réalisée. Voici l'explication détaillée sous forme de pas à pas. A partir d'ici ce sont eux qui vous expliquent.

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



*Photo (C) Céline et Vincent Montibus*

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

## Préparation du studio

Nous allons vous expliquer le plus simplement possible la réalisation de notre photo : «Noir ou Blanc».

Nous avons eu l'idée de faire cette photo suite à la lecture du livre de Fil Hunter, Steven Biver et Paul Fuqua : «[Manuel d'éclairage photo](#)» que nous vous conseillons vivement. Cet ouvrage décrit la nature de la lumière et la façon dont celle-ci interagit avec les objets en fonction de leur matière.

Nous allons donc créer un petit studio dont le but est d'éclairer l'objet (*ici le verre*) par une lumière indirecte venant de la réflexion de l'éclair du flash sur le fond blanc. Les cartons noirs, aussi appelés «gobos», ont pour but d'absorber toute lumière de façon à éviter des reflets inesthétiques.

Le placement des cartons se fait comme sur le schéma ci-dessous. Ils sont placés directement debout sur la vitre de fond, celle-ci étant elle-même posée sur une feuille de papier blanc. Le carton noir sur la gauche du schéma est coupé sur la moitié de son épaisseur et plié pour obtenir un L.



*Plan d'éclairage du studio pour la réalisation de la photo « Noir ou Blanc »*

## Matériel de prise de vue

La prise de vue ne nécessite pas un matériel photographique onéreux, il vous faut

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

juste un appareil photo reflex ou hybride avec un objectif et un flash déclenchable à distance. Nous avons utilisé ici un Nikon D700 couplé au zoom Nikon AF-S 24-70mm f/2.8 G, un flash Nikon SB-900 et un couple d'émetteur/récepteur Cactus Triggers V4.

Pour la réalisation du studio de prises de vues, nous avons utilisé du carton mousse (ou carton plume) noir et blanc (plaques de 60×50 : de 3 à 5 €) et une vitre posée sur une feuille A3 de papier blanc.

## Préparation de la prise de vue

Le studio en place, nous nous sommes occupés de la préparation de la prise de vue. L'appareil est placé sur un trépied. A l'aide d'un [niveau à bulle pour appareil photo](#), nous prenons soin de placer l'axe optique bien parallèle au sol et à la même hauteur que le verre.

Le flash est placé face au fond blanc et collé contre le carton noir. Pour diffuser la lumière le plus possible, le Nikon SB-900 est réglé sur une distance focale de 14 mm avec le diffuseur spécial grand angle. Pour les réglages, nous l'avons utilisé en mode Manuel à une puissance de 1/16. Le Nikon D700 est réglé en mode Manuel.

Pour la composition, nous voulions avoir un peu de reflet et un peu d'espace au dessus du verre rempli à moitié d'eau. La focale est réglée à 70 mm afin d'obtenir le cadrage souhaité - le choix de la focale dépend essentiellement du cadrage et des objectifs que vous possédez.



Nous voulions avoir le verre en entier dans la zone de netteté donc nous avons fermé le diaphragme à f/16 nous assurant ainsi une bonne profondeur de champ. Pour déterminer la vitesse d'obturation, nous avons réalisé plusieurs essais pour obtenir un résultat satisfaisant (*basé sur l'histogramme visualisé sur l'écran LCD du boîtier*).

Travaillant en RAW et souhaitant faire un noir et blanc ([en savoir plus sur le noir et blanc](#)), nous avons laissé le réglage de balance des blancs en automatique. La prise de vue effectuée nous sommes passés au développement dans Adobe Lightroom.



*Photo brute de boîtier*

*Exif : 70 mm - f/16 - 1/250s - ISO 200*

---

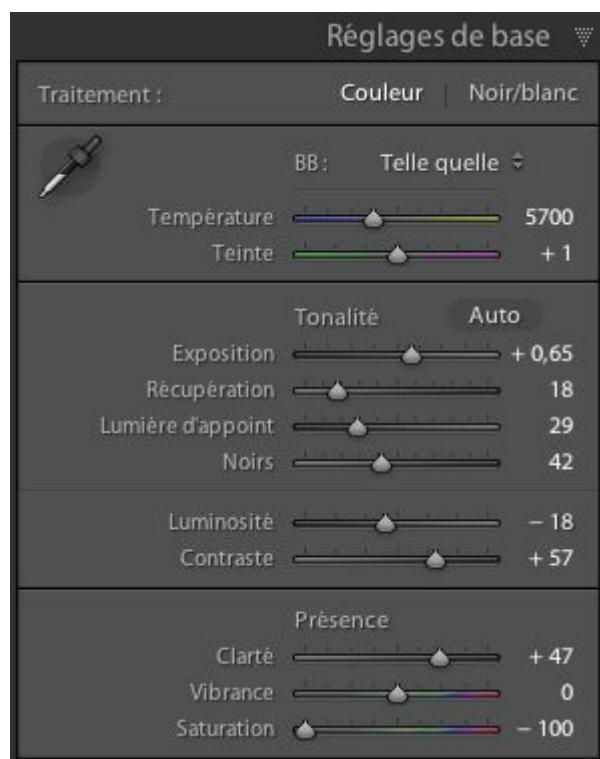
Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

## Traitement d'image dans Lightroom

Le post-traitement avec Lightroom est simple et rapide. La première étape consiste à supprimer les différentes poussières encore présentes sur le verre malgré plusieurs essuyages. Nous utilisons pour cela l'outil de retouche des tons directs.

Le passage en noir et blanc est obtenu en baissant la saturation au maximum (-100). Ce n'est certes pas la meilleure façon d'obtenir un noir et blanc mais c'est une des plus rapides.

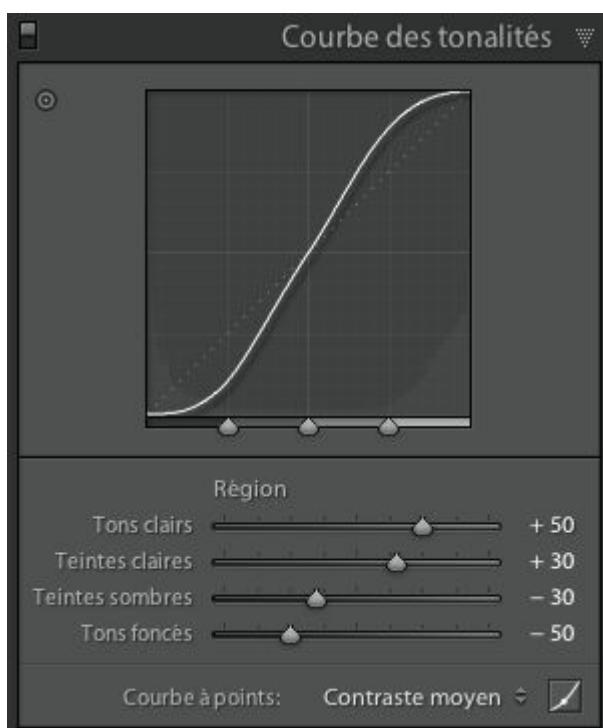


Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

### *Réglages appliqués dans le logiciel Lightroom*

L'image que nous souhaitons obtenir étant très contrastée, nous appliquons une courbe en S à l'aide de l'outil «Courbe de tonalités».



*Courbe en S appliquée dans Lightroom*

Afin d'obtenir un peu plus de contraste local au niveau des bords du verre, nous augmentons la Clarté (+47). Les autres réglages (Exposition, Récupération, Lumière d'appoint, Noirs, Luminosité et Contraste) sont effectués pour éclaircir au maximum la partie blanche et assombrir les noirs tout en préservant les détails dans le verre.

---

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



*Avant - Après : comparaison entre image brute de boîtier et image traitée dans Lightroom*

## Photographier un verre en studio,

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :  
[www.nikonpassion.com/newsletter](http://www.nikonpassion.com/newsletter)

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



## Conclusion

Nous espérons que cette explication vous sera utile pour photographier un verre en studio et réaliser votre propre création. N'hésitez pas à poser des questions en laissant un commentaire ou en postant un lien vers vos photos pour enrichir cette explication et alimenter la discussion.

Si vous souhaitez en savoir plus sur notre activité de photographes, retrouvez-nous sur le site [www.montibus.net](http://www.montibus.net).

*Photos et illustrations Céline et Vincent Montibus (tous droits réservés)*