

PROXI

PHOTOGRAPHIE

L'art de la





- 48 ans
- 4 enfants
- Installé en Lorraine depuis 10 ans
- Prises de vues en région Occitanie et Grand Est
- Macro / Proxi depuis 15 ans

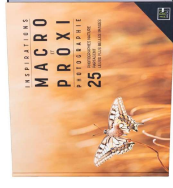
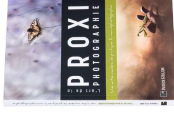


Création d'une société en 2021

Photographie nature

Marketing et communication digitale

Éditions de livres "photo Nature" perso et collectif





Explication Macro, Hyper macro... et Proxi

Les rapports de grossissement des différents objectifs

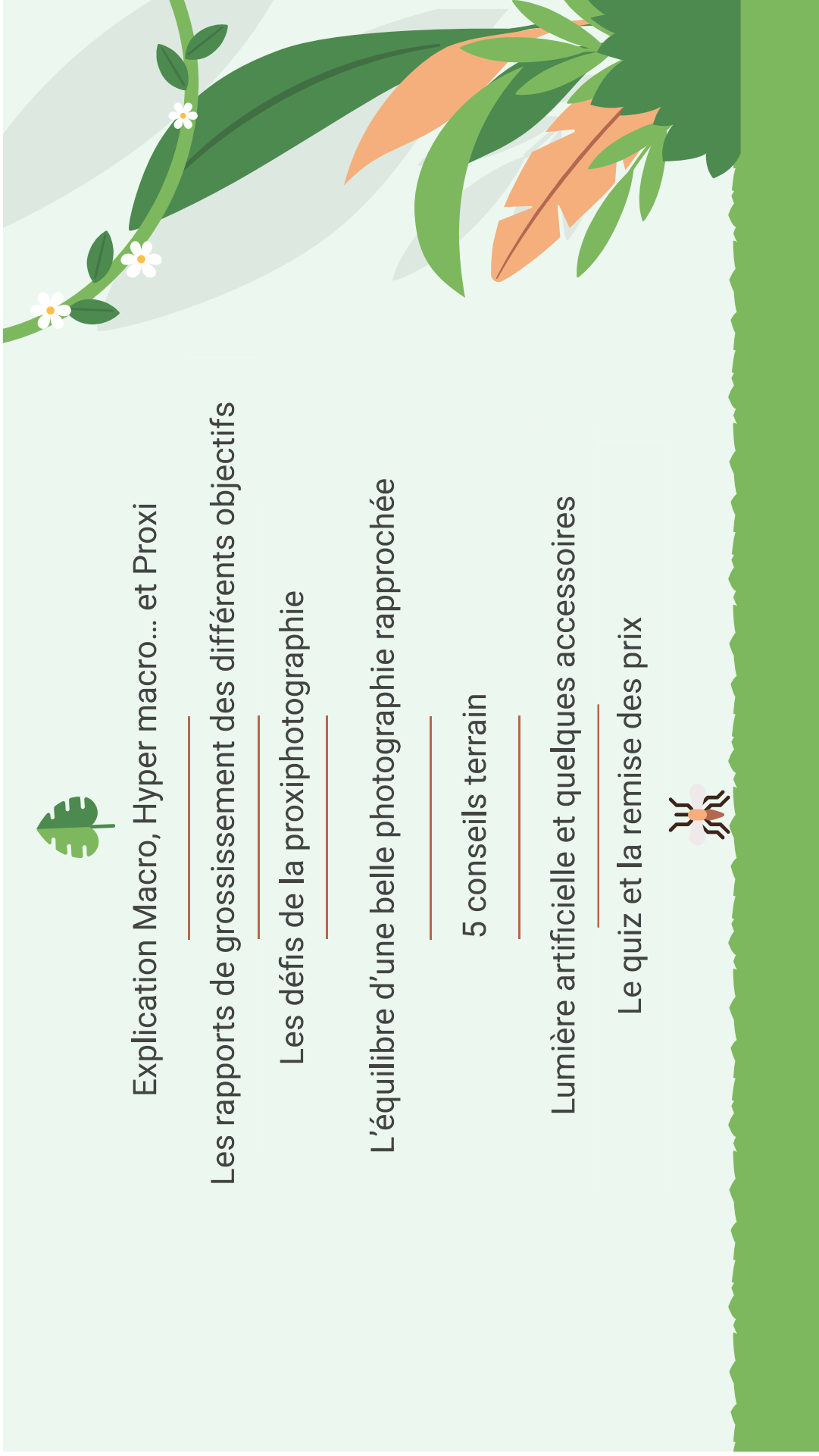
Les défis de la proxiphotographie

L'équilibre d'une belle photographie rapprochée

5 conseils terrain

Lumière artificielle et quelques accessoires

Le quiz et la remise des prix



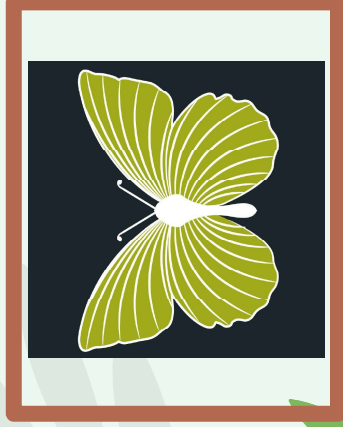
LA MACRO ET LA PROXI



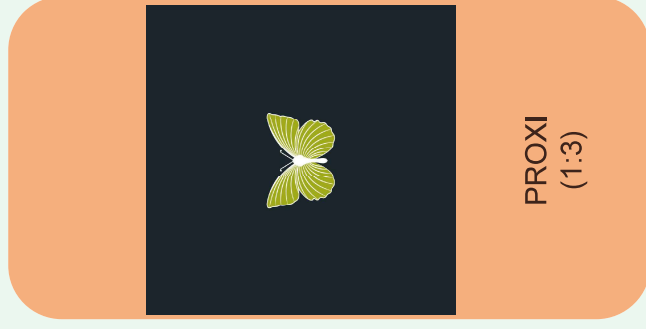
C'EST LA MÊME CHOSE, NON ?

C'EST QUOI LA PROXIPHOTOGRAPHIE ?

TAILLE RÉELLE



MACRO
(1:1)



PROXI
(1:3)



MACRO (2:1)

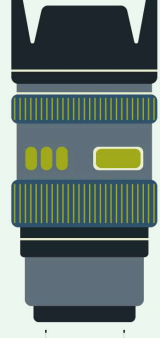


HYPER MACRO
(5:1) et au-delà

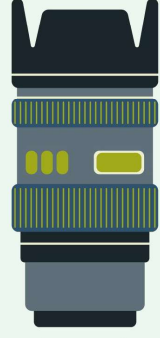
La photographie rapprochée

VERSION COCCINELLE

MACRO



PROXI

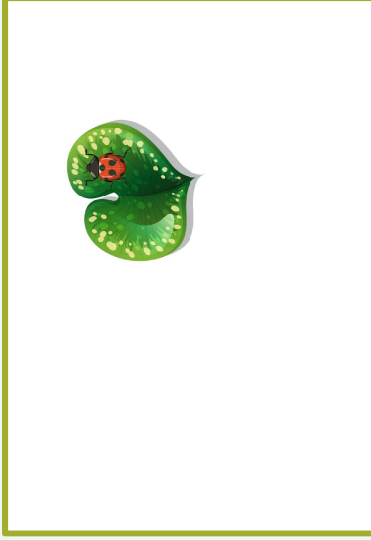


VERSION COCCINELLE

36mm

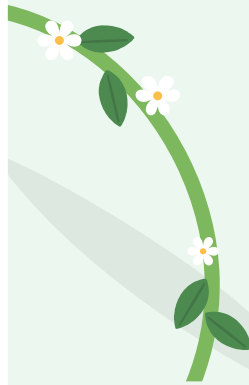
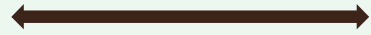


RAPPORT 1:1

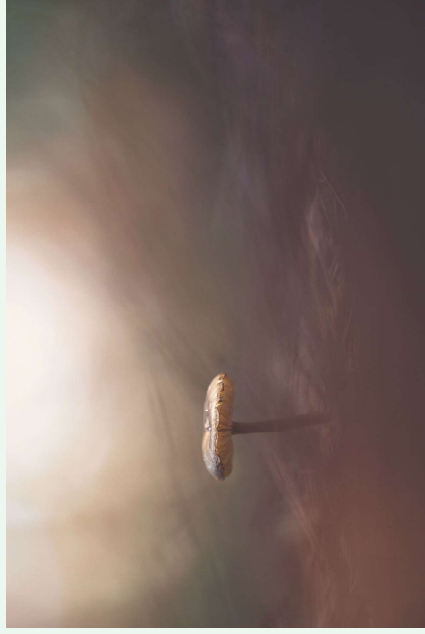


RAPPORT 1:4

24mm

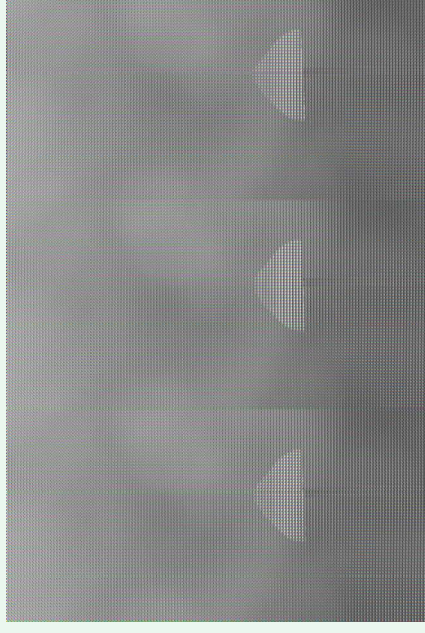


DURE DE FAIRE LA DIFFÉRENCE...



PROXI

Capteur plein format
210mm (Sigma 150mm + X1.4)
f/4 - 1/100 seconde
Distance 80 cm



MACRO

Capteur plein format
300mm (Sigma 150mm + X2)
f/8 - 1 seconde
Distance 50 cm



Grandissement = Focale / (distance de mise au point - Focale)



Capteur plein format
210mm (Sigma 150mm + X1.4)
f/4 - 1/100 seconde
Distance 80 cm

$G = 210 / (800 - 210) = 0,35$
Soit environ un
grandissement de

1:3



Capteur plein format
300mm (Sigma 150mm + X2)
f/8 - 1 seconde
Distance 50 cm

$G = 300 / (500 - 300) = 1,5$
Soit environ un
grandissement de

1,5:1

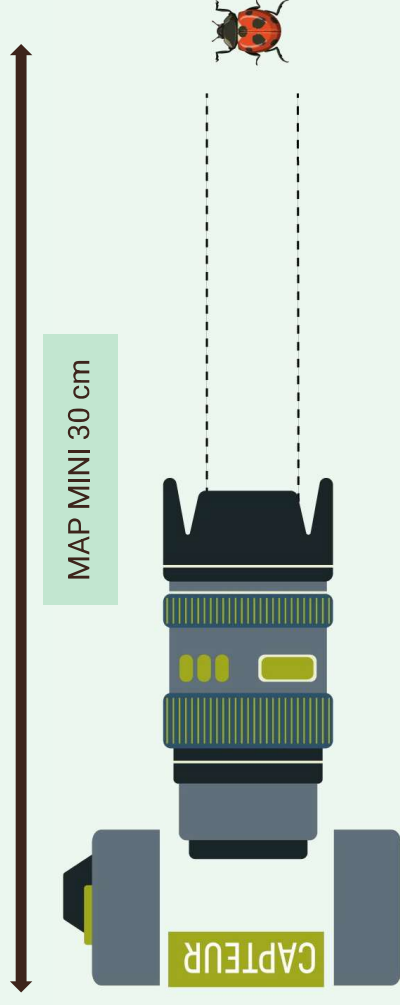
MAP MINI AVEC LE SIGMA 150MM MACRO / 0,38m

INFORMATIONS

La distance de la MAP mini ne se fait pas à partir de la lentille frontale !

La distance mini s'appécie à partir du capteur numérique.

Exemple : une distance minimale de 30 cm d'un objectif de 100mm qui mesure 12 cm placera le sujet à environ 18 cm de la lentille frontale



LE RAPPORT DE GROSSISSEMENT

RÉCEMMENT



SONY 70-200 F/4 MACRO

RAPPORT MAX 1:2



OBJECTIF NON MACRO

RAPPORT MAX 1:3



OBJECTIF MACRO

RAPPORT 1:1 ET 2:1

Tous les objectifs spécifiés Macro ne sont pas forcément ... **MACRO**

Environ 170€



Distance minimale de mise au point

150cm

Grandissement maximal

1:4

Sigma AF 70-300mm f / 4-5.6 macro DG APO

Tous les objectifs spécifiés Macro ne sont pas forcément ... **MACRO**



Distance minimale de mise au point

44 cm

Grandissement maximal

1:2

Carl Zeiss Makro-Planar T* 100mm f/2

Tous les objectifs spécifiés Macro ne sont pas forcément ... **MACRO**

Environ 749 €



Canon RF 24mm f/1.8 Macro IS STM

Grandissement maximal

1:4

Environ 549 €



Canon RF 35mm f/1.8 Macro IS STM

Grandissement maximal

1:2

Environ 699 €



Canon RF 85mm f/2 Macro IS STM

Grandissement maximal

1:2

Tous les objectifs Macro ne s'arrêtent pas au rapport 1:1

1,4:1



100mm

5:1



65mm
MPE

2:1



100mm

TTArtisan

5:1



85mm

2:1



24mm

5:1



25mm

50:1



50mm

2:1



2:1



100mm

2:1



90mm

2:1



60mm

2:1



65mm

2:1



58mm

2:1



85mm

Canon

MITAKON

LAOWA

LE RAPPORT DE GROSSISSEMENT

DES OBJECTIFS NON MACRO

FOCALE

35mm

50mm

85mm

135mm

200mm

300mm

DISTANCE MAP MINI

24cm

45cm

85cm

90cm

150cm

150cm

GRANDISSEMENT

1:4

1:5

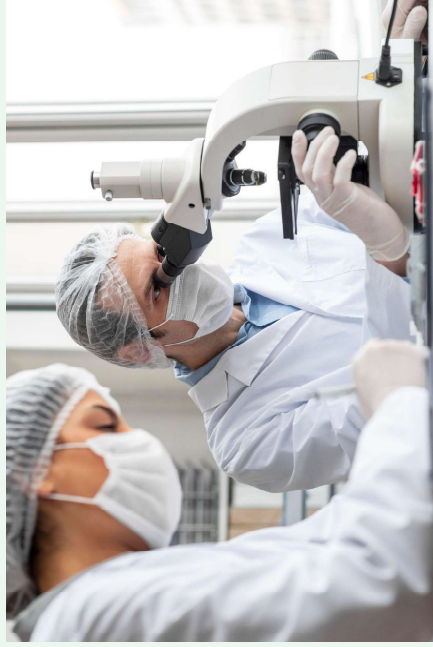
1:8

1:5

1:5

1:4

MA VISION DE LA MACRO ET DE LA PROXI



MACRO = TECHNICIEN

la performance technique



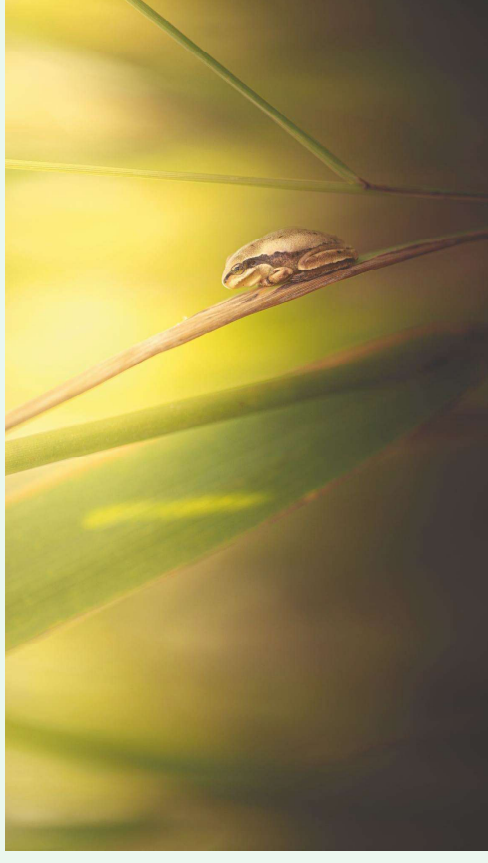
PROXI = ARTISTE

la performance artistique

MA VISION DE LA MACRO ET DE LA PROXI

la performance artistique car :

- Malgré la faible proportion du sujet dans l'image, celui-ci reste rapidement identifiable
- La composition doit être réfléchie et rigoureuse
- La lumière est une composante essentielle
- Le sujet est aussi important que l'environnement qui l'entoure
- La netteté et la progressivité du flou sont des paramètres indispensables à la lisibilité de l'image

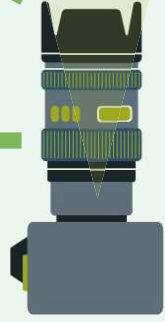


LA CONFIGURATION en PROXIPHOTOGRAPHIE

Objectif standard ou
macro

Éloignement avec le
sujet conséquent

Sujet d'un taille > 1 cm



Bokeh avant -plan

Grande profondeur
de champs

Bokeh arrière -plan progressif



LES DÉFIS DE LA PROXIPHOTOGRAPHIE



- #1 Obtenir un grossissement raisonnable (1:3-1:4)
- #2 La difficulté à faire la mise au point sur le sujet
- #3 La faible proportion du sujet dans le cadre
- #4 La profondeur de champ importante

LES CONTRAINTES DE LA MACROPHOTOGRAPHIE



- #1 Une très courte profondeur de champ (fermeture du diaphragme)
- #2 Risque de flou de bougé important (vitesse d'obturation)
- #3 Le manque de lumière (recours à la lumière artificielle)
- #4 Un sujet qui occupe souvent toute l'image
- #5 Sujet de moins de 3 cm (ou détails)
- #6 Difficulté de réaliser une PDV artistique (à relativiser)

#1

ATTEINDRE UN RAPPORT DE GROSSISSEMENT "RAISONNABLE"



OBJECTIF MACRO



OBJECTIF NON MACRO

possédant déjà un
grossissement 1:3



BAGUES ALLONGES

Réduit la distance de mise au
point minimale



MULTIPLICATEUR

Augmente la focale

#1

NON COMPATIBLE AVEC LA PROXIPHOTOGRAPHIE



BONNETTES

Réduit **FORTEMENT** la distance
de mise au point minimale



Bague d'inversion

INVERSER SON OBJECTIF

Réduit **FORTEMENT** la distance
de mise au point minimale

#1

ATTEINDRE UN RAPPORT DE GROSSISSEMENT "RAISONNABLE"



OBJECTIF NON MACRO

possédant déjà un
grossissement 1:3 - 1:4

OBJECTIF / FOCALE	POIDS en g	LONGUEUR en mm	MAP MINI	RAPPORT DE GROSSISSEMENT	TARIF
Tamron 100-400 mm f/4,5-6,3 Di VC USD Contemporary	1115	199	1,5 m	1:3,6	800€
Sigma 100-400 mm f/4,5-6,3 DG DN OS Contemporary	1135	197	1,1 m	1:3,8	1000€
Pentax 150-450mm f/4,5-5,6 ED DC AW	2130	241	2 m	1:4,5	2200€
Canon RF 100-500 mm f/5,6-8 IS USM	635	165	88 cm	1:2,4	750€
Canon RF 100-500 mm f/4,7-7,1 L IS USM	1530	207	1,2	1:3	3100€
Nikon 80-400 f/4,5-5,6 ED VR	1570	203	1,75 m	1:5	2300€
Canon EF 100-400 00 f/4,5-5,6 L IS II USM	1640	193	98 cm	1:3,2	2600€
Olympus M.Zuiko 100-400mm Digital ED f/5-6,3 IS	1120	206	1,3 m	1:3,4	1300€
Nikon Nikkor Z 100-400 mm f/4,5-5,6	1355	222	98 cm	1:2,6	3000€
Sony FE 100-400 mm f/4,5-5,6 GM OSS	1395	205	98 cm	1:2,8	2700€
Nikon 70-300 f/4,5-6,3 AF-P DX 6 ED VR	415	125	1,1	1:4,5	320€
Sony FE 70-300 mm f/4,5-6,3 G OSS	845	143	90 cm	1:3,2	1400€
Nikon 200-500 mm f/5,6 ED VR	2090	267	2,2 m	1:4,5	1400€
SIGMA 18-300 mm f/3,5-5,6 DC MACRO OS HSM Contemporary	430	86	39 cm	1:3,1	400€
Tamron 18-200 mm f/3,5-6,3 Di II VC USD	400	96	49 cm	1:4	300€
Tamron 18-300 mm f/3,5-6,3 Di III VC VXD	620	125	99 cm	1:4	800€
Pentax 18-270 mm f/3,5-5,6 ED SDM	453	89	45 cm	1:3,8	700€
Tamron 18-400 mm f/3,5-6,3 Di II VC HLD	710	124	45 cm	1:2,9	700€
Nikon 18-300 mm AF-S DX NIKKOR f/3,5-5,6 ED VR	550	99	48 cm	1:4	600€
Nikon Nikkor Z 24-200 mm f/4-6,3 VR	570	114	0,7 cm	1:3,5	1000€
Pentax HD-DA 55-300 mm f/4-5,8 ED WR	466	112	95 cm	1:3,3	450€
Sigma 70-200 mm f/2,8 OS HSM Sport	1800	203	1,2 m	1:4,8	1300€
Tamron SP AF 70-200 mm Di VC USD G2	1500	191	95 cm	1:6,1	1500€
Canon EF 70-200 mm f/4 L IS II USM	780	172	1 m	1:3,7	1700€
Canon EF 70-200 mm f/2,8 L IS III USM	1480	199	1,2 m	1:4,7	2200€
Canon RF 70-200 mm f/4 L IS USM	700	120	60 cm	1:3,5	1800€
Nikon Nikkor Z 70-200mm f/2,8 S VR	1360	220	1 m	1:5	2800€

OBJECTIF / FOCALE	POIDS en g	LONGUEUR en mm	MAP MINI	RAPPORT DE GROSSISSEMENT	TARIF
Leica APO-Telyt-M 135 mm f/3,4	450	104	1,5 m	1:9	9000€
Canon EF 135 mm f/2 L USM	750	112	90 cm	1:5,2	1000€
Sigma 135 mm f/1,8 GD HSM Art	1130	115	87,5 cm	1:5	1400€
Nikon AF 135 mm f/2 DC	815	120	1,1 m	1:7,1	1349€
Zeiss Milvus 135 mm f/2	1059	129	80 cm	1:4	2100€
Zeiss Batis 135 mm f/2,8 Sony E	614	120	87 cm	1:5,3	1550€
Sonyang 135 mm f/1,8 Sony Fe	772	129	69 cm	1:4,1	950€
Nikon AF 180mm f/2,8 IF ED SD	760	144	1,5 m	1:6,6	950€
Pentax smc DA 200mm f/2,8 ED IF SD	825	134	1,2 m	1:5	1100€
Panasonic 200mm Leica f/2,8 DG Element OS	1245	174	1,15 m	1:5	3200€
Canon EF 300 mm f/4 L IS USM VR	1190	221	1,5 m	1:4,1	1300€
Nikon AF-S Nikkor 300mm f/4 PF ED VR	755	147	1,4 m	1:4,1	1729€
Pentax 300 f/4 ED IF SDM	1070	184	1,4 m	1:4,1	1250€
Tokina SZX 400mm f/8 MF	335	76	1,15 m	1:2,5	250€
Canon RF 600 mm f/11 IS TSM	930	269	4,5 m	1:7,1	900€
Canon RF 800 mm f/11 IS STM	1260	351	6 m	1:5,2	1050€

#1

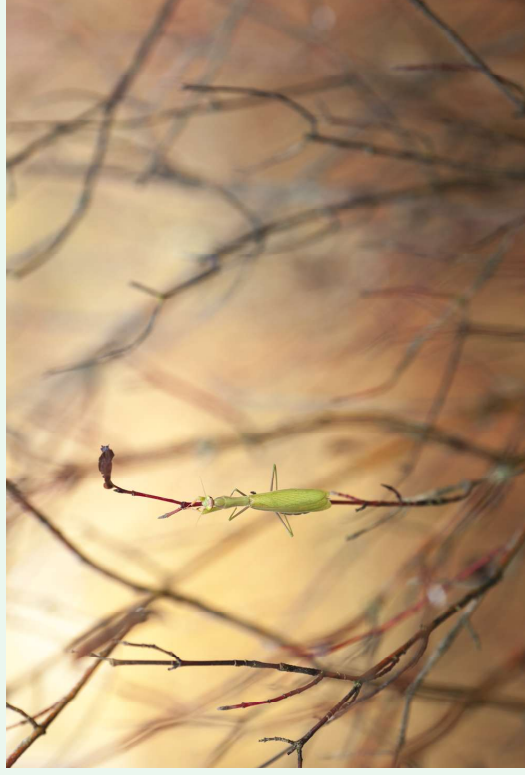
ATTEINDRE UN RAPPORT DE GROSSISSEMENT "RAISONNABLE"



Canon ef 135mm f/2
(1/200s f/4 iso 100)

OBJECTIF NON MACRO

possédant déjà un
grossissement 1:3 -1:4



135mm

#1



ATTEINDRE UN RAPPORT DE GROSSISSEMENT "RAISONNABLE"

	Sans bague allonge	Avec bague allonge 36mm	
85 mm	85 cm	24,5 cm	0,53
135 mm	90 cm	45 cm	0,44
200 mm	150 cm	80 cm	0,33
300 mm	150 cm	112 cm	0,37



Sans bague
allonge



Avec bague
allonge 36mm



DISTANCE AU SUJET

#1

ATTEINDRE UN RAPPORT DE GROSSISSEMENT "RAISONNABLE"



Canon ef 135mm f/2
(1/200s f/4 iso 100)

OBJECTIF NON
MACRO

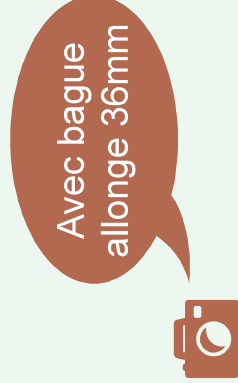
possédant déjà un
grossissement 1:3-1:4



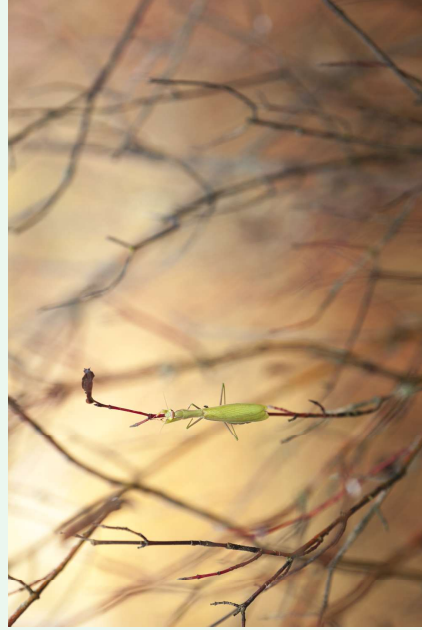
Sans bague
allonge

135 mm

(f/4)



Avec bague
allonge 36mm



#1



ATTEINDRE UN RAPPORT DE GROSSISSEMENT "RAISONNABLE"

Sans
multiplicateur



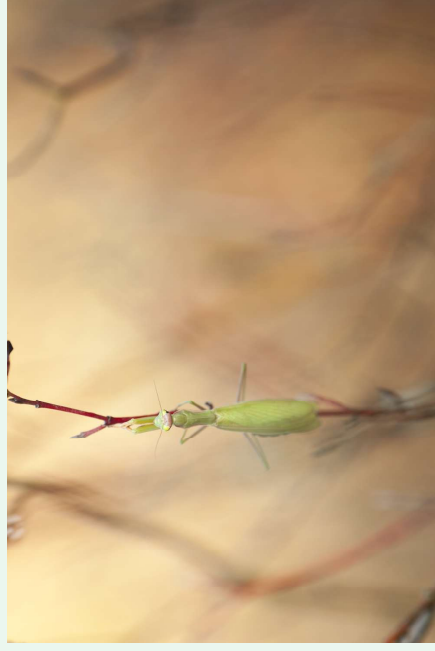
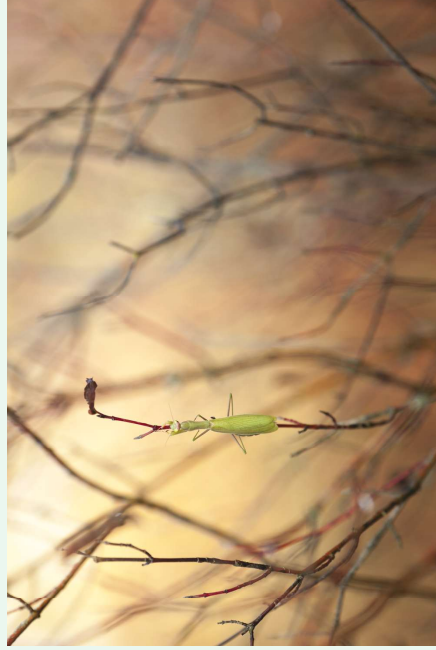
135 mm

(f/4)



Avec
multiplicateur
x1.4

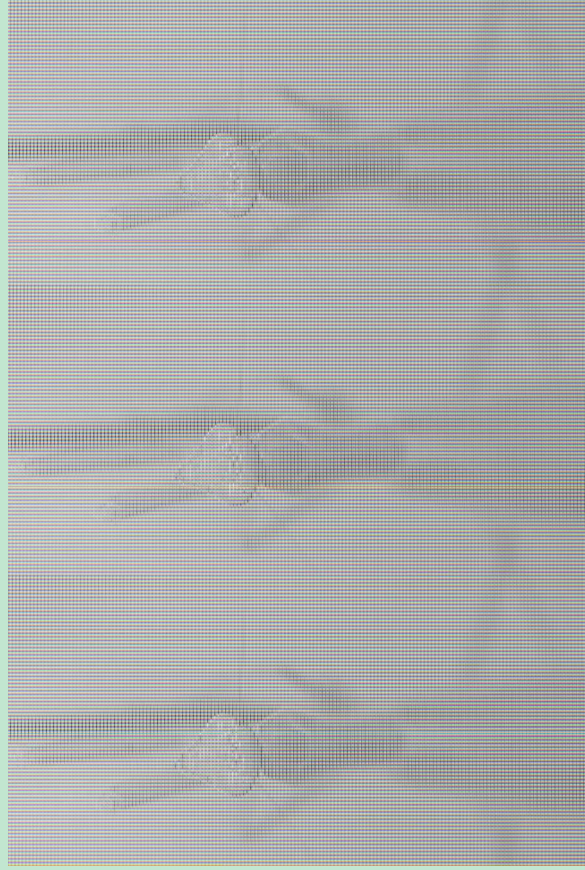
190 mm



135 mm

(f/4)

Avec bague
allonge 36mm



Avec
multiplicateur
x1.4



190 mm



#1

ATTEINDRE UN RAPPORT DE GROSSISSEMENT "RAISONNABLE"



BAGUES ALLONGES

- Réduit la distance de mise au point minimale
- S'adapte sur tous les objectifs
- Coût très raisonnable
- Pas de lentille en verre supplémentaire
- Plusieurs tailles possibles



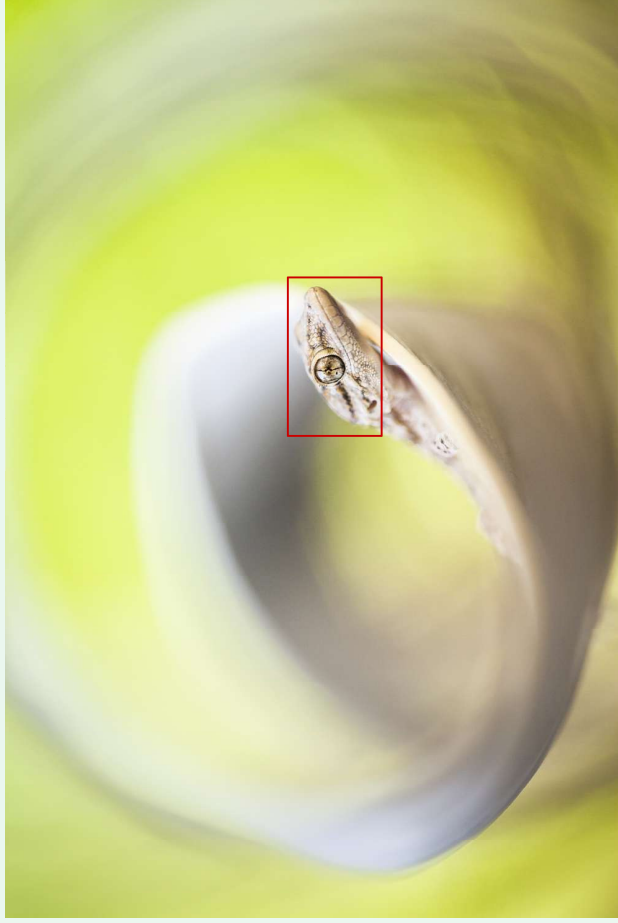
MULTIPLICATEUR

- Augmente la longueur focale
- N'est pas compatible avec tous les objectifs
- Coût non négligeable
- Perte de lumière
- Produit une légère détérioration de l'image

#2

FAIRE UNE MISE AU POINT "PRÉCISE"

COMME EN PHOTO DE PORTRAIT,
LA MISE AU POINT SE FAIT SUR LES YEUX DE L'INSECTE
(Même quand on est à 1 mètre)

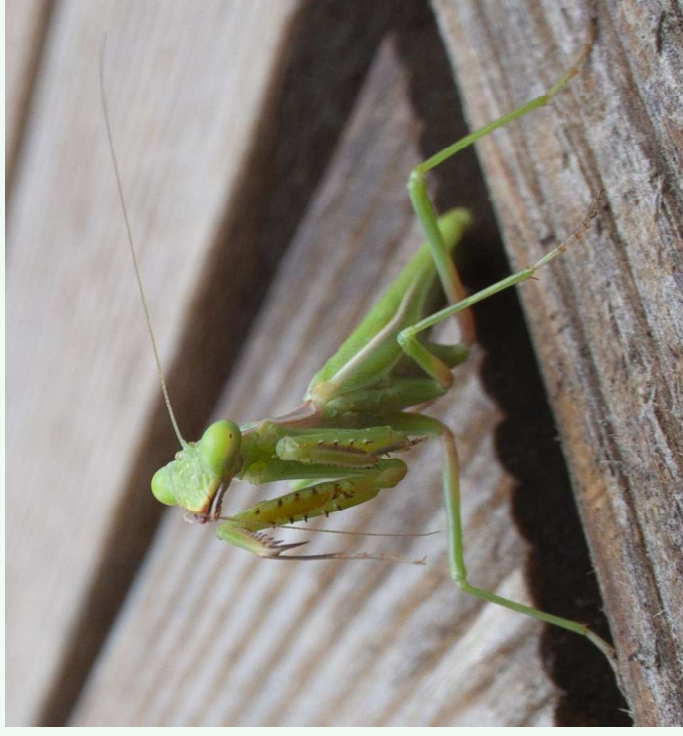


#2

FAIRE UNE MISE AU POINT "PRÉCISE"



Laowa 15mm

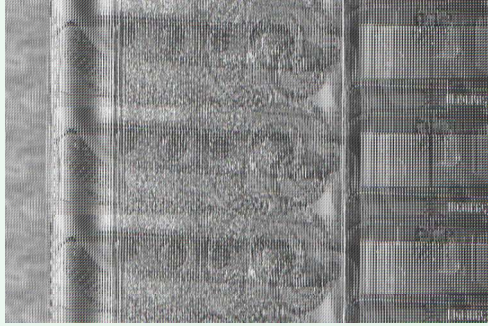


#2

FAIRE UNE MISE AU POINT "PRÉCISE"



LE TRÉPIED



LE LIVEVIEW

Avec utilisation de la loupe
x5 et x10



LE MONITEUR

Augmente la taille de contrôle
de la mise au point



le correcteur dioptrique
+
un focus manuel

#2

FAIRE UNE MISE AU POINT "PRÉCISE"

IMPORTANT

Il est plus dur de faire la mise au point avec un objectif standard

LA RAISON

La longueur de la course de la bague de mise au point



#2

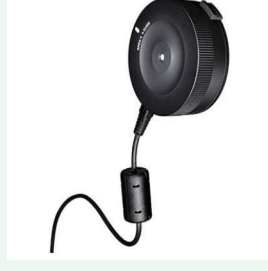
“NUANCE”

DEPUIS QUELQUES ANNÉES

Possibilité de personnaliser son objectif, dont la bague de mise au point.

VIGILANCE

Peu d'objectifs et de montures concernées



#3 LA FAIBLE PROPORTION DU SUJET DANS L'IMAGE

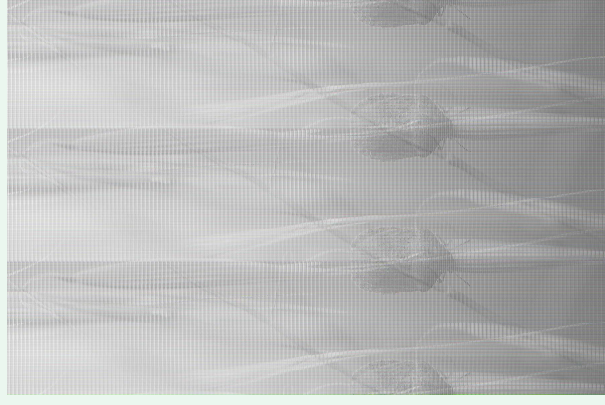
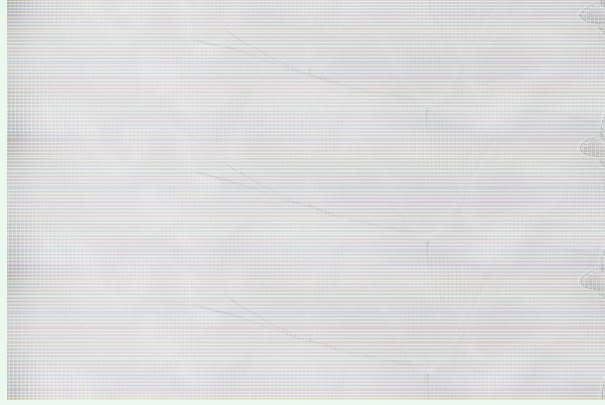




Image de :
Olivier Jouaud
(NASKA)



#4

UNE PROFONDEUR DE CHAMP TROP IMPORTANTE

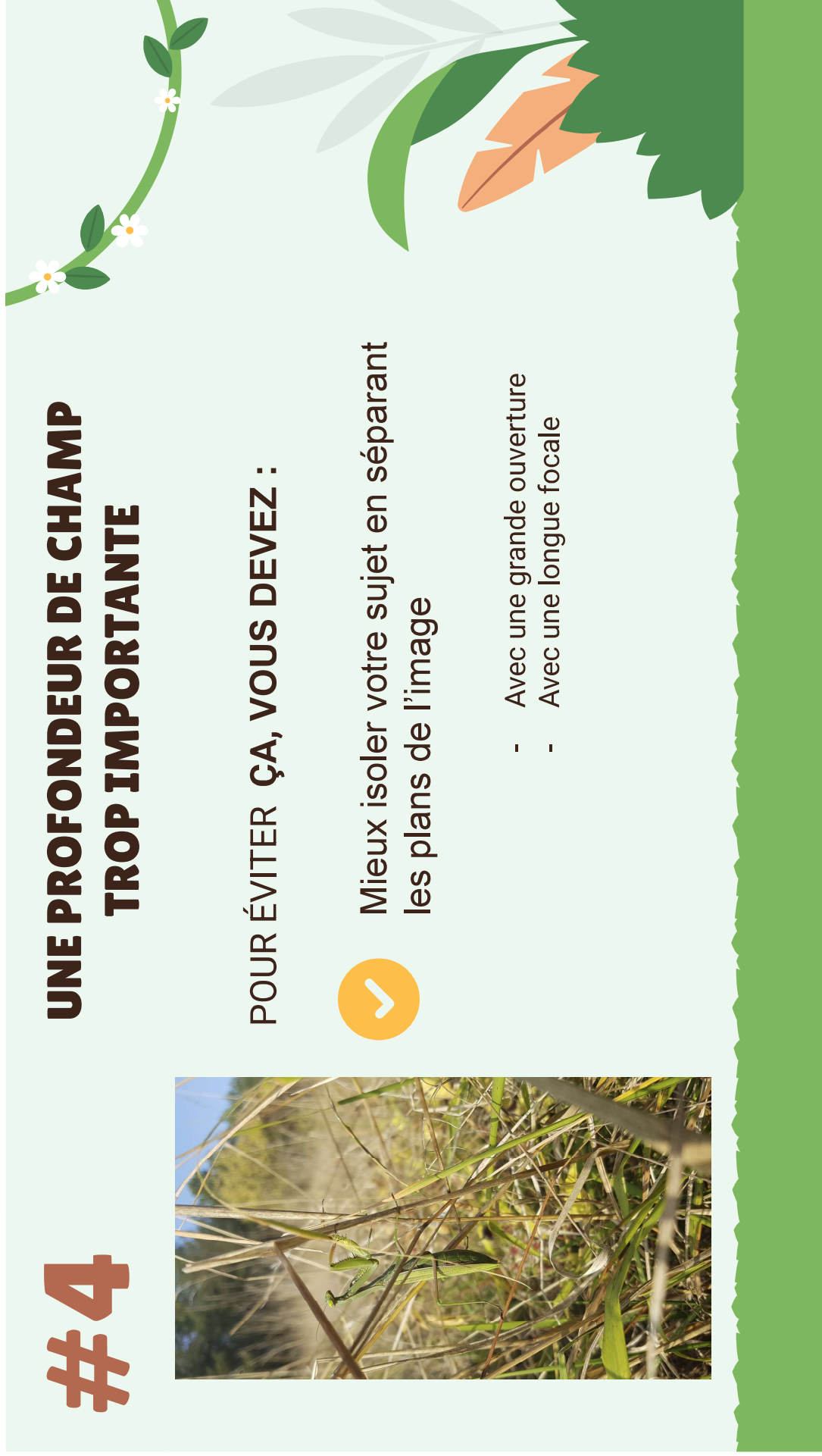


POUR ÉVITER ÇA, VOUS DEVEZ :



Mieux isoler votre sujet en séparant
les plans de l'image

- Avec une grande ouverture
- Avec une longue focale



#4

**UNE PROFONDEUR DE CHAMP
TROP IMPORTANTE**



LA SOLUTION PROXI

CANON 300mm f/2.8 L

Prix : 6500 €

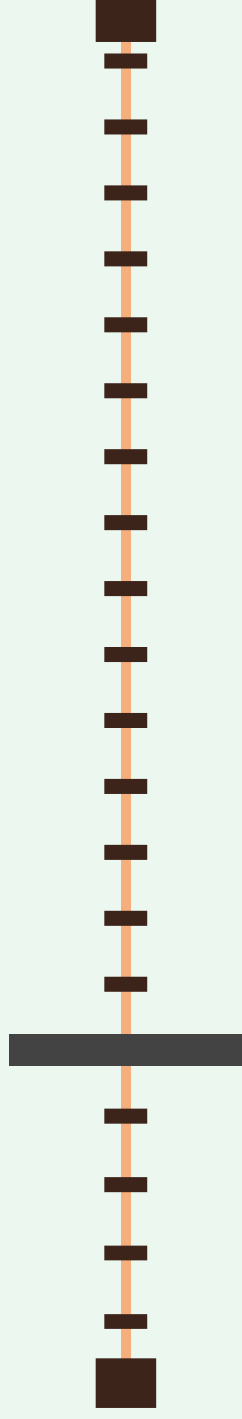
#4

UNE PROFONDEUR DE CHAMP TROP IMPORTANTE

+
DE
LONGUEUR
FOCALE

LA SOLUTION PROXI
Placer le curseur au bon endroit

+
GRANDE
OUVERTURE



#4

UNE PROFONDEUR DE CHAMP TROP IMPORTANTE

MON CONSEIL PROXI



Privilégier les longueurs focales égales ou au-dessus de 135 mm

EXEMPLE

Pour un sujet placé à 1,5 m :

- Avec un 80mm à f/1.8 la PDC est d'environ 4 cm
- Avec un 135mm à f/2.8 la PDC est d'environ 2,1 cm
- Avec un 200mm à f/4 la PDC est d'environ 1,3 cm
- Avec un 300mm à f5.6 la PDC est d'environ 0,7 cm

ET MAINTENANT,



Le grossissement

L'optimisation de la netteté

La répartition du sujet dans l'image

La profondeur de champ



COMMENT ON MET DE
L'ART LÀ-DEDANS ?



LA RECETTE AUX 7 INGRÉDIENTS



L'ÉQUILIBRE D'UNE PROXIPHOTOGRAPHIE

LA LUMIÈRE

LE BOKEH

L'HARMONIE SUPPORT-SUJET

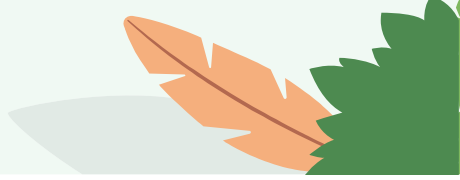
LA COHÉRENCE ENVIRONNEMENT - SUJET

LA NETTETÉ

LA LISIBILITÉ

+

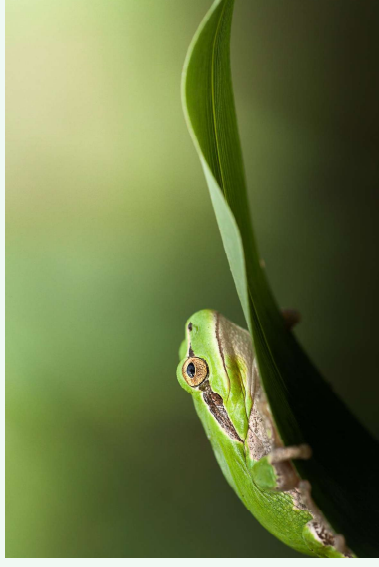
VOTRE INSPIRATION



LA RECETTE AUX 7 INGRÉDIENTS

1

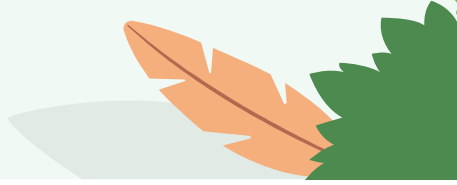
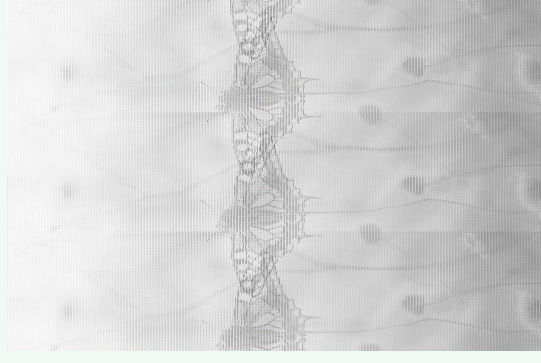
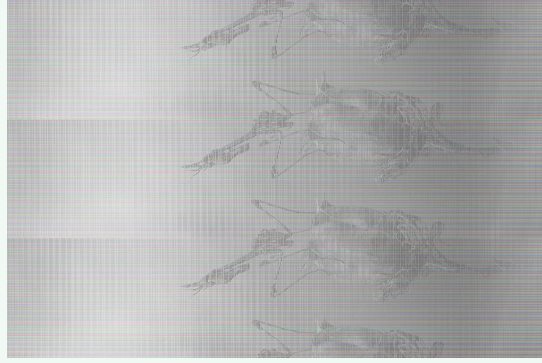
LA LUMIÈRE



LA RECETTE AUX 7 INGRÉDIENTS

2

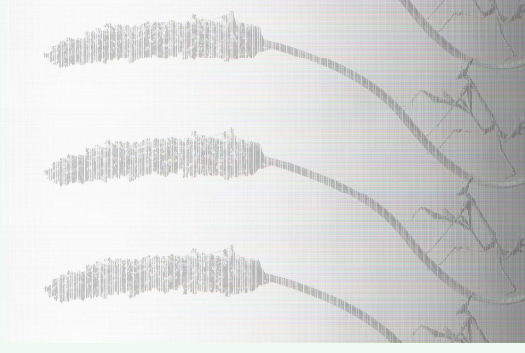
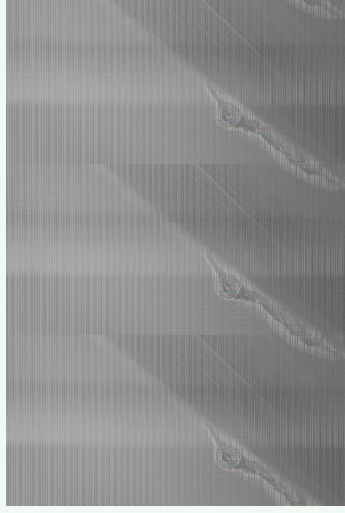
LE BOKEH



LA RECETTE AUX 7 INGRÉDIENTS

3

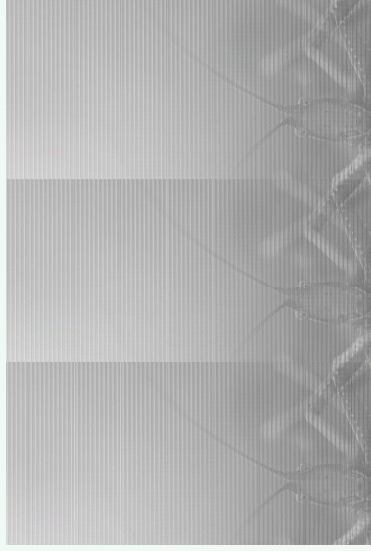
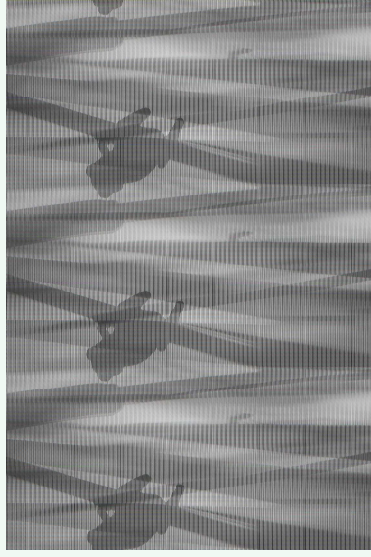
HARMONIE SUPPORT - SUJET



LA RECETTE AUX 7 INGRÉDIENTS

4

COHÉRENCE SUJET-ENVIRONNEMENT



LA RECETTE AUX 7 INGRÉDIENTS

5

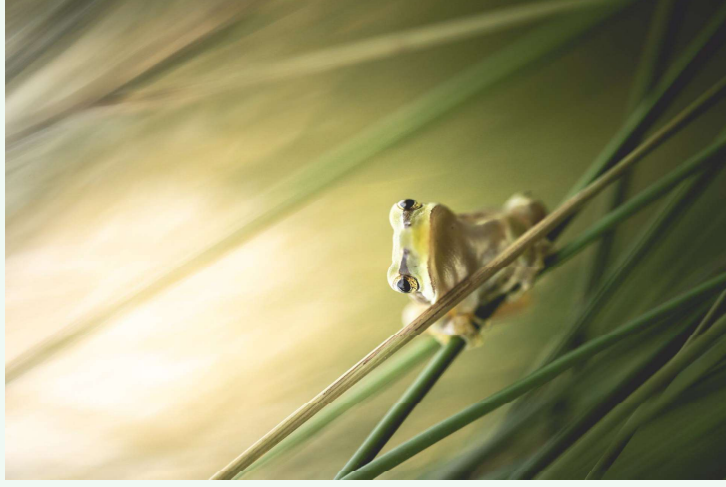
LA NETTETÉ



Laowa 100mm

1/250s
f/3,5
ISO 2000

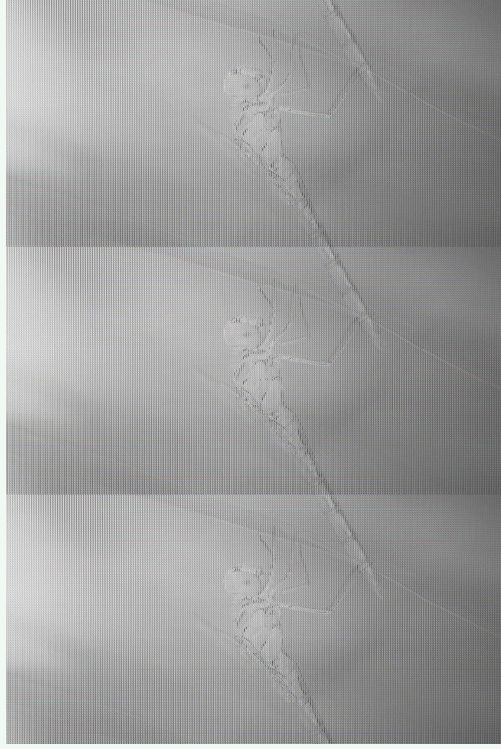
300%



LA RECETTE AUX 7 INGRÉDIENTS

6

LA LISIBILITÉ



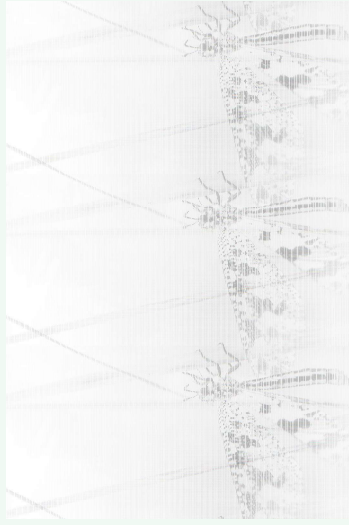


Laowa 15mm

LA RECETTE AUX 7 INGRÉDIENTS

6

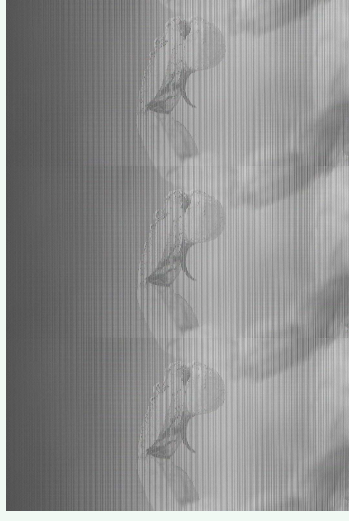
VOTRE INSPIRATION



HIGH KEY



LOW KEY



NOIR & BLANC

VOTRE DÉMARCHE ARTISTIQUE

6

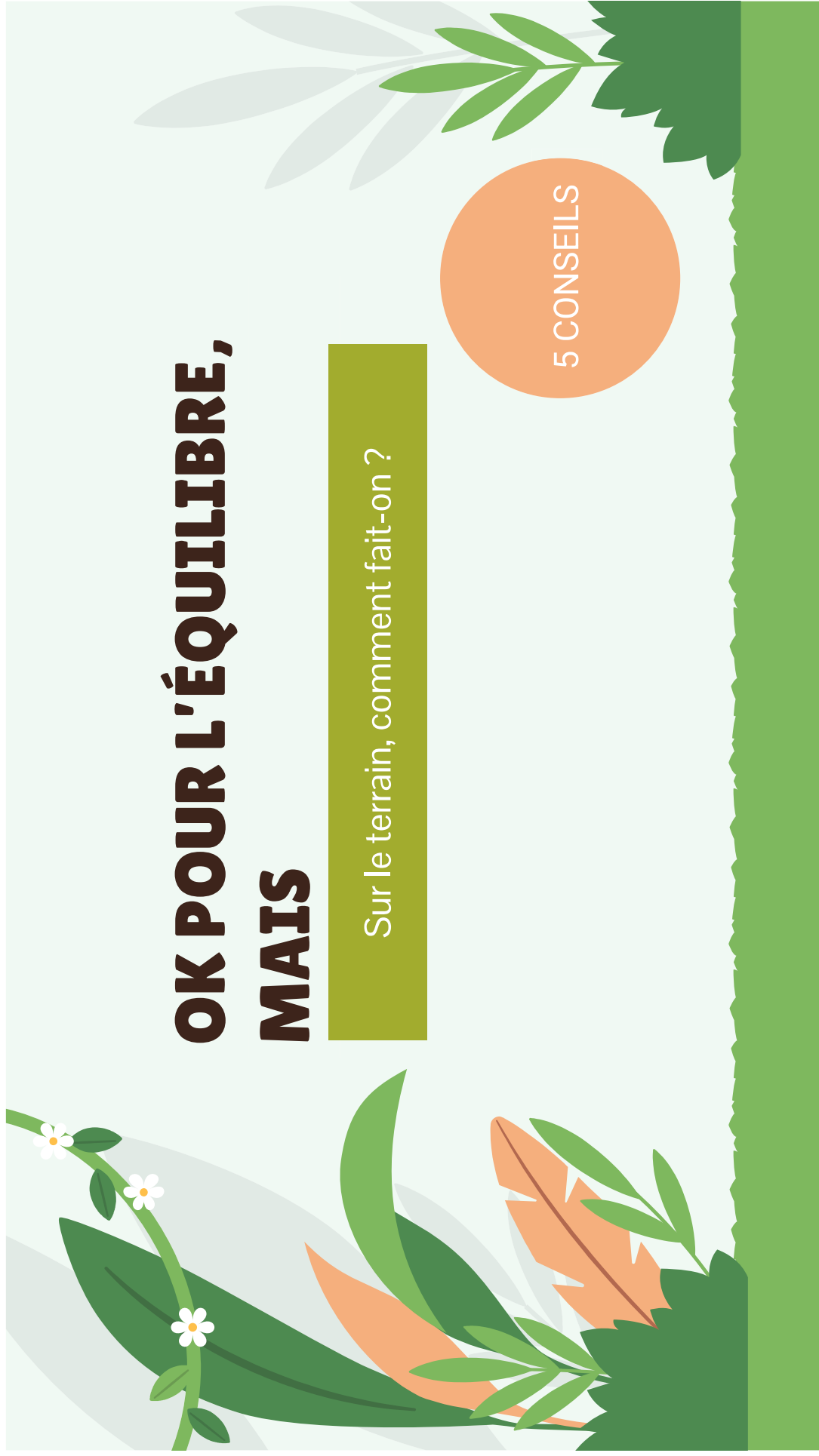
VOTRE INSPIRATION OU VOTRE DÉMARCHE ARTISTIQUE

LE SUJET TRÈS EXCENTRÉ	LES FLARES	LE PARTI PRIS	LE NOIR ET BLANC
LE HIGH KEY	LE CONTRE-JOUR	LE REGARD	LES OMBRES
LE LOW KEY	LE DÉTAIL	LE MOUVEMENT	+ BEAUCOUP D'AUTRES
LES FORMES	LE TON SUR TON	LE COUCHER DU SOLEIL	
LE PUIT DE LUMIÈRE	LA COULEUR DOMINANTE	L'ANGLE DE PRISE DE VUE	

OK POUR L'ÉQUILIBRE, MAIS

Sur le terrain, comment fait-on ?

5 CONSEILS



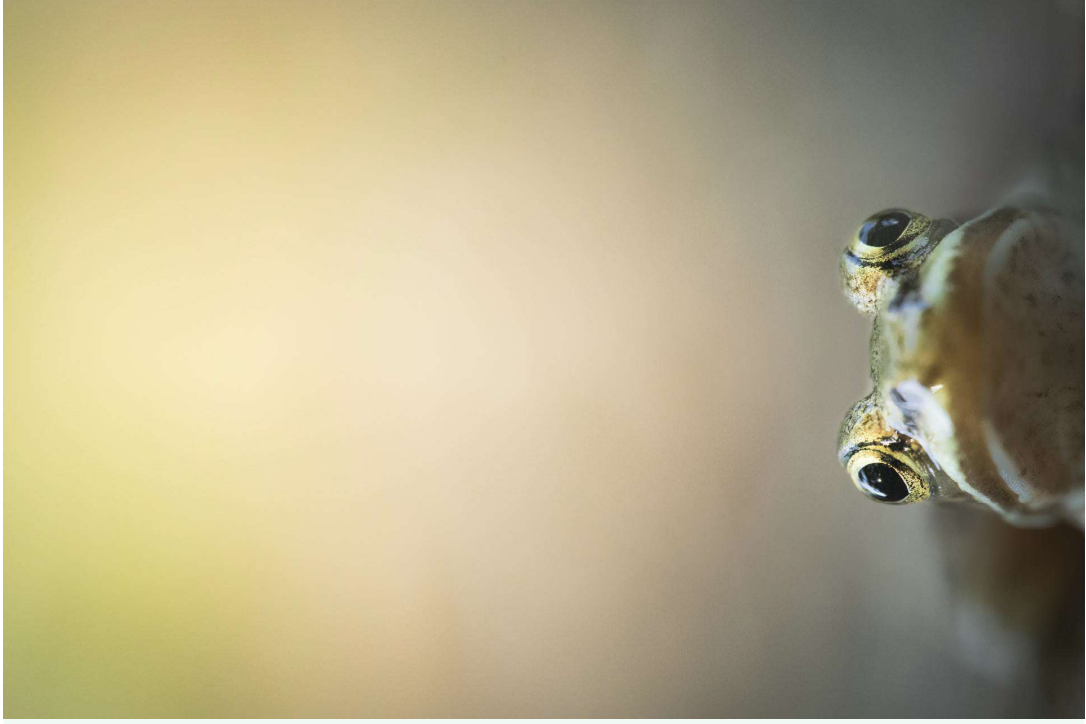
CONSEIL TERRAIN #1

SAVOIR OBSERVER



- Ne pas être pressé / savoir prendre le temps
- Ne pas vouloir tout photographier
- Faire des pauses dans son déplacement
- Habituer son œil
- Laisser le sujet s'habituer à votre présence
- Tourner autour de son sujet et envisager des cadrages originaux





Cadrage
Original

ET

BUSINESS

CONSEIL TERRAIN #2

RÉGLAGE DU BOITIER



ISO LE PLUS BAS POSSIBLE



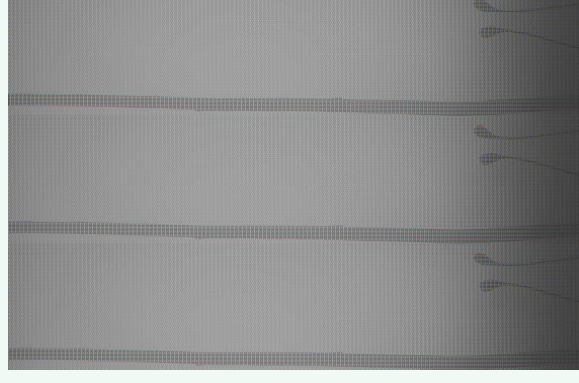
Mode **Manuel (M)** ou **priorité ouverture (Av)**



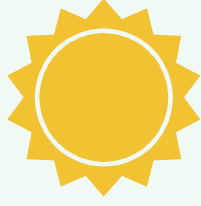
Ouverture si courte focale : f/2.8 ou f/4
Ouverture si longue focale : f/4 ou f/5.6



Exposition de l'histogramme :
ça dépend de la scène (en règle générale je
sous expose d' $1/2$ IL)



CONSEIL TERRAIN #3



Le matin

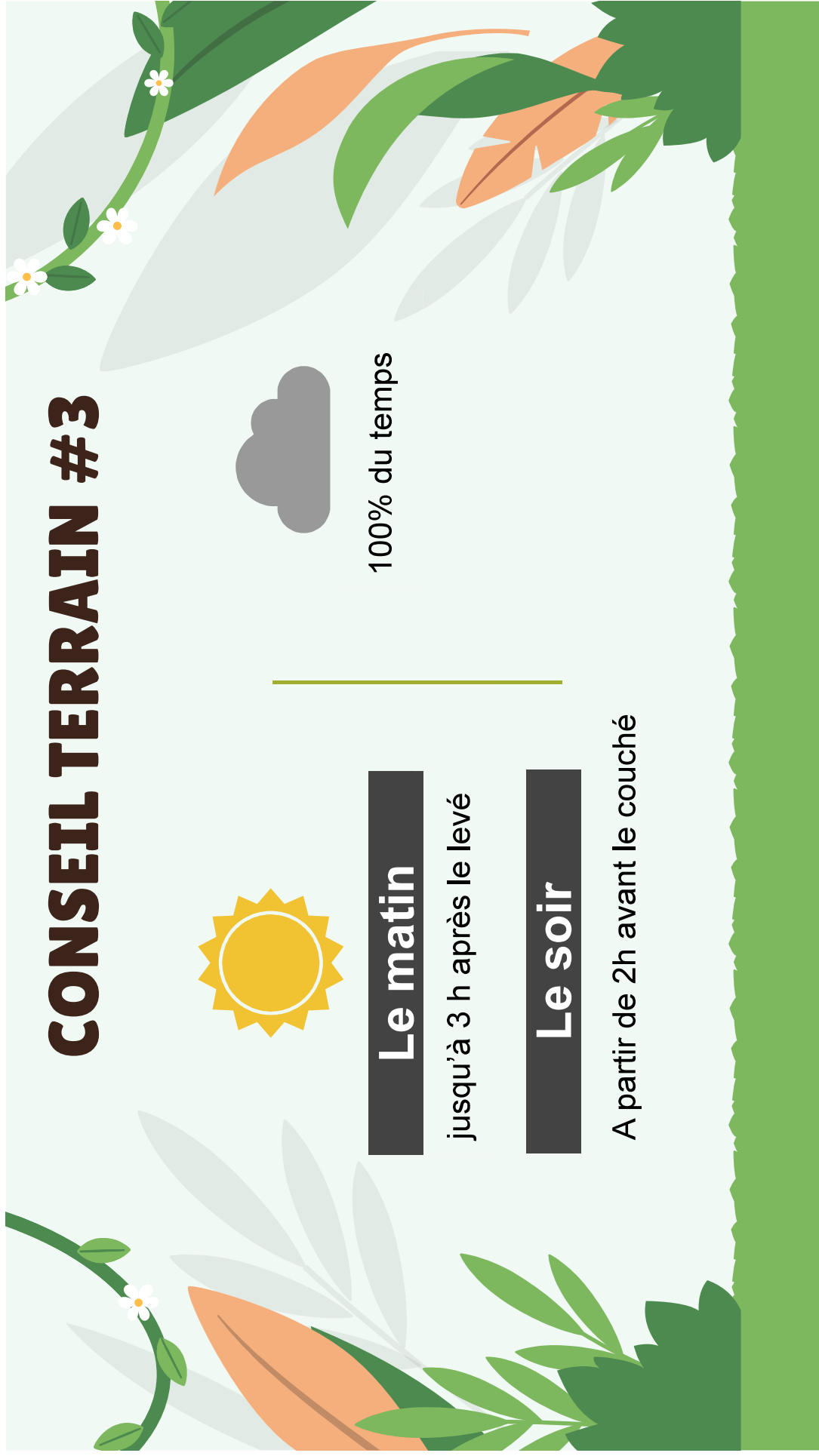
jusqu'à 3 h après le levé

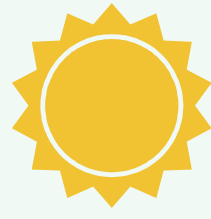
Le soir

A partir de 2h avant le couché



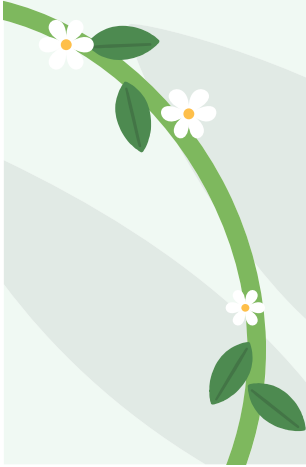
100% du temps





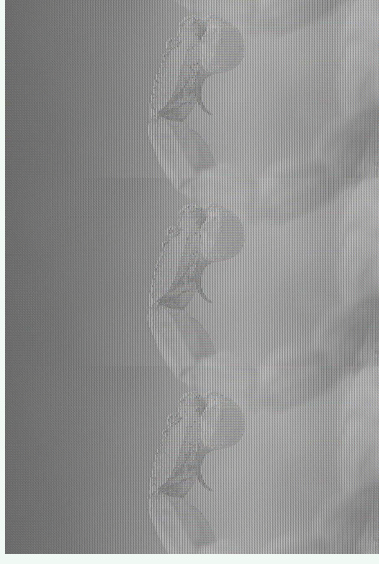
SI

, ALORS



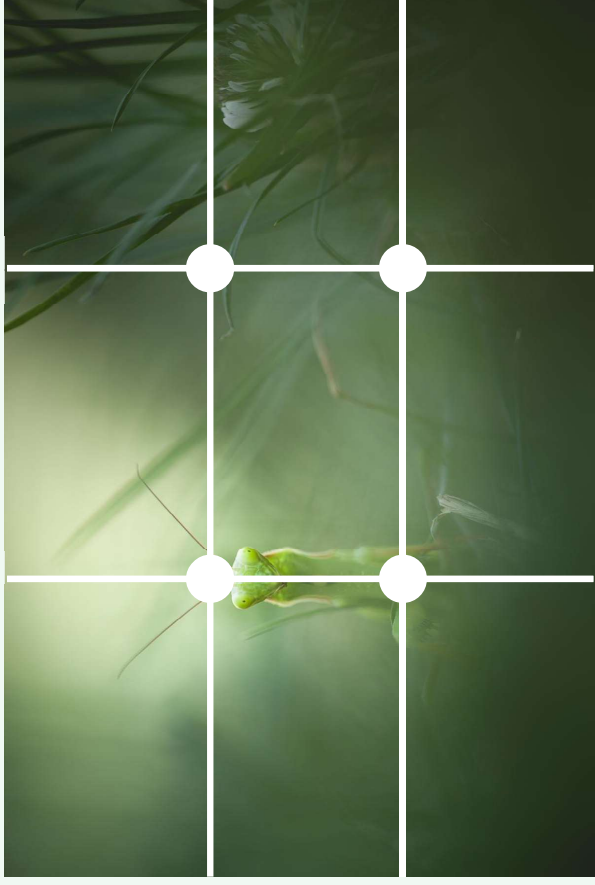
CONSEIL TERRAIN #4

Mettez-vous à la hauteur de votre sujet !

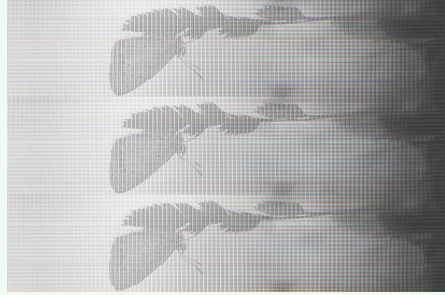
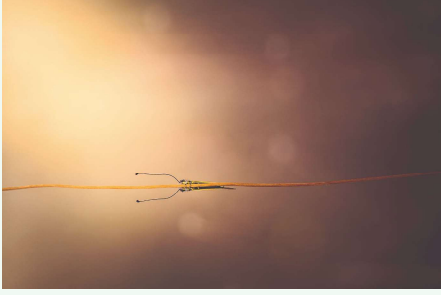
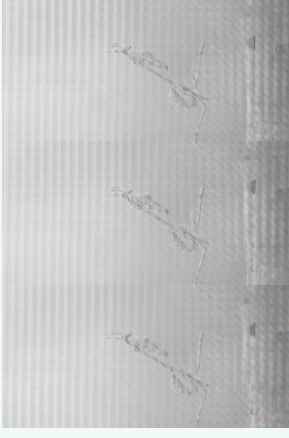
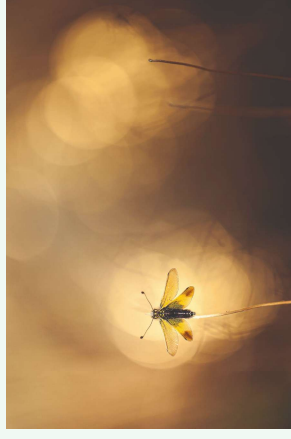
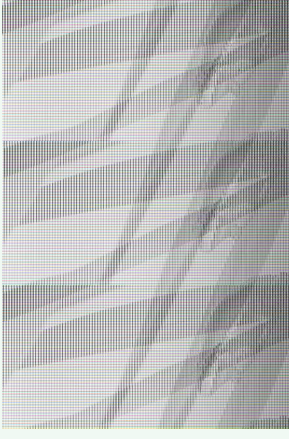


CONSEIL TERRAIN #5

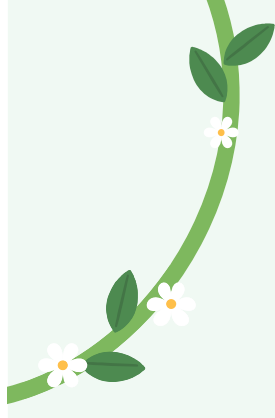
ABUSEZ DE LA RÈGLE
DES TIERS



IMAGES RÉALISÉES SELON
LA RÈGLE DES TIERS



CONSEIL TERRAIN #6



BOKEH AVANT PLAN
BOKEH ARRIÈRE PLAN

LA CONFIGURATION TERRAIN

IDÉALE

2 SCHÉMAS





SCÈNE PROXI IDÉALE



SCÈNE PROXI IDÉALE

ET SI ON S'ÉQUIPAIT UN PEU ...



LES ACCESSOIRES



Ces accessoires ne sont pas indispensables



Pas adapté à toutes les situations

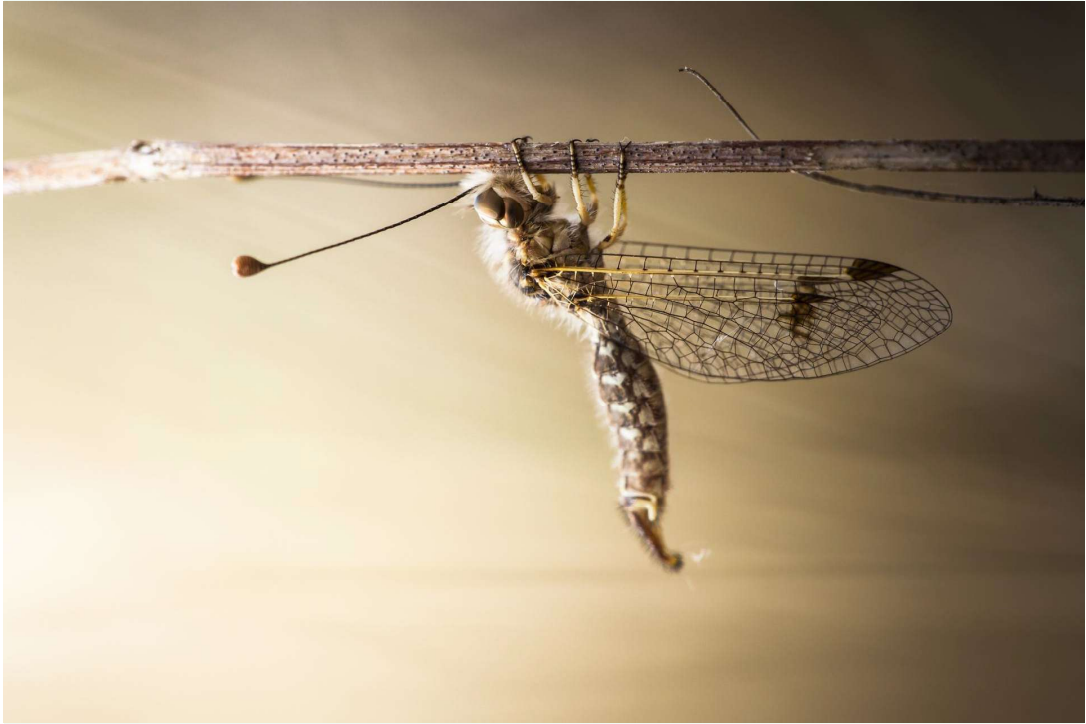


Poids supplémentaire



Temps d'installation supplémentaire

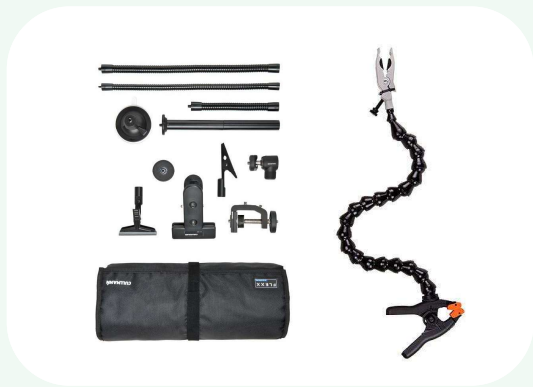
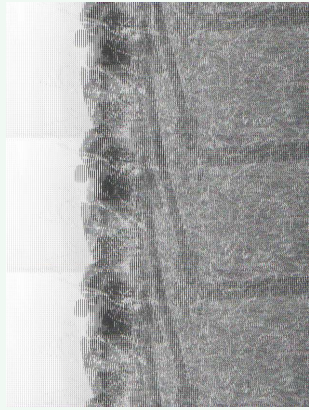
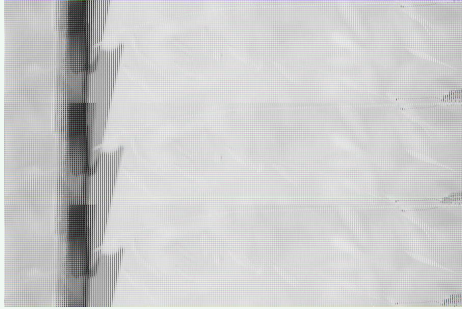
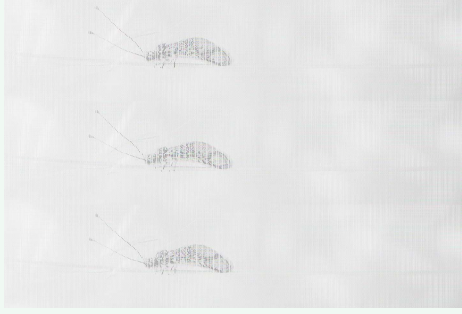


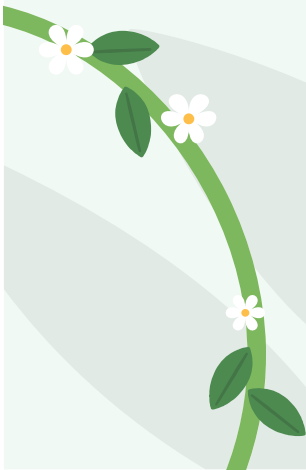
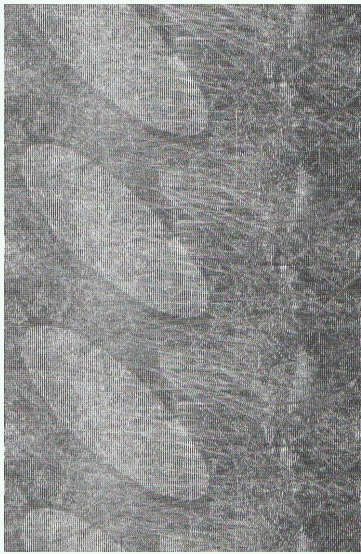
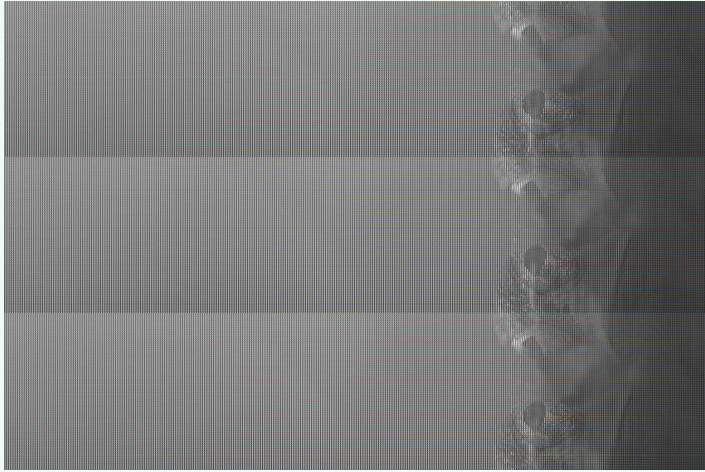


LES TRÉPIEDS

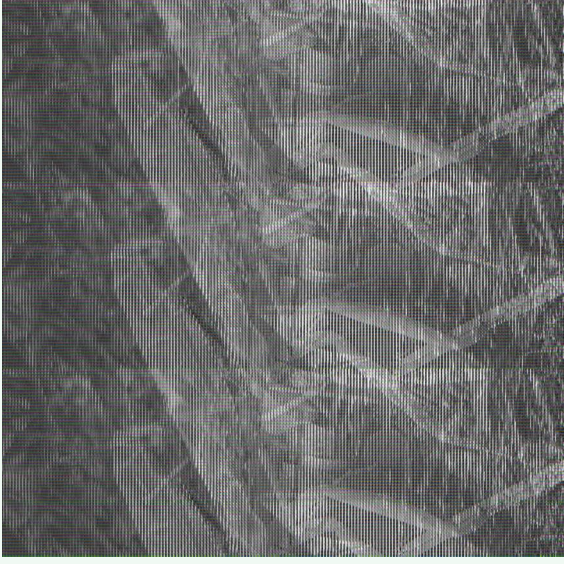


LES FLEXIBLES ET LES PINCES





LA LUMIÈRE LED



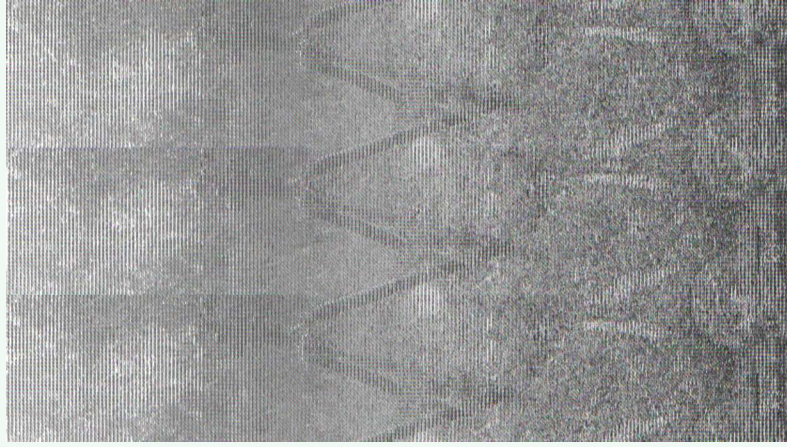
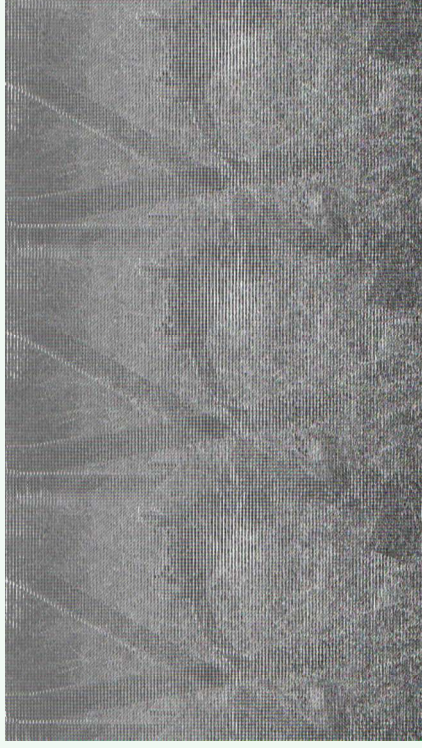
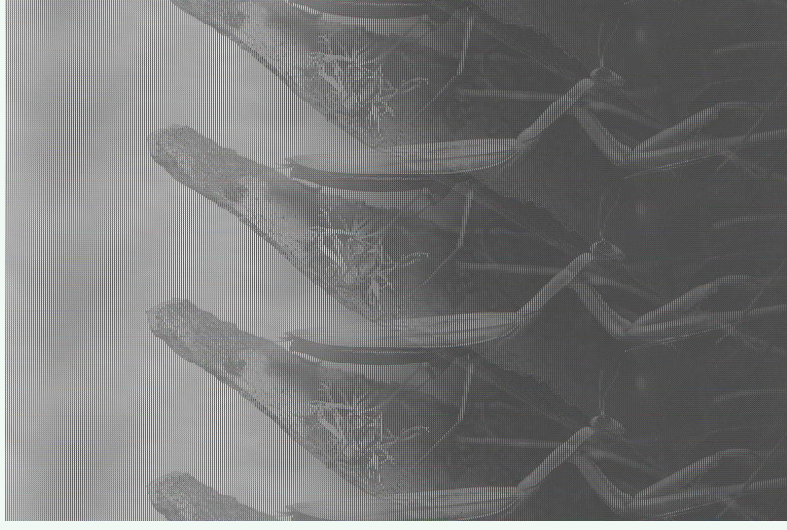


LA LUMIÈRE LED

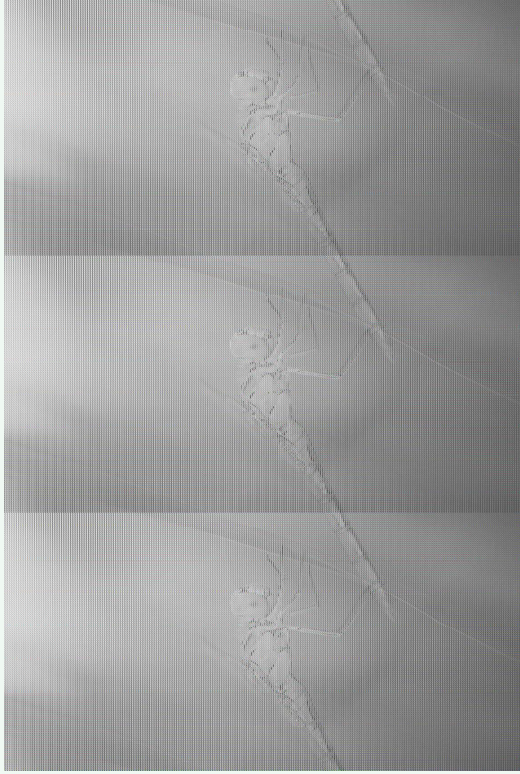
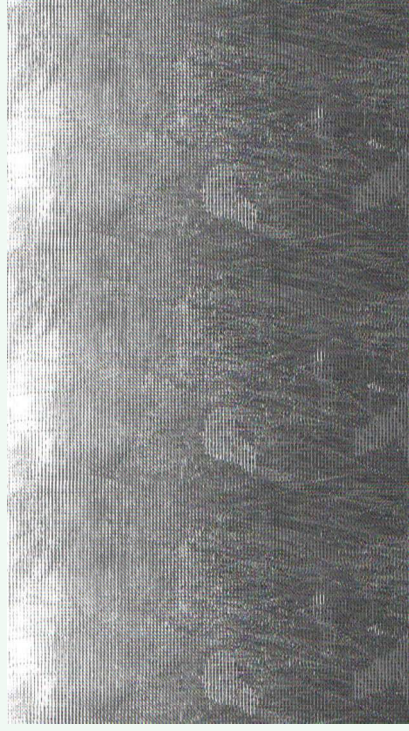
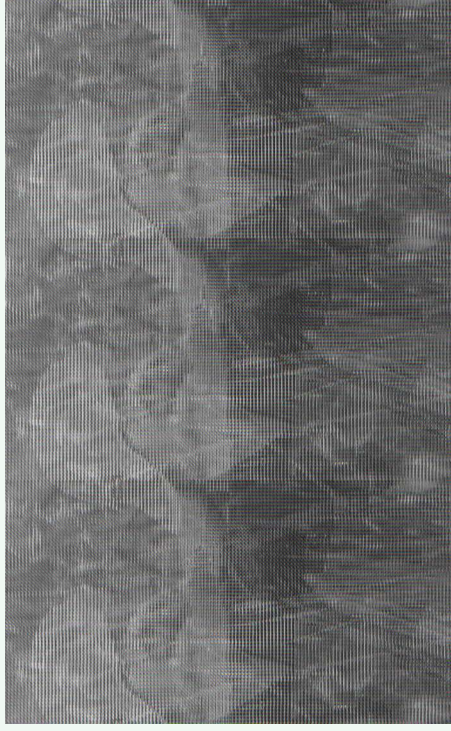
- Moins agressif, car besoin de moins de puissance
- Visualisation en direct du rendu et des ombres
- Configuration aisée et mise en place rapide
- Possibilité d'ajouter des modeleurs
- Éclairage directif



PRATIQUE SUR LE TERRAIN



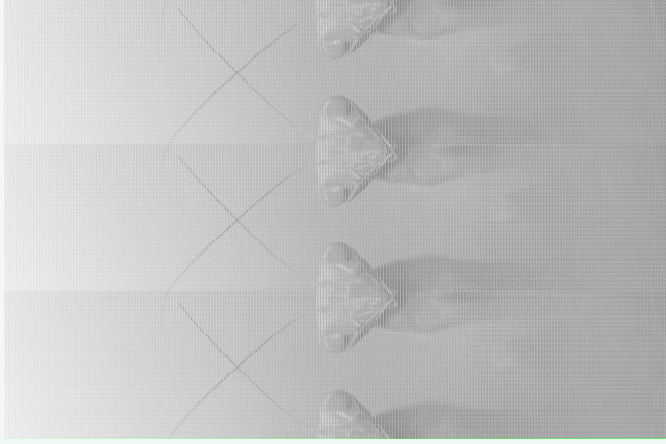
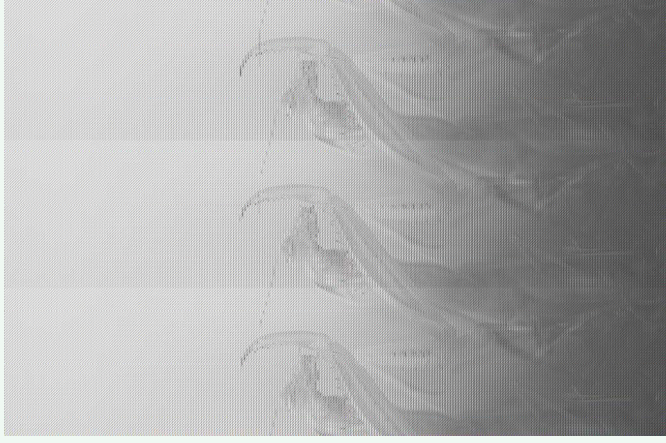
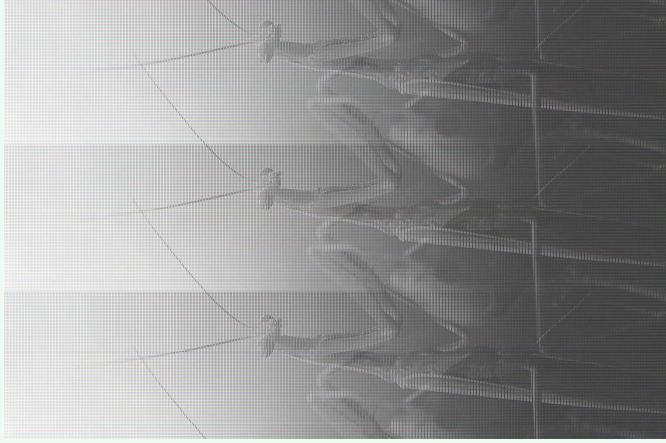
PRATIQUE SUR LE TERRAIN



PRATIQUE SUR LE TERRAIN



100% AJOUT DE LUMIÈRE LED



PRATIQUE SUR LE TERRAIN



A MÉDITER

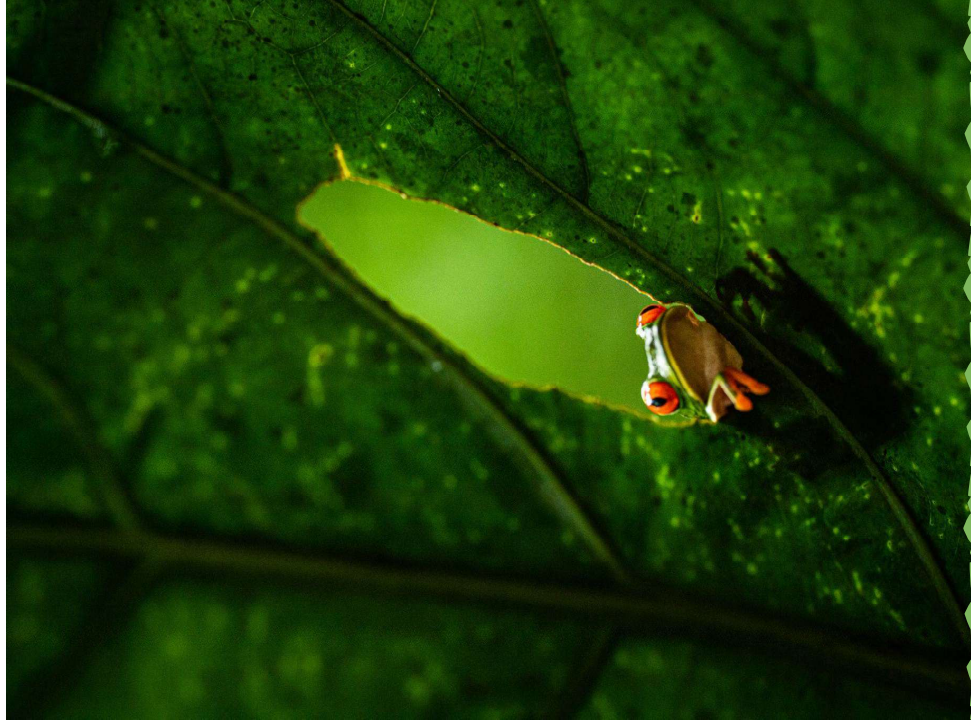


AVANT DE SE QUITTER, UN PEU D'ÉTHIQUE....

- Il n'y a pas que le résultat qui compte (manipulation)
- Cohérence de “vos images nature”
- Honnêteté et conscience
- Le photographe NATURE un vecteur de sensibilisation à travers les images qui sont relayées

MES PROJETS 2026

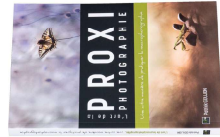
- Réaliser des prises de vues et des reportages dans d'autres pays du monde : Équateur, Bornéo, Costa Rica
- Éditer de nouveaux ouvrages personnels et collectifs.
- Accompagner les photographes dans le monde de l'édition par de l'accompagnement, une formation et un livre pédagogique.



POUR VOTRE ÉCOUTE

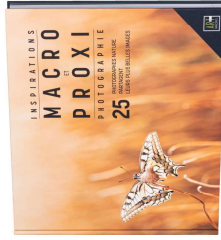


En vente après le Quiz :



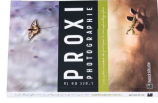
~~29€~~

25€



~~49€~~

45€



+



~~78€~~

65€



29€

ou

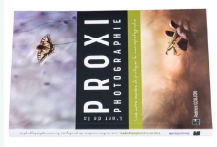
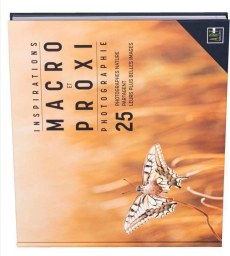
ou

DES QUESTIONS ?



PLACE AU QUIZ

Interactif



1

2

3



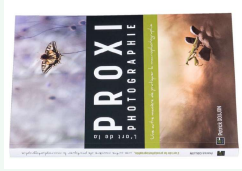
PLACE AU QUIZ Interactif



- Prenez votre smartphone
- Rendez-vous à l'adresse :
Kahoot.it

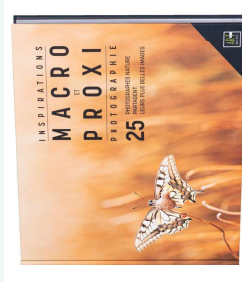


En vente après le Quiz :



~~29€~~

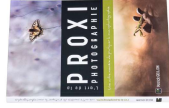
25€



~~49€~~

45€

ou



+



~~78€~~

65€