

BIEN TENIR SON APPAREIL PHOTO



Ne pas tenir correctement son appareil, c'est déjà partir du mauvais pied. C'est une base indispensable pour assurer des photos nettes et éviter le flou de bougé.

1

CONTRE LE SOURCIL

Posez le viseur contre votre sourcil pour créer plus d'appui.

MAINS

Utilisez votre main droite pour saisir le boîtier de l'appareil photo et votre index pour appuyer sur le déclencheur. Placer la main gauche sur l'objectif pour créer plus de soutien et de stabilisation.



COUDES SERRES

Rentrez vos coudes, en reposant les bras sur les côtés. Cette posture vous donne un appui solide.



PORTRAIT

Tournez l'appareil photo, le déclencheur toujours en haut. Maintenez le bas de l'appareil photo avec votre main gauche.

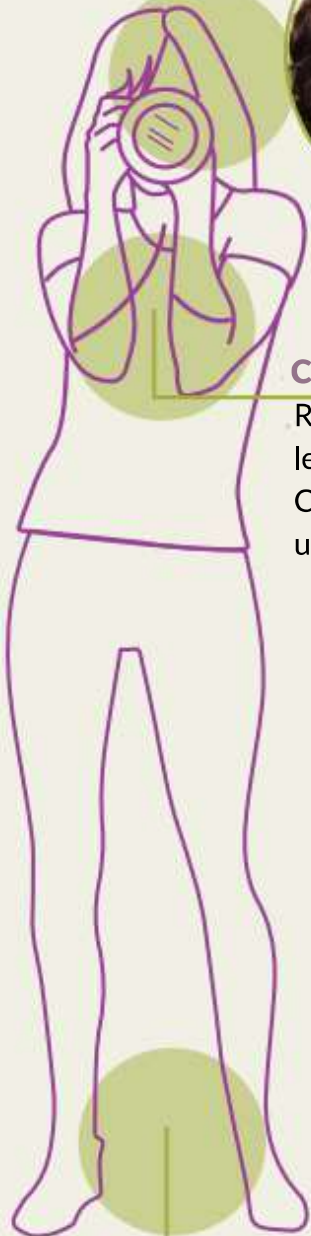
RESPIRATION

Expirez et bloquez votre respiration lorsque vous appuyez sur le déclencheur pour éviter les mouvements parasites.



PRENDRE APPUI

Utilisez un mur, une surface plane pour créer un support.



JAMBES

Vos jambes doivent être écartées de la longueur des épaules pour créer un équilibre.



GENOUX

Posez votre coude sur le genou pour créer un trépied.