

MODULE 03 : CADENCE & FLICKER - LES FONDATIONS TECHNIQUES

1. INTRODUCTION : La ceinture de sécurité du vidéaste

Ce module est une révision rapide des bases techniques que nous avons déjà abordées pour le mouvement et l'électricité. Comprendre la Cadence et éviter le Scintillement (Flicker) est essentiel pour garantir la propreté de vos images avant même de parler de cadrage ou de lumière.

- Si vous vous trompez de cadence, vos images peuvent se mettre à **clignoter** (sous des néons) ou devenir **saccadées**.

2. LA RÈGLE N°1 : RESTER EN "PAL" (25p)

En Europe, nous fonctionnons sur la norme électrique **PAL (50 Hz)**. Il est vital de toujours filmer en **25 images/seconde (25p)** ou 50 images/seconde (50p).

Pourquoi c'est vital ? Si vous utilisez la norme américaine NTSC (30p ou 60p), votre caméra ne se synchronise plus avec l'électricité de nos lumières, et vous aurez le fameux **Flicker** (l'image qui clignote).



Action sur votre appareil :

- Vérifiez que la fréquence système est réglée sur **PAL**.

3. 25p vs 50p : QUAND CHOISIR LA FLUIDITÉ

VITESSE = CADENCE x 2

25 ips → 1/50

50 ips → 1/100

A. 25 images/seconde (25p)

- **Usage :** C'est le look standard du cinéma, pour tout (interviews, reportages).

B. 50 images/seconde (50p)

- **Usage :** Pour filmer les actions rapides ou créer des ralentis parfaits au montage (ralenti 50%).

4. LA RÈGLE DES 180° : VOTRE RÉGLAGE "AUTOMATIQUE"

La "Règle des 180 degrés" est la façon la plus simple d'obtenir un flou de mouvement (motion blur) agréable à l'œil, comme au cinéma. **Cette règle simplifie tout !**

Elle établit que la Vitesse d'Obturation (Shutter Speed) doit être l'inverse du double de votre Cadence.

Concrètement, cette règle vous donne une valeur fixe :

- **Vous filmez en 25p ?** Vous devez régler votre Vitesse sur **1/50**. Point final.
- **Vous filmez en 50p (pour un ralenti) ?** Vous devez régler votre Vitesse sur **1/100**.

L'avantage : Une fois que vous avez réglé votre Shutter sur cette valeur fixe, vous l'oubliez ! Vous gérez ensuite votre exposition uniquement avec l'Ouverture (Iris) et les ISO (Module 2).

5. LE CAS EXTRÊME : ÉVITER LE FLICKER (Scintillement)

Si malgré le réglage en PAL, un néon capricieux cause du scintillement, utilisez l'outil **Synchro Scan** de votre boîtier.

L'outil : Synchro Scan (ou Shutter Variable)

Cet outil est la solution de précision. Il permet de régler la vitesse d'obturation de manière ultra-fine (ex: 1/50.2s ou 1/49.8s) pour s'adapter aux légères variations de la fréquence électrique locale (qui n'est jamais exactement 50.00 Hz).

- **Comment ça marche :** Vous filmez la lumière qui scintille. Vous activez le Synchro Scan et vous faites varier très légèrement la vitesse jusqu'à ce que le clignotement disparaisse.
- **Où le trouver :** Cherchez "Synchro Scan" ou "Vitesse d'obturation variable" dans le menu d'affichage de la caméra.

6. LE PETIT LEXIQUE DU MODULE 3

(Pour ne plus être perdu dans le jargon)

- **Cadence (Frame Rate) :** Le nombre d'images par seconde (25p ou 50p).
- **PAL (50Hz) :** La norme européenne.
- **Règle des 180° :** La règle de simplification qui dit : "Ta vitesse doit être le double de ta cadence".
- **Flicker (Scintillement) :** Les bandes noires ou le clignotement désagréable dû à l'électricité (si on n'est pas en PAL).

- **Synchro Scan :** L'outil magique de Synchro Scan : L'outil magique... pour ajuster la vitesse et supprimer le Flicker.