

带着单反 游法国



海德娜娜
张ZZ 编著

80后女生以实景照片加游记的独特
视角全景展现不一样的法国浪漫之旅



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS



带着单反

游法国

海德娜娜
张ZZ

编著



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

法国作为最热门的旅游目的国之一,吸引着来自世界各地的大批游客。在这样一个以浪漫著称的国度里,带着单反相机出游是必须的,因为它能帮你在旅途中完美地记录下一切值得珍藏的画面。本书通过作者的亲身经历,以80后女生独特的视角和游记的形式总结了法国游的经典路线,分享了一些安排行程的方法、最实用的旅游信息和背景知识,以及大量极具观赏性的旅行照片。穿插在游记中的拍摄讲解使本书在帮助旅游者玩好的同时更能拍好,这样的假期必将充满更多精彩的回忆!

本书可作为法国自助游及拍照的攻略,对跟团的游客同样极具参考价值。第一人称的编写形式,精美的版式、图片,清新的文字,浓厚的异域风土人情,相信这也是一本广大旅游爱好者不容错过的休闲读物。如何让自己期待已久的法国浪漫之旅不留遗憾?快来让本书带您一探究竟吧!

图书在版编目(CIP)数据

带着单反游法国 / 海德娜娜, 张 ZZ 编著. —北京:
机械工业出版社, 2012.4
ISBN 978-7-111-37684-2

I. ①带… II. ①海…②张… III. ①旅游指南—法国
②旅游摄影—摄影技术 IV. ①K956.59 ②J416

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 042737 号

机械工业出版社 (北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037)

责任编辑: 孙 业

责任印制: 乔 宇

北京汇林印务有限公司印刷

2012 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

171mm × 189mm · 8.333 印张 · 331 千字

0001—6000 册

标准书号: ISBN 978-7-111-37684-2

定价: 39.80 元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社发行部调换

电话服务

社服务中心: (010) 88361066

销售一部: (010) 68326294

销售二部: (010) 88379649

读者购书热线: (010) 88379203

网络服务

门户网: <http://www.cmpbok.com>

教材网: <http://www.cmpedu.com>

封面无防伪标均为盗版





Château de la Chevre d'Or



←  **Sortie**

M
Porte de Clignancourt





2008年盛夏，听说密云司马台长城脚下新开了北京首家薰衣草庄园，我们看了网上的图片后心动不已。那时候还没有这么多的薰衣草园，薰衣草在北京还不常见，当时激动的小心情澎湃到不行，从此一发不可收拾地疯狂迷恋上薰衣草。

我们去的那天天气出奇的好，站在淡紫色的花田边，陶醉在阵阵香气里，忘记是谁突然冒出一句：“我们明年夏天去普罗旺斯吧。”那个时候普罗旺斯这个词在我们心中还是一个遥不可及的梦，我们也并不确信一定会成行，但是有梦想就会有动力，郊区薰衣草之行一趟折腾下来，不仅带回很多美美的照片，更怀揣了要去法国看薰衣草的念头。

转眼半年过去了，2010年的开春，我们开始付诸行动，很积极努力地把理想变为现实。为了充分的自由和灵活性，全程自助是必须的。这是我们两人的首次欧洲之行，一点经验也没有，所有的事都是蒙着做，于是大家都很重视，特意留出半年的时间为此项巨大的工程作充分准备。

海德娜娜 张ZZ



出发前的准备

——如何安排自助游 / 跟团旅行如何安排有限的自由活动时间

路线安排，住宿以及境外交通

因为主导因素是薰衣草，所以最先着手的事是根据花期确定出行时间。同事介绍的穷游网(www.go2eu.com)很全面，论坛上有无数的自助游攻略。法国旅游发展署官方网站(<http://cn.franceguide.com>)也值得参考。通过研究发现，6月底到7月初是薰衣草最旺的时候，到了7月中基本就收割了，所以时间定在6月底至7月初。然后看路线，既然去了法国，巴黎肯定不能错过，曾经留法的同学还向我大力推荐了法国南部的蓝色海岸地区，干脆也一起列入行程。接下来就开始在网上大量地搜攻略，参考具体的路线和时间安排，还有住宿推荐。穷游网信息量足够大，而且有很多即时的更新，上面的内容完全够用。

住宿奢侈由人。我们对住宿的要求是双人标准间。本着低成本的原则，在选择上偏重旅馆和经济型酒店。(通过www.hostelworld.com预订是个不错的选择。)

关于法国境内不同城市地区间的交通，真是费了很大劲儿才搞定。网上都说当天不一定能买到票，而且会比较贵，建议提前订票。我们是出发前在法国铁路网上订的票。当时查看了法国铁路网的英文页面后发现信息很不全面，于是去看法文页面，然后页面一打开瞬间头大。我们两个真的是地道的法文盲，硬着头皮上，一边找订票攻略一边用在线翻译解决，这真是个艰难的过程。法国铁路网(www.voyages-sncf.com)涵盖几乎所有的法国境内交通，高速TGV列车出行前3个月开始放票，买得越早越便宜，特价票通常一放出就很快被抢光。定好出行日期后提前3个月买票，火车票和机票一样有3种：1) 全价票，非常贵，但是可以任意更改和退票。2) 特

价票，很便宜，但是不可更改和退票。3) 介于全价票和特价票中间的票，可以付费改期，退票会扣除一定的费用。我们功课做得早，买到了从巴黎到阿维尼翁的高速TGV列车的特价票，25欧元/人，然后去尼斯的票是22欧元/人，这个价格能在6、7月的旺季抢到非常不容易。网上订票很方便，用信用卡在线支付后，网站会发电子票到邮箱，打印出来直接带上就可以了。

近年来法国铁路服务日益完善，经过网站的改进，可以在www.tgv-europe.com订票，这是法国铁路网的英文页面。此外，欧洲铁路网还推出了中文页面，为国人消除了语言障碍，大家可在欧洲铁路网上做预订(www.raileurope.cn)，欧洲铁路网涵盖的范围更广，不只是TGV列车，可以为旅客提供更全面的选择。

在普罗旺斯，如果不驾车就很不方便。这次出去，ZZ是拿着驾驶执照完全没上过路的伪司机，娜娜是连方向盘都没怎么碰过的摄影发烧友，自驾连想都不要想啦。万能的穷游论坛啊，让我们找到了当地的中国留学生，他们提供租车服务，还制订了合理的游玩线路，特别省心，收费也合理。在MSN上聊过几次后，留下联系方式，把普罗旺斯的两个整天全部交给他们打理。

机票

线路和时间定好了就开始找机票，机票都是提前一年放出，其实特价机票一年365天都有，旺季的时候价格低的票很快就卖完，所以也是要尽量赶早，越早订票越便宜，便宜票的条件就是不能改期和退票。网上有一些

不错的机票搜索引擎大多是机票代理。其实多留意航空公司自己的网站也会有惊喜，有一些航空公司的特价活动是只针对在网站上线买票的乘客的，不是只有代理处才可以买到便宜的机票。

签证

再说签证。很多旅行社都可以代签，欧洲签证都要上千元。我们还没滋润到舍得把上千元扔出去办签证，反正时间也充裕，干脆自己准备吧。在法国大使馆的网站上可以查到关于个人旅游签证的相关内容。除了护照、身份证、户口本之外，还要准备所属单位开具的在职证明、准假证明，填写申请表格，购买旅行保险等。我们都是无房无车没有任何不动产，那么就必须有银行存款证明。除此之外还要有机票和酒店的预订确认单。以上所有材料均需翻译成英文。如果有一点英文功底的话，我们的建议是大家自己翻译，网上有模板，把自己证件和材料的内容照着模板往上搬就行了，省下找翻译公司的钱。申请材料需递交到中智法签(TLScontact)，网站地址是<https://cn.tlscontact.com/cn2fr/login.php> 递交材料前需要在此网站上进行预约。按照约定好的时间送材料过去，交费一审核一拿凭条一签字。中智法签很有效率，送签后可以在网站上查询进度，我们的签证3天就出来了，很顺利，只要材料齐全不会出现旅行社所谓的拒签，没有想象中那么复杂和困难。

**北京中智法签地址: 北京市东直门外大街26
号奥加饭店(中服商务酒
店)3层, 邮编100027**

**开放时间: 8:30—12:30 13:30—
16:30 (周一至周五)**

服务电话: (010) 6413 1878

**时 间: 8:30—12:00 13:15—
16:30 (周一至周五)**

**注 意: 致电时需告知您的护照号或者中
智法签申请号。**

您也可以与中智法签各地办事处取得联系:

- **成都: (028) 6676 6560**
- **广州: (020) 6113 2867**
- **沈阳: (024) 8861 9591**
- **武汉: (027) 5151 9878**

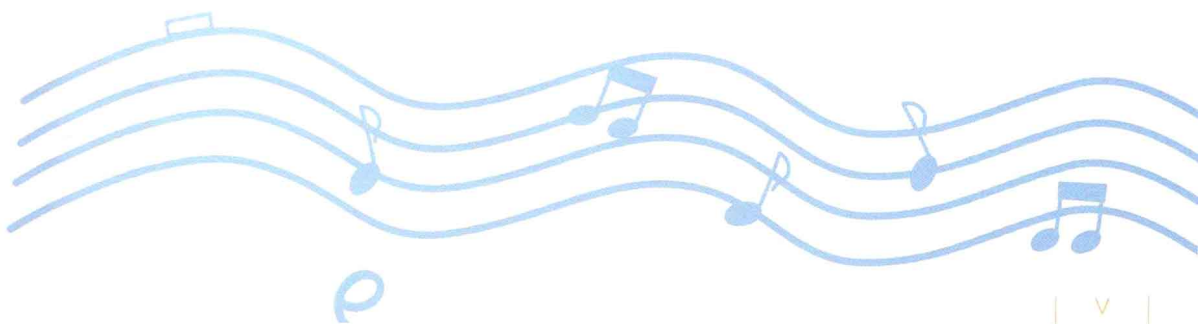
当地游览的安排

到了这一步, 准备工作已经完成大半, 但是对于第一次去欧洲, 又完全不懂法语的我们来说还是有底气不足的感觉, 曾经留法的同学也说在法国英文不那么好使。为了让心里更踏实一些, 我们做了更细化的自助游攻略——找地图, 看路线, 研究地铁和公交

车。法国旅游发展署的网站上有一些推荐路线和博物馆通票的介绍, 可以根据自己的情况酌情安排和购买。另外, 不得不说谷歌地球 (Google Earth) 是个很强大的工具, 通过它你可以看到出了地铁后的大街是什么样子, 酒店旁边有什么明显的标志性建筑, 对自助旅行的人来说, 找路不再是难题。我们看了 Google Earth 后, 到了当地基本上都没有再去找人问路。

如果是在旅行社报名跟团旅行, 那么上面的准备步骤很大部分都可以省掉。仔细看过几家旅行社的法国团队行, 有的中间会有 1~2 天的自由活动时间, 出发前可以在网站上找一些即时攻略, 也可以参考旅行书, 在这里还是强烈推荐穷游网的论坛, 很多内容同样适用于跟团旅行的游客安排自由活动, 例如当地的特色餐厅, 实惠的、有特色的购物市场, 及时更新的交通时刻表和价格等。

按照上面的顺序走下来, 功课基本上就做完了, 旅行顺不顺利也就靠这些了, 只要有个简单的概念, 心里就有底了。还有一些零碎的事情比如查天气预报, 准备行李就轻松多了, 不需要花费太多的时间就可以搞定。



目 录

前言

出发前的准备

行摄巴黎

-----1

到达巴黎时是当地时间傍晚，斜斜的阳光特别强烈
看不清逆光走过来的人，只看到强烈的阳光给人们身上镀上金边。

7月的巴黎

阳光更强

天空一直很蓝

傍晚都会很凉爽

人们很繁忙

街道上有点儿乱

旅行的步伐我们有点儿快

在塞纳河游轮上听着小步舞曲

心情才悠扬起来

和音乐配合起来，是个完美完整的巴黎

从塞纳河水中游船上看过，真美好

卢浮宫，举世瞩目的艺术殿堂——室内，博物馆的拍摄小技巧……………6

蒂伊勒里公园，一起来做阳光浴——强光下拍摄旅行照……………14

香榭丽舍大街，最浪漫的名字，最贵气的大街——街拍行摄的镜头运用……………18

凯旋门，午后的躁动，留遗的旅程照——不要让自己的旅行照片有遗憾，镜头光圈的运用……………22

老佛爷百货，加入扫货大军——禁止拍摄场合的留影小技巧……………28

圣礼拜堂，色彩故事——阴暗环境的拍摄……………32

巴黎圣母院，钟楼怪人在哪里——拍摄构图的取巧方法，色彩的碰撞，广角人像和景点的最佳拍摄法……………36

埃菲尔铁塔，浪漫的标志——特殊角度拍摄……………44

漂在塞纳河，游船上的小步舞曲——人文拍摄……………50

凡尔赛宫，旅途中结识新伙伴——大场景广角的运用……………56

蓬皮杜，来看看法国的现代艺术——扫街与广角拍摄现代艺术博物馆……………65

普罗旺斯的夏日香气

70

来到阿维尼翁，这里是休闲和戏剧之城

小小城墙里面

包裹着一个旅游度假小镇

也好像海报之都

感觉它很小，徒步就可以了

小城郊外遍布了世界闻名的薰衣草花田

还有不得不提的梵高故地和向日葵花海

它们的光芒没有被薰衣草掩盖住

反而令普罗旺斯更加熠熠生辉

阿维尼翁——休闲和戏剧之城.....74

教皇宫，广场上的手风琴声——利用天空来烘托宏大的美景（三分线构图法）.....76

古老的小城，戏剧节前的疯狂——利用裁剪工具使主题更明确.....82

薰衣草情结.....92

索村（Sault），薰衣草的王国——后期调色教程.....92

鲁西永（Roussillon），童话中的红土小城——小镇的细节拍摄.....100

石头城（Garde）及塞南克修道院，时光的印记——不能靠近的情况下远处取景构图法.....104

薰衣草博物馆，淡紫色的回忆——有趣的强逆光效果.....110

梵高的向日葵.....116

最美的风景是在路上，淹没在向日葵海洋——超低角度取景.....117

普罗旺斯地区圣雷米（St-Rémy-de-Provence）及雷堡（Chateau des Baux），追寻梵高的足迹——颜色点缀的构图方法.....122

阿尔勒（Arles），因梵高而沸腾——拍摄自然的人景气氛纪念照.....128

加尔桥（pont du Gard），5欧元的指引——雨天拍摄.....137

蓝色海岸

-----140

下了火车大海的味道扑面而来，假期的气氛特别浓烈
火车站外的车水马龙让我们一度迷失了方向，
旅游局的小美女很是热情，
领了免费地图，掏出相机，
在如潮水般的人群中直奔蓝色海岸，
当见到那抹令人心醉的蓝时
我们再一次地，彻彻底底地迷失了……

英国人大道，奢侈的悠闲——留下自然的纪实纪念照……………144

天使湾，最接近天堂的色彩——海景拍摄的构图……………148

马塞纳广场(Place Masséna)，迈克尔·杰克逊的歌声——街景即时抓拍……………154

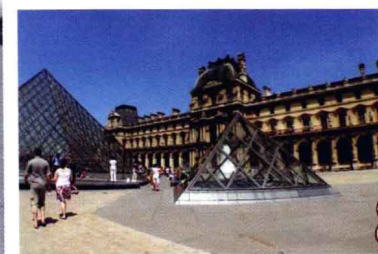
莎勒亚(Saleya)林荫大道的古董市场及老城夜市，宫廷+复古主义——逆光拍摄好看的照片……………158

摩纳哥(Monaco)，游走在袖珍小国——标头拍细节……………164

埃兹(Eze)小镇，闲散的午后时光——拍摄小镇的经验分享……………174

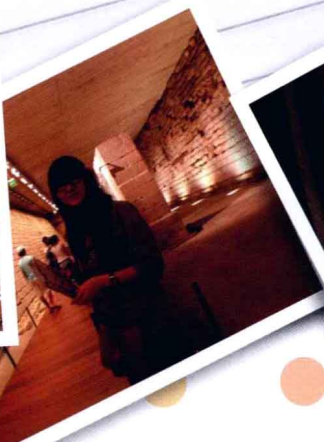
戛纳(Cannes)，一起来走红地毯——用后期色调来表现浓重的小城感觉和度假感……………180

Happy
day



行摄巴黎

巴黎市是法国的首都和最大城市，也是法国的政治文化中心，与美国纽约、日本东京、英国伦敦并列为四大世界级城市。巴黎同时也是法国的第75省，属于法兰西岛大区。巴黎大都会为欧洲最大的都会区之一。



到达巴黎时是当地时间傍晚，斜斜的阳光
特别强烈

看不清逆光走过来的人，只看到强烈的
阳光给人们身上镶上金边。

7月的巴黎

阳光更强

天空一直很蓝

傍晚都会很凉爽

人们很繁忙

街道上有点儿乱

旅行的步伐我们有点儿快

在塞纳河游轮上听着小步舞曲

心情才悠扬起来

和音乐配合起来，是个完美完整的巴黎

从塞纳河水中游船上看过去，真美好



我们的航班抵达巴黎时已是傍晚时分，在戴高乐机场购买了巴黎4天的博物馆通票，领取网上预定好的TGV高速列车车票后，直接搭乘RER B线就到达酒店所在的Gare du Nord站。

出了地铁，周围的空气暖暖的，慢慢睁开眼睛适应这傍晚依旧强烈的阳光，车水马龙的大街上路人行色匆忙，马路对面老式建筑古朴而素雅，逆光看过去，斜斜的阳光洒下来，把眼前的一切都镶上金边。我们拉着行李箱一时愣在那里，出发前利用Google Earth的卫星地图查看了无数遍地铁口外大街的样子，这些画面也无数次地在脑海中反复出现，可当它真真实实地出现在眼前，没有梦想成真的兴奋，而是一种猝不及防的战战兢兢。但是很快的，两人立刻雀跃着融入画面中去，抛开长途飞行的疲惫，沿着大街一路小跑，很顺利就找到预定的酒店。