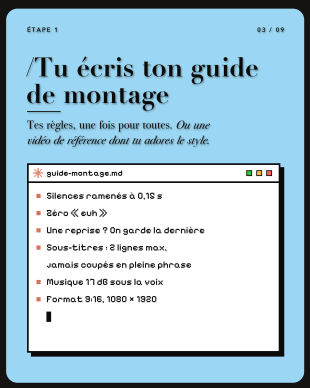
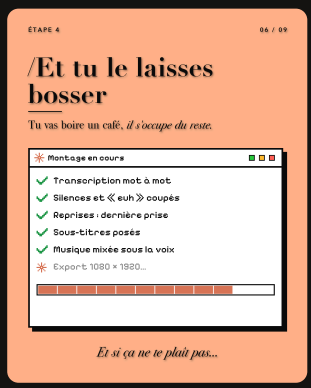
RESSOURCE GRATUITE · BINA INTERACTIVE

Monte tes reels avec Claude, sans logiciel de montage

La méthode en 5 étapes qu'on utilise chez Bina pour monter nos vidéos face caméra : de dossier de rushs à reel prêt à poster, en parlant à Claude Code.









AVANT DE COMMENCER

Ce qu'il te faut

Pas de Premiere, pas de CapCut, pas de monteur. Un abonnement Claude et dix minutes d'installation.

1. Un abonnement Claude

Le forfait Pro suffit pour démarrer. Claude Code est inclus dans l'abonnement : c'est la version de Claude qui travaille directement dans les dossiers de ton ordinateur et qui peut lancer des outils pour toi.

2. Claude Code installé

Ouvre le Terminal (sur Mac : `Cmd + Espace`, tape « Terminal ») et colle cette ligne :

```
curl -fsSL https://claude.ai/install.sh | bash
```

Puis tape `claude` et connecte-toi avec ton compte. C'est tout.

3. Les outils de montage… que Claude installe pour toi

Claude ne « voit » pas ta vidéo comme toi : il s'appuie sur deux outils gratuits qui tournent sur ton ordinateur.

- **FFmpeg** : coupe, assemble, mixe le son, incruste les sous-titres, exporte.
- **Whisper** : transcrit ta voix mot à mot, avec le moment exact de chaque mot. C'est ce qui lui permet de savoir où couper.

> **Astuce.** Pas besoin de savoir les installer : lance `claude` et écris « Installe FFmpeg et Whisper pour que tu puisses monter mes vidéos ». Il te demande l'autorisation avant chaque commande, tu valides.

Le principe en une phrase

Claude transcrit ta vidéo, repère les silences, les « euh » et les reprises, coupe tout ça avec FFmpeg, ajoute sous-titres et musique, et te rend un fichier. Toi, tu donnes les règles et tu valides.

1

ÉTAPE 1

Tu écris ton guide de montage

C'est l'étape qui fait toute la différence. Tes règles, écrites une fois pour toutes, dans un fichier appelé `CLAUDE.md` à la racine de ton dossier. Claude Code lit ce fichier automatiquement à chaque fois que tu le lances dans ce dossier : plus besoin de te répéter.

Voici le nôtre, à copier puis adapter :

```
# Guide de montage de mes reels

## Format
- Vertical 9:16, 1080 × 1920, 25 images par seconde.

## Le cut
- Silences entre les phrases ramenés à 0,15 s.
- Zéro « euh », zéro hésitation.
- Quand je reprends une phrase, garder seulement la DERNIÈRE prise.
- Pas de silence au tout début : la vidéo démarre sur ma voix.
- Aucune micro-coupe de moins de 0,15 s.

## Sous-titres
- Deux lignes maximum, en bas, dans la zone visible sur Instagram.
- Jamais coupés au milieu d'une phrase : couper aux points, puis aux virgules.
- Relire chaque ligne avant l'export (noms propres, chiffres).

## Son
- Voix autour de -16 LUFS.
- Musique de fond environ 17 dB sous la voix, qui baisse quand je parle.
- Fondu sur tout changement de son, jamais de coupure sèche.
- Encoder l'audio une seule fois, à la toute fin.

## Méthode
- Me montrer un premier cut SANS habillage avant d'ajouter quoi que ce soit.
- Chaque fois que je corrige quelque chose, ajouter la règle ici.
```

> **Pas d'idée de règles ?** Mets dans le dossier une vidéo dont tu adores le style et demande : « Analyse cette vidéo (rythme, sous-titres, musique, zooms) et écris-en un guide de montage dans CLAUDE.md ».

2

ÉTAPE 2

Tu rassembles tes rushs

Un dossier par vidéo, sur ton bureau. Tu y mets tout ce que tu veux voir dans ton reel :

```
Mes-rushs/
├── CLAUDE.md          ← ton guide (étape 1)
├── rush.mov           ← ta vidéo face caméra
├── micro.wav          ← le son de ton micro-cravate, si tu en as un
├── musique.mp3
├── logo.png
└── broll/             ← images et plans d'illustration
```

Bon à savoir. Si tu as enregistré le son avec un micro séparé, donne les deux fichiers : Claude cale le son du micro sur la vidéo tout seul, en comparant les deux pistes. Le son du micro est toujours meilleur que celui du téléphone.

3

ÉTAPE 3

Tu lances Claude Code dans le dossier

Dans le Terminal, place-toi dans le dossier puis lance Claude :

```
cd ~/Desktop/Mes-rushs
claude
```

Ensuite, un seul prompt :

```
> Monte ce reel en suivant CLAUDE.md. Commence par me montrer
  le premier cut sans habillage, puis ajoute les sous-titres,
  la musique et le logo à la fin. Export en 9:16.
```

4

ÉTAPE 4

Et tu le laisses bosser

Il te demande l'autorisation avant de lancer chaque outil : tu peux suivre ce qu'il fait, ou répondre « oui, et ne plus demander » pour cette commande et aller boire un café. Dans l'ordre, il va :

1. transcrire ta voix mot à mot avec Whisper ;
2. repérer les silences, les « euh » et les phrases reprises ;
3. couper avec FFmpeg et te rendre le premier cut ;
4. après ton accord, poser les sous-titres, mixer la musique sous ta voix, ajouter le logo ;
5. exporter `reel-final.mp4` dans le dossier.

Sur notre reel « Monter avec l'IA », 3 min 44 de rush sont devenues un reel de 1 min 29.

5

ÉTAPE 5

Tu lui demandes de modifier

Tu regardes, et tu parles comme à un monteur. Il corrige ce qui ne va pas, sans tout refaire :

```
> Plus serré sur les silences.
> À 0:42 j'ai dit deux fois « cette vidéo », garde la dernière.
> Les sous-titres cachent mon menton, remonte-les un peu.
> Baisse la musique, on m'entend mal sur la fin.
```

> **Le réflexe qui change tout.** Termine chaque correction par : « Ajoute cette règle à CLAUDE.md ». Ton guide s'enrichit à chaque vidéo, et le cut suivant sort meilleur du premier coup.

CE QU'ON A APPRIS EN MONTANT NOS VIDÉOS

Les 5 pièges à éviter

1. Croire la transcription sur parole

Quand tu répètes un mot juste après l'avoir dit, Whisper fusionne parfois les deux. Regarde toujours le premier cut avant l'habillage, et signale les doublons.

2. Les pauses qui ne se voient pas

Une respiration longue au milieu d'une phrase peut passer pour de la parole. Si le rythme te semble mou à un endroit précis, donne le minutage : « à 0:14 il reste une pause ».

3. Habiller trop tôt

Sous-titres, zooms et musique se calent sur le cut. Si le cut change après, tout se décale. Valide d'abord le cut, habille ensuite.

4. Abîmer la voix

Chaque réexport en MP3 ou AAC dégrade un peu le son. Demande que l'audio reste en qualité maximale pendant le travail et ne soit compressé qu'une fois, à l'export final.

5. Couper les sous-titres n'importe où

Un sous-titre qui coupe une phrase en plein milieu se lit mal. La règle « points d'abord, virgules ensuite, deux lignes autorisées » règle le problème.

> **Résultat :** 0 logiciel de montage, 0 monteur. Juste ton abonnement Claude, et un guide qui devient meilleur à chaque vidéo.

POUR ALLER PLUS LOIN

L’IA vient d’ouvrir un nouveau métier

Webinaire gratuit, dimanche 15 novembre à 20 h (heure de Paris), 1 h 30 sur Zoom. On te montre comment produire seul des vidéos de niveau pro avec l’IA, et comment les vendre à des marques et des commerces.

Réserver ma place : bina-interactive.com/webinaire-ia

Et toutes nos ressources gratuites au même endroit, rubrique « Ressources ».