



**ABNEHMEN MIT LOW CARB & SUPERFOOD  
FIT FOR FUN SONDERHEFT 2019**

# IDEE/KONZEPT

## SONDERHEFT FOOD: LOW CARB MIT SUPERFOOD



Cover vom Januar Heft 2018



**ERNÄHRUNG** – besonders die bewusste, gesunde und kalorienarme Ernährung ist für viele ein wichtiger Bestandteil in ihrem Leben.

Gerade zum Jahresstart ist das Thema „Abnehmen“ am stärksten gefragt und die Motivation besonders hoch die Ernährung umzustellen.

Im Einzelverkauf waren in 2017 und 2018 die Sonderhefte „FIT FOR FUN Low Carb“ und „FIT FOR FUN Low Carb & Low Fat“ große Erfolge. Daran knüpft FIT FOR FUN auch 2019 wieder an.

Im großen FIT FOR FUN Sonderheft dreht sich auf 100 Seiten alles um das Thema Abnehmen mit Low Carb – angereichert mit dem aktuellen Supertrend Superfoods.



# INHALTE SONDERHEFT LOW CARB MIT SUPERFOOD



Beispielseiten aus dem Januar Heft 2018

Neben einem Theorieteil zum Einstieg sind folgende Themen vorgesehen:

- 90 Rezepte Low Carb mit Superfoods
- Warum zu viele Kohlenhydrate dick machen
- NEU: Wie Superfoods beim Abnehmen helfen
- Erklärung Grundnährstoffe und welche Rolle sie bei Abnehmen spielen
- Rezepte unterteilt in mehrere Kapitel mit Tipps und Tricks z.B. Frühstück, Smoothies, warme Hauptgerichte, kalte Hauptgerichte, Snacks usw.
- Alle Rezepte auf einen Blick (z.B. alphabetisch)

# SONDERHEFT FOOD: LOW CARB MIT SUPERFOOD TERMINE, ECKDATEN UND FAKTEN



Cover Low-Carb-Sonderheft aus 2017

Erscheinungstermin:	02.01.2019
Anzeigenschluss:	29.11.2018
Druckvorlagen:	04.12.2018
Vertrieb:	50.000 Exemplare am Kiosk
Umfang:	96 Seiten Inhalt, 4 Seiten Umschlag
Heftformat:	213 mm x 277 mm
Konditionen <sup>1</sup> :	
1/1 Seite:	7.700 € Brutto
1/2 Seite:	4.600 € Brutto

<sup>1</sup> Die aufgeführten Preise gelten nur für das Sonderheft. JV-fähig und rabattbildend. Alle Preise verstehen sich zzgl. gültiger MwSt.

# HABEN WIR IHR INTERESSE GEWECKT?

**Sprechen Sie uns gerne an!**

**Richard Kraus**

Senior Brand Manager  
FIT FOR FUN

T +49. (0) 40 41 31 1219  
richard.kraus@burda.com

**Nicole Meisner**

Senior Brand Manager  
FIT FOR FUN

T +49. (0) 40 41 31 1257  
nicole.meisner@burda.com

**Christine Montag**

Brand Manager Digital  
FIT FOR FUN

T +49. (0) 40 41 31 1386  
christine.montag@burda.com