

# Ratecard 2026

## Iss dich GESUND

05  
A 6,95 € | L 7,00 € | CH 11,40 Sfr. 5,95 €

DR. MATTHIAS RIEDLS

# Iss dich GESUND

Das Magazin vom  
Ernährungs-Doc und TV-Arzt  
Dr. Matthias Riedl

**BESSER LEBEN MIT GENUSS**

**Omega-3**  
So wichtig für Herz,  
Hirn und Psyche! Aber  
die meisten sind  
unterversorgt

**Geniale Tricks**  
Kaum Aufwand, große Wirkung:  
Die effektivsten Tipps von Dr. Riedl

**Fettleber heilen**  
Komplette Regeneration  
ganz ohne Medikamente

**Rückwärts altern**  
Acht Bausteine senken das  
biologische Alter dramatisch

## Heißhunger clever ausbremsen

Die wahren Gründe für Ess-Attacken. Warum sie  
so gefährlich sind und wie man sie verhindern kann

UNTERSTÜTZT VON:  
Gesund für Leben Lebensqualität - Gesund für Programm - Ernährung

## Verlagsangaben

### Verlag

Klambt-Verlag GmbH & Co. KG  
Rotweg 8  
76532 Baden-Baden

### Geschäftsführung BCN

Susanne Müller  
susanne.mueller@bcn.group  
Carsten Sander  
carsten.sander@bcn.group  
BCN Brand Community Network GmbH  
Arabellastraße 23  
81925 München

### Ihre BCN Sales Ansprechpartner

erreichen Sie unter:  
sales.anfragen@bcn.group oder  
[bcn.group/ansprechpartner](https://bcn.group/ansprechpartner)

### Print Management/Placement

Heike Schmiedeke  
BCN Brand Community Network GmbH  
Großer Burstah 18-32  
20457 Hamburg  
Tel. +49 40 4131 1365  
heike.schmiedeke@bcn.group

### Ad Management/Order Management

BCN Brand Community Network GmbH  
Hubert-Burda-Platz 1  
77652 Offenburg  
+49 781 84 3756  
orders@bcn.group

### Erscheinungsweise, Erstverkaufstag

Freitag, 6 x p.a.

### Erscheinungsort

PZN 509039, Speyer

## Allgemeine Angaben

### Bankkonten

Commerzbank AG  
IBAN: DE54 6808 0030 0723 4120 00  
BIC: DRES DEFF 680

UniCredit Bank AG  
IBAN: DE19 7002 0270 0015 0249 05  
BIC: HYVEDEMMXXX

### Zahlungsbedingungen

Die Zahlungsbedingungen entnehmen Sie den AGBs.

### Allgemeine Geschäftsbedingungen

Alle Anzeigenaufträge werden ausschließlich gemäß den Allgemeinen Geschäftsbedingungen ausgeführt. Diese sind beim BCN direkt zu beziehen oder können im Internet eingesehen werden:

<https://bcn.group/agb>

### Technische Angaben

Die aktuellen und verbindlichen technischen Angaben finden Sie, auch zum Download als PDF, unter:

<https://www.duon-portal.de/>

### Allgemeiner rechtlicher Hinweis

Die in den Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Verlage angegebenen Ansprüche auf Gewährleistung setzen die Einhaltung der im DUON-Portal angegebenen zertifizierten technischen Anforderungen und Standards sowie der Anlieferung über das DUON-Portal voraus.

Dies gilt auch bei einer Datenlieferung ohne Proof.

### Anlieferung Druckunterlagen

Bitte liefern Sie alle Druckunterlagen digital an über [duon-portal.de](https://duon-portal.de). Support erhalten Sie unter: [support@duon-portal.de](mailto:support@duon-portal.de) oder T +49 40 3741 1750.

### Anzeigenbuchung Online

Die aktuellen und verbindlichen technischen Anzeigenbuchungen können auch über das OnlineBuchungs-System (OBS) übermittelt werden:

<https://www.obs-portal.de/>

## Preise & Formate

Format	Platzierung	Anschnitt (A)/ Satzspiegel (S)	Preis	Zusatz
2/1 Seite	Standard	420x280 (A)	31.500 €	-
1/1 Seite	Standard	210x280 (A)	15.750 €	-
2/3 Seite hoch	Standard	138x280 (A)	13.100 €	-
1/2 Seite hoch	Standard	104x280 (A)	10.700 €	-
1/2 Seite quer	Standard	210x139 (A)	10.700 €	-
1/3 Seite hoch	Standard	69x280 (A)	9.600 €	-
1/3 Seite quer	Standard	210x92 (A)	9.600 €	-
1/4 Seite hoch	Standard	52x280 (A)	8.500 €	-
1/4 Seite quer	Standard	210x70 (A)	8.500 €	-
1/1 Seite	2. Umschlagseite	210x280 (A)	17.500 €	-
1/1 Seite	4. Umschlagseite	210x280 (A)	17.500 €	-

### Satzspiegelformate:

Auf Anfrage

### Native Ads:

Formate und Preise für redaktionell gestaltete Advertorials (Print) auf Anfrage. Weitere Infos siehe: <https://bcn.group/kanaele/print/advertorials>

### Konsequente Anzeigen:

Zuschlag bei zwei und mehr aufeinanderfolgenden seitenantelligen Anzeigen: 5%

### Festplatzierung:

Vereinbarte Festplatzierungen (z.B. Platzierung als erster einer Branche, Warengruppe, etc.) berechtigen den Verlag zu einer Berechnung eines Platzierungszuschlages.

## AdSpecials

Format	Umfang	Platzierung	Preis	Zusatz
Beihefter	bis 4 Seiten	Auflage exkl. Abo	102 €	-
Beihefter	bis 4 Seiten	Abo-Auflage	137 €	-
Beihefter	bis 8 Seiten	Auflage exkl. Abo	107 €	-
Beihefter	bis 8 Seiten	Abo-Auflage	162 €	-
Beihefter	bis 12 Seiten	Auflage exkl. Abo	112 €	-
Beihefter	bis 12 Seiten	Abo-Auflage	187 €	-
Beikleber Booklet	bis 20 g	Auflage exkl. Abo	107 €	-
Beikleber Booklet	bis 20 g	Abo-Auflage	152 €	-
Beikleber Postkarte	bis 5 g	Auflage exkl. Abo	57 €	-
Beikleber Postkarte	bis 5 g	Abo-Auflage	82 €	-
Beikleber Warenprobe	bis 20 g	Auflage exkl. Abo	129 €	-
Beikleber Warenprobe	bis 20 g	Abo-Auflage	167 €	-
Beilage	bis 20 g	Auflage exkl. Abo	117 €	-
Beilage	bis 20 g	Abo-Auflage	154 €	-
Beilage	bis 30 g	Auflage exkl. Abo	122 €	-
Beilage	bis 30 g	Abo-Auflage	164 €	-
Beilage	bis 40 g	Auflage exkl. Abo	127 €	-
Beilage	bis 40 g	Abo-Auflage	184 €	-
Beilage	bis 50 g	Auflage exkl. Abo	132 €	-
Beilage	bis 50 g	Abo-Auflage	204 €	-

### AdSpecial Mindestbelegung:

50.000 Exemplare

Weitere AdSpecials sind auf Anfrage möglich.

Die Preise gelten für die Belegung der Mindestauflage. Der Verlag behält sich bei Belegungen unter der Inlandsauflage ein Schieberecht vor.

Kleinere Belegungseinheiten z.B. nach Nielsegebieten oder Bundesländern sind ohne Zuschlag möglich, solange die Mindestauflage erreicht wird.

Die Auflage "exklusive Abo" setzt sich aus den Druckauflagen für die Vertriebsparten Einzelverkauf, Lesezirkel, Bordexemplare und Sonstiges ohne E-Paper zusammen.

Alle tariflichen AdSpecials sind rabattbildend und rabattfähig.

### AdSpecial Zusätze:

Berechnungsgrundlage:

Ist die bei der Auftragsbestätigung vorliegende Planauflage bzw. IVW Quartalsmeldung, jeweils exklusive der E-Paper Exemplare.

Anliefermenge:

Druckauflage laut Auftragsbestätigung zzgl. 2% Zuschuss. Um kurzfristig auf Auflagenschwankungen reagieren zu können, empfiehlt sich vor Drucklegung eine nochmalige Rücksprache mit Print Management/Placement.

Anlieferadresse und

**Termine:**

Entnehmen Sie bitte der jeweiligen Auftragsbestätigung. Eine Wareneingangskontrolle findet in der Druckerei nicht statt.

**Anlieferbedingungen:**

Ad Specials müssen gemäß den Richtlinien des Bundesverbandes für Druck und Medien angeliefert werden sowie eindeutig für Objekt und Ausgabe gekennzeichnet sein. Die Anlieferung muss frei Haus Verarbeitungsort erfolgen.

**Auftrags- und Rücktrittstermine:**

Siehe „Termine“; aus Verfügbarkeitsgründen ist eine möglichst frühzeitige Reservierung zu empfehlen.

**Vorbehalt:**

Bei eventuell auftretenden Verarbeitungsschwierigkeiten hat die Fertigstellung der Auflage Vorrang gegenüber der Verarbeitung von Sonderinsertionen.

**AdSpecial Portal:**

Verbindliche technische Angaben zu Ad Specials sowie Informationen zu Terminen, Mustern und Anlieferung stehen für die teilnehmenden Objekte unter [adspecial-portal.de](http://adspecial-portal.de) zum Download bereit.

**Beikleber:**

Basis ist eine 1/1 Trägeranzeige.

**Postzusatzentgelte:**

Diese fallen an bei Warenproben und Gegenständen ab 2,5 mm Dicke. Für überformatige Umsetzungen greift der Tarif CoverPlus der Deutschen Post.

**Muster:**

Muster müssen zum Sonder-Anzeigenschluss bzw. bis spätestens 6 Wochen vor EVT vorliegen. Für Warenproben 50 Muster, für alle weiteren mindestens fünf. Anzuliefern an: BCN Brand Community Network GmbH, Print Management, Hubert-Burda-Platz 1, D-77652 Offenburg

# Termine

Ausgabe	Jahr	EVT	AS*	DU**	Sonder-AS***	Topic
2	2026	9.1.2026	28.11.2025	5.12.2025	7.11.2025	-
3	2026	6.3.2026	23.1.2026	30.1.2026	2.1.2026	-
4	2026	30.4.2026	20.3.2026	27.3.2026	27.2.2026	-
5	2026	3.7.2026	22.5.2026	29.5.2026	30.4.2026	-
6	2026	4.9.2026	24.7.2026	31.7.2026	3.7.2026	-
1	2027	6.11.2026	25.9.2026	2.10.2026	4.9.2026	-

\*Anzeigenschluss & Rücktrittstermin

\*\*Anlieferungstermin für Druckunterlagen

\*\*\*Anzeigenschluss & Rücktrittstermin für AdSpecials, Sonderformate, Sonderplatzierungen, Advertorials