

Technische Daten fitness MANAGEMENT

Termine fMi:

fMi	Erscheinungstermin	Anlieferung Beilagen	Druckunterlagenschluss	Redaktionsschluss	Schwerpunktthema
01/26 Feb./Mrz.	30.01.2026	14.01.2026	10.12.2025	03.12.2025	„Performance is Health“ – Chancen von leistungsorientierten Gesundheitsangeboten
02/26 Apr./Mai FIBO-AUSGABE	03.04.2026	18.03.2026	04.03.2026	18.02.2026	Die Eckdaten 2026 – Status quo und Perspektiven
03/26 Jun./Jul.	05.06.2026	20.05.2026	06.05.2026	22.04.2026	Die nächste Generation Bodybuilding – Lifestyle, Ästhetik, Gesundheit
04/26 Aug./Sep.	24.07.2026	08.07.2026	24.06.2026	10.06.2026	Fitness als Erlebnis – Die Zukunft der Trainingsfläche
05/26 Okt./Nov.	25.09.2026	09.09.2026	26.08.2026	12.08.2026	Studios als sozialer Raum – Training, Community und Wellbeing
06/26 Dez./Jan.	27.11.2026	11.11.2026	28.10.2026	14.10.2026	Multilevel Coaching – Trainings- und Mitgliederbetreuung der Zukunft?

Bei der Planung der Ausgaben werden die Schwerpunktthemen in den eigenredaktionellen Beiträgen sowie den Fachartikeln priorisiert behandelt. Dauerhaft relevante Themen wie Digitalisierung, EMS, Existenzgründung, Nachhaltigkeit oder Qualifikationen werden daher in allen Ausgaben – unabhängig von dem Schwerpunktthema – behandelt, um die Branche dauerhaft hierüber zu informieren. Der Verlag behält sich eine kurzfristige Änderung der Themen und Termine vor.

Termine mfhc:

mfhc	Erscheinungstermin	Anlieferung Beilagen	Druckunterlagenschluss	Redaktionsschluss	Schwerpunktthema
01/26 Frühjahr	15.05.2026	29.04.2026	15.04.2026	08.04.2026	Medical Fitness neu gedacht – wie Anbieter Gesundheitstrends erfolgreich nutzen
02/26 Herbst	06.11.2026	21.10.2026	07.10.2026	30.09.2026	Vom Patienten zum Mitglied – Customer Journey in der Therapie

Anzeigen: Formate fMi & mfhc

Formate Printartikel	fMi*	mfhc*
Titel	210 x 170 mm	210 x 200 mm
Umschlagsseite 2 (U2)	210 x 297 mm	210 x 297 mm
Umschlagsseite 3 (U3)	210 x 297 mm	210 x 297 mm
Umschlagsseite 4 (U4)	210 x 297 mm	210 x 297 mm
Anzeige 2/1 Seite	420 x 297 mm	420 x 297 mm
Anzeige 1/1 Seite	210 x 297 mm	210 x 297 mm
Anzeige 1/2 Seite hoch	105 x 297 mm	105 x 297 mm
Anzeige 1/2 Seite quer	210 x 150 mm	210 x 150 mm
Anzeige 1/3 Seite hoch	70 x 297 mm	70 x 297 mm
Anzeige 1/3 Seite quer	210 x 100 mm	210 x 100 mm
Kleinanzeige	87,5 x 81 mm	72,5 mm x 80 mm

Alle Formate zzgl. 3 mm Beschnitt auf allen Seiten (z. B. 210 mm x 297 mm = 216 mm x 303 mm)

Beilagen: Formate fMi

Beilage	Format
Studios (ca. 10.000)	
Bis 30g	geschlossen max. 210 x 294 mm
Bis 50g	geschlossen max. 210 x 294 mm
Gesamtauflage	
Bis 30g	geschlossen max. 210 x 294 mm
Bis 50g	geschlossen max. 210 x 294 mm

Beilagen: Formate mfhc

Beilage	Format
Gesamtauflage	
Bis 30g	geschlossen max. 210 x 294 mm
Bis 50g	geschlossen max. 210 x 294 mm

Heftformat: 210 x 297 mm (Breite x Höhe) plus 3 mm Beschnitt an allen Seiten.
Bundausgleich max. 3 mm

Druck- und Bindeverfahren

Bogenoffset, Klebebindung

Dokumentformate

Verarbeitet werden können offene Dateien: InDesign, Illustrator sowie Photoshop-Dateien (CC 2025 und neuer) in den Formaten TIF, EPS und JPEG. Office-Dokumente nur für die Textbausteine.

PDF-Dateien

Die Datenanlieferung erfolgt vorzugsweise im PDF/X-4-Format. Schriften müssen eingebettet oder in Zeichenwege umgewandelt sein.

Offene Daten

Bei offenen Dateien müssen alle verwendeten Schriften, Grafiken und Bilder als separate Dateien mitgeliefert werden. Bitte verwende keine TrueType-Schriften. Sende nur Bilder, Logos und Schriften etc., die tatsächlich verwendet werden sollen.

Layout

Dokumente müssen im Endformat angelegt sein. (Bitte beachte die Formatvorgaben.) Bei bis an den Rand des Dokumentes platzierten Motiven, ist eine Beschnittzugabe von 3 mm an allen Rändern zu berücksichtigen. Texte und wichtige Informationen wie Logos und Kontaktdaten, die nicht angeschnitten werden dürfen, müssen mindestens 5 mm vom Rand des Endformates gesetzt sein. Schwarzer Text ist in 100 % Schwarz anzulegen.

Bilder und Logos

Bilder sind in den Formaten TIF oder JPG zu liefern. Sie sollten in CMYK mit 300 dpi angelegt sein. Die Auflösung für Strichzeichnungen beträgt 1.200 dpi, bei Graustufenbildern 300 dpi. Farbprofile sollten weder angehängt noch eingebettet werden. Logos sind als Vektor-Datei (AI oder EPS) zu liefern.

Koordination Beilagendruck

Gern koordinieren wir den Druck deiner Beilagen über unser Druckhaus. Für den Beilagendruck werden dir lediglich die Selbstkosten in Rechnung gestellt, für die Koordination durch uns entstehen keine zusätzlichen Kosten. Mit diesem Angebot

nehmen wir dir den Zeitaufwand ab, sichern die Qualität deiner Beilage und gewährleisten einen reibungsfreien Prozess bei der Durchführung deiner Werbemaßnahmen. Sprich uns einfach an.

Anlieferung Beilagen

Beilagen können nur im geschlossenen Format (gefalzt) verwendet werden können. Ungefalzt angelieferte Beilagen werden durch unseren Dienstleister gefalzt. Die Kosten hierfür werden gesondert in Rechnung gestellt. Aufgrund der Vielzahl an Anlieferungen bitten wir, uns bis zum Druckunterlagenschluss die Druckdatei der Beilage (reduzierte Auflösung) und die anliefernde Firma mit Trackingnummer (sobald vorhanden) zuzuschicken.

Die Anlieferung erfolgt an:

Güll GmbH

Produktion/Beilage [Name der Ausgabe]

Heuriedweg 19 | D-88131 Lindau am Bodensee

Veröffentlichung Bild-/Videomaterial

Bitte sende uns für jede eingereichte Datei eine Foto-/Bild-/Videoquelle und überprüfe diese zuvor auf die erforderlichen Lizenzen/Nutzungsrechte gem. unserer [AGB](#). Wenn wir binnen 48 Stunden nach Veröffentlichung keine anderslautende Nachricht erhalten, gehen wir von einer berechtigten Nutzung durch unseren Verlag aus. Mitteilungen ohne Bild können nicht veröffentlicht werden.

Online Advertorial

Unsere Online-Redaktion unterstützt dich, um eine optimale Darstellung der Meldung zu erzielen. Bitte sende deinen Text (ca. 2.500 Zeichen inkl. Leerzeichen), eine Internetseite zur Verlinkung sowie Bildmaterial (JPG oder PNG; 1.200 x 630 px, min. 300 dpi) inkl. Quelle per E-Mail an: presse@fitnessmanagement.de. Für die Bearbeitung ist mit einer Vorlaufzeit von einer Woche (fünf Werktagen) zum gewünschten Veröffentlichungstermin zu rechnen. Pressemeldungen können ebenfalls als Online-Advertorial veröffentlicht werden.

Artikelbanner

Dein Artikelbanner wird in Online-Meldungen eingebettet und unterhalb der Artikel/News auf der fM-Website in Rotation ausgeliefert. Schicke uns hierfür eine Internetseite zur Verlinkung sowie ein Bannermotiv (1.200 x 100px, 300 dpi Auflösung) inkl. Quelle an: presse@fitnessmanagement.de. Ein Motivwechsel ist nach Absprache möglich.

Beitrag im Newsletter

Der [Newsletter fM INSIDE](#) wird wöchentlich am Dienstag verschickt. Sende uns deine Neuigkeiten in Kurzform (max. 150 Zeichen inkl. Leerzeichen und Überschrift), eine Internetseite zur Verlinkung sowie ein Bild (JPG oder PNG; 1.200 x 630 px, 300 dpi,

Querformat) inkl. Quelle an: presse@fitnessmanagement.de. Der Zeitpunkt des Eingangs aller Unterlagen bestimmt den Veröffentlichungszeitpunkt.

Banner im Newsletter

Anstelle eines Beitrages kann im Newsletter auch ein Banner (JPG oder PNG; 1.200 x 120 px, 300 dpi, Querformat) inkl. Internetseite genutzt werden. Sende die Inhalte an: presse@fitnessmanagement.de. Der Zeitpunkt des Eingangs aller Unterlagen bestimmt den Veröffentlichungszeitpunkt.

Eintrag im Einkaufsregister

Das Einkaufsregister ist die Online-Plattform, die den Betreibern der Fitness- und Gesundheitsbranche eine Übersicht zu Herstellern und Dienstleistern sortiert nach verschiedenen Produktkategorien gibt.

Bitte sende deinen Text (ca. 250 Zeichen inkl. Leerzeichen), Kontaktdaten (Adresse, E-Mail, Telefon, ggf. Ansprechperson), eine Internetseite zur Verlinkung sowie das Firmenlogo (Vektordatei) per E-Mail an: kleemann@fitnessmanagement.de. Ein Tausch der Daten ist nach Absprache möglich.

Topbanner

Dein Topbanner ist auf der Startseite platziert und wird auf dieser Seite nur in der Desktop- und Tabletgröße angezeigt. Topbanner werden in Rotation ausgeliefert; pro Quartal max. 3 Schaltungen. Schicke uns hierfür eine Internetseite zur Verlinkung sowie ein Bannermotiv (1.200 x 120 px, 300 dpi Auflösung) im Dateiformat JPG, PNG oder GIF inkl. Quelle an: presse@fitnessmanagement.de. Ein Motivwechsel ist nach Absprache möglich.

Einspieler im Podcast

Der Einspieler wird als Audio und Videodatei im Podcast [Fitness im Ohr](#) zu Beginn einer Folge ausgespielt. Ein Einspieler umfasst eine Länge von 15 Sekunden und kann im Dateiformat .mp4 oder .mov im Verhältnis 16:9 angeliefert werden. Die genauen technischen Vorgaben werden bei Buchung mitgeteilt. Die Daten können an reuter@fitnessmanagement.de geschickt werden. Der Veröffentlichungszeitraum wird nach Rücksprache mitgeteilt.