

Remind

Longevity Különszám kiajánló

“Mi még hiszünk az offline termékekben. Úgy gondoljuk, hogy az offline az új luxus, amikor megengedhetünk magunknak egy kis lelassulást.”



SPECIAL **Remind** EDITION

longevity

A Remind Magazin Longevity különszámát azért hoztuk létre, hogy **iránytűként szolgáljon az egészségtudatos életmód kialakításában**, amely nemcsak éveket ad az életünkhöz, hanem életet is ad ezekhez az évekhez.

Longevity különszám

Ebben a különszámban a legfrissebb **tudományos eredményeket, szakértői véleményeket** és **gyakorlati tanácsokat** gyűjtöttük össze, hogy segítsünk eligazodni a hosszú, egészséges élethez vezető úton.

Legyen szó **táplálkozásról, mozgásról, regenerációról, mentális jóllétről** vagy a **modern technológia nyújtotta lehetőségekről**, célunk az, hogy hiteles és közérthető módon adjunk választ azokra a kérdésekre, amelyek valóban számítanak.



Szerző
Németh Mónika

Erősebb test, hosszabb élet?

Mi köze az izomtömegnek a várható életkorhoz? Melyik a fontosabb, az erőedzés vagy a kardió? Hogyan befolyásolja az izomépítés testünk más rendszereit? Milyen konkrét előnyökkel jár a hosszú távú egészség szempontjából? Ilyen és hasonló kérdésekre keressük a választ cikkünkben Lakatos Péter longevity coach, a Kortalanul életmódprogram megalapítója segítségével.

két csoport férfit vizsgáltak egy kísérlet során 12 héten át: az egyik csapatot erejük teljében lévő huszonévesek alkották, a másik pedig olyan tagokból állt, akik már betöltötték a kilencvenet. Mindenkinek ugyanazt az erőedzés-tervet kellett követnie, a gyakorlatokban nem csak a súlyokban volt különbség. Az eredmények pedig azt mutatták, hogy arányában mindkét csoport ugyanakkora mértékben növelte az erejét, ugyanannyi izmot épített. Miért mesélem ezt el? Ebből a példából is jól látszik, hogy az izomépítés nem csupán a fiatalok kiváltsága, rendszeres edzéssel minden életkorban érhetünk el fejlődést – kezdi Lakatos Péter. „Sokan a mozgást egyfajta büntetésnek élik meg, amely például azért jár, mert nagybábitat visszarántak, mint kellene. Akik viszont kicsit progresszívebben gondolkodnak, azért szeretnék akár idősebb korban is izmot építeni, mert a funkcionális izomzat – túl azon, hogy esztétikus – több módon is javítja az életminőséget. Alapvetően járul például hozzá az időskori függetlenséghez.

Kiemelt Rovatok

A longevity
tudomány
története



Funkcionális
élelmiszerek és
a böjt



Pilates
és ősi
orvoslások



Fényvédelem
és
bőrfiatalítás



Elalvás
és
meditáció



Anyagleadás és megjelenési opciók

Oldalszám: **128 + 4 borítók**

Példányszám: **14,000 db**

Anyagleadás: **2026 április 9.**

Megjelenés: **2026. május 14.**

B/II

B/III

B/IV

1/1 image hirdetés

2/1 image hirdetés

1/1 PR összeállítás

2/1 PR összeállítás



Terjesztés

Aktívan értékesített: 8.000 példány

- Lapker prémium újságos hálózat
- Kiemelt benzinkutak, prémium élelmiszer boltok
- Butlers üzletek
- Openbooks.hu webáruház
- Libri könyvesboltok

Aktívan terjesztett: 6.000 példány

- Prémium 5* és 4* hazai wellness szállodák
- Magánkórházak, rendelők, prémium beauty szalonok



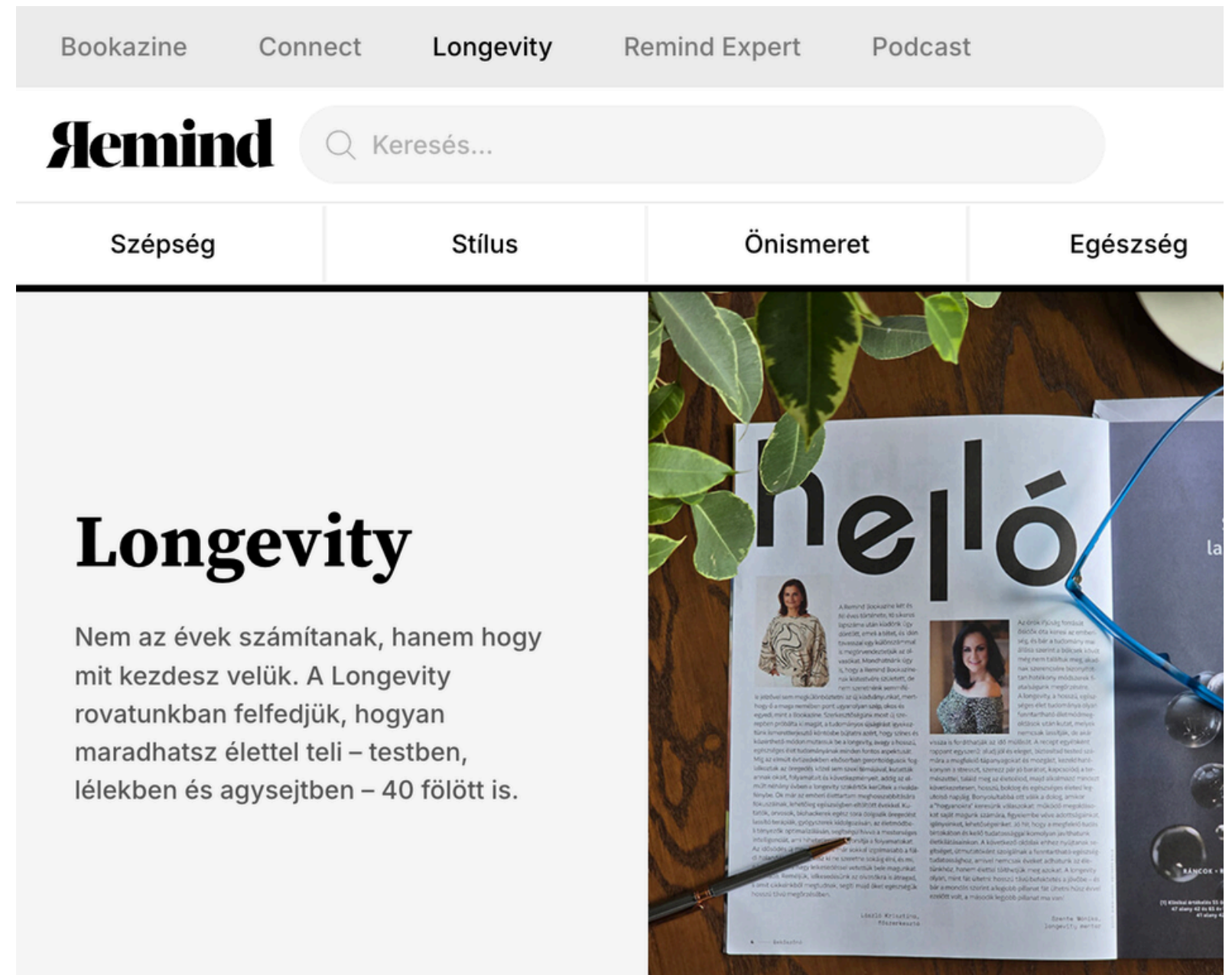
Különszám hirdetési tarifák 2026

LAP	MÉRET	TARIFAÁR HUF	MENNYISÉGI KEDVEZMÉNY %	NET-NET ÁR HUF
Longevity magazin	1/1 image hirdetés	1 890 000	50%	945 000
Longevity magazin	1/1 PR oldal	1 890 000	50%	945 000
Longevity magazin	1/1 PR oldal technikai költség	200 000	50%	100 000
Longevity magazin	2/1 image hirdetés	2 490 000	50%	1 245 000
Longevity magazin	2/1 PR hirdetés	2 490 000	50%	1 245 000
Longevity magazin	2/1 PR oldal technikai költség	300 000	50%	150 000
B II borító	borító	2 990 000	50%	1 495 000
B III borító	borító	2 990 000	50%	1 495 000
B IV borító	borító	3 990 000	50%	1 995 000

Remind.hu

Longevity aloldal

A Longevity aloldal a remind.hu kifejezetten **egészség fókuszú, tematikus melléklete**, amely hosszú élet titkaival, egészségmegőrzéssel foglalkozik. A cikkek középpontjában a **megelőzés**, a **kiegyensúlyozott életmód** és a tudományosan megalapozott longevity-témák állnak.



Longevity aloldal hirdetési helyek

Főoldal:

Nyitó banner:

Desktop: 1200x250px | mobil: 400x350 px

Főoldali rovat banner:

400x600px

Rovat banner:

Desktop: 1200x250px | mobil: 400x350 px

Cikken belül:

Desktop: 1200x250px | mobil: 400x350 px

Alternatív lehetőségek:

Pop-up felugró ablak - 400x350px

Videós banner

Menü banner (desktop nézet)

Online banner

490.000 Ft+ÁFA / hó

Online PR cikk

490.000 Ft+ÁFA / megjelenés

Garantált havi AV 100K, UV
55K visitor



Főoldalon belüli hirdetés

Nyitó banner:

Desktop: 1200x250px

mobil: 400x350 px

Főoldali rovat banner:

400x600px

Rovaton belüli hirdetés

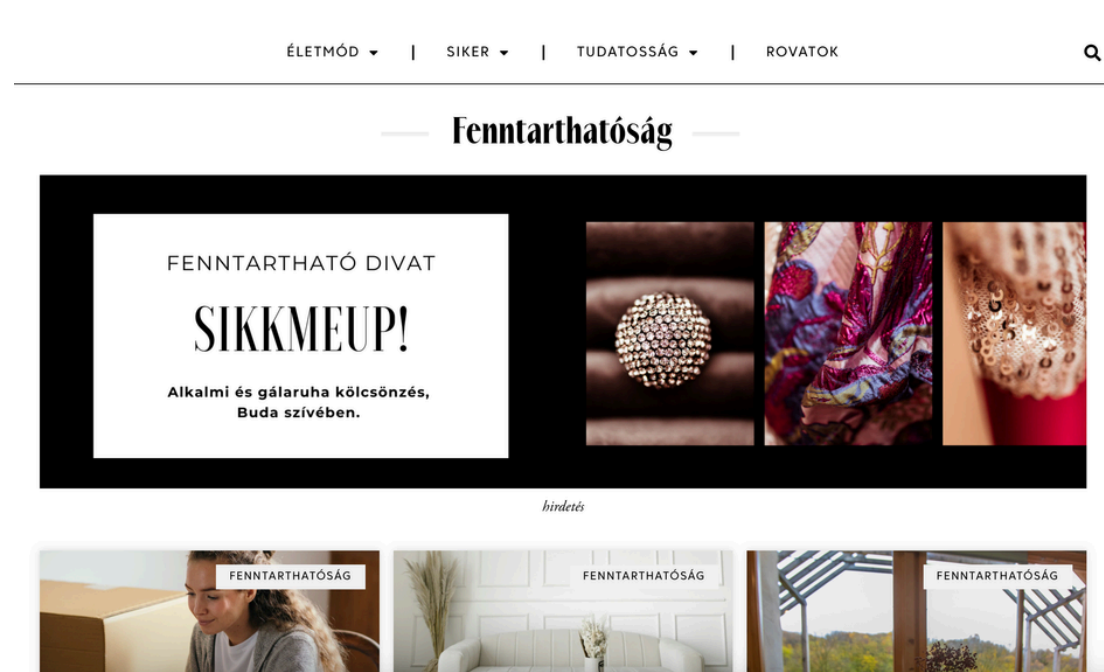
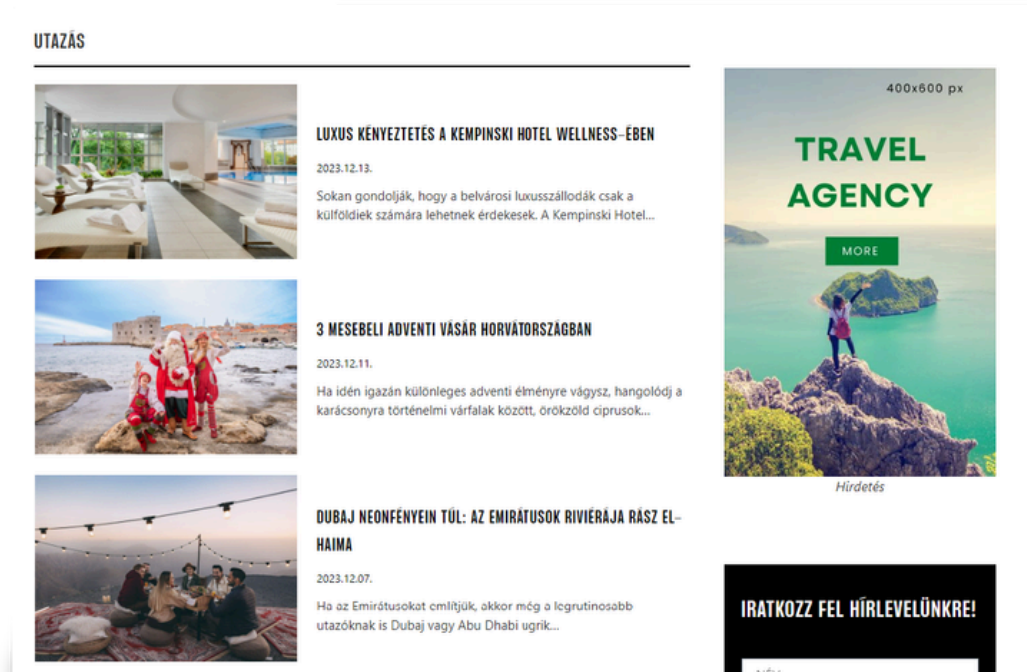
Méret:

Desktop: 1200x250px

mobil: 400x350 px

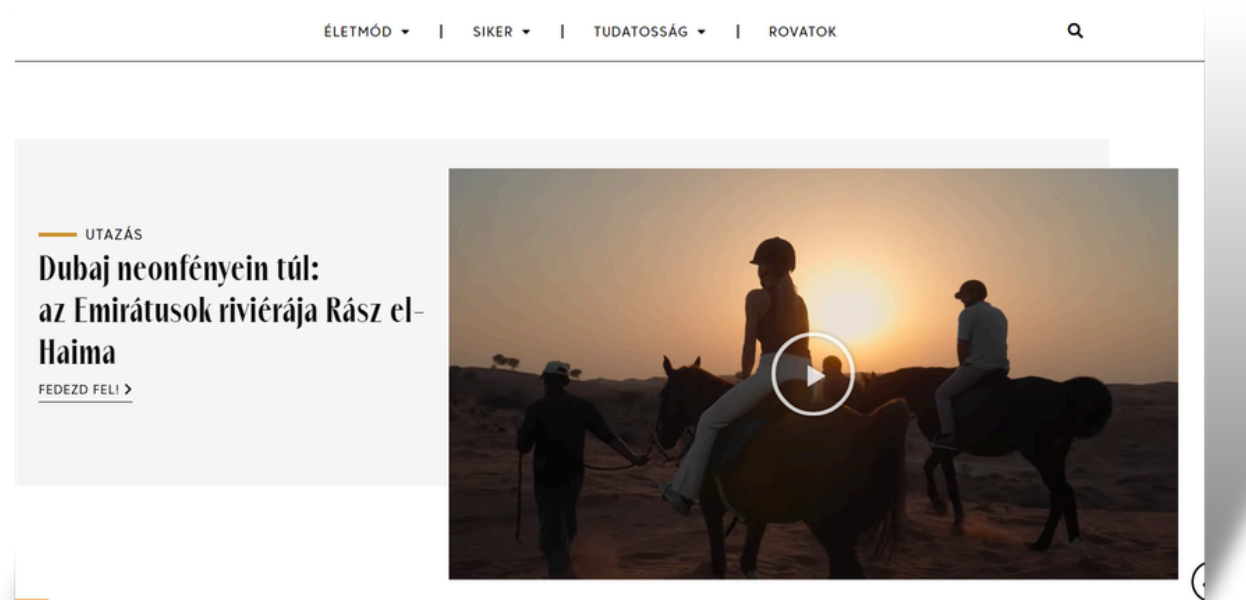
Cikken belüli hirdetés

Méret: 400x350 px



Egyéb megjelenések

Pop-up felugró ablak - 400x350px
Videós banner
Menü banner
(desktop nézet! 200x150px)



Social media támogatás

A Remind a print és online hirdetések felül lehetőséget kínál a social media felületeken történő megjelenésekre.

Facebook / instagram poszt :

490.000 Ft+ÁFA / hó

Garantált AV: 100K



@remindhu

Hírlevél

REMINDER elnevezésű hírlevelünkben minden pénteken összefoglaljuk a hét legolvasottabb tartalmait feliratkozóinknak. Emellett értesülhetnek a legfrissebb bookazine megjelenéséről, aktuális kedvezményekről, ajánlatokról.

5000+ feliratkozó
Tematikus tartalom
Heti rendszeresség

Kiemelt partnereink



ORGANICALS

