

Gesundheit!

DAS MAGAZIN FÜR EINEN GESUNDHEITSBEWUSSTEN
LEBENSSTIL AUS UNSERER REGION



GESUNDHEIT!

Das Journal Gesundheit, einzigartig im Verbreitungsgebiet des SÜDKURIER, bietet allen Unternehmen aus den Bereichen Gesundheit, Prävention, Rehabilitation, Ernährung und Kosmetik die passende Werbeplattform – und das schon seit 2004.

Durch die Beilage im SÜDKURIER erreichen Sie mit Ihrer Anzeige bis zu 228.000 Leser.¹ Zusätzlich verteilen wir 2.100 Exemplare über den Lesezirkel. Als Anzeigenkunde stellen wir Ihnen kostenfreie Belegexemplare zur eigenen Verteilung zur Verfügung.²

IHRE VORTEILE

- **THEMENSTARKE AUFMERKSAMKEIT**
Ihre Marke erscheint im passenden Umfeld und wird in der Komfortzone des Lesers wahrgenommen.
- **MEDIA-MIX FÜR MEHR REICHWEITE**
Zu Ihrer Printanzeige gestalten wir automatisch ein individuelles Online-Werbemittel. Sie liefern uns Ihre Anzeige – um den Rest kümmern wir uns!
- **ERREICHEN SIE DEN LESER AUF DER EMOTIONALEN EBENE**
Was berührt – bleibt im Gedächtnis. Erzählen Sie Ihre Geschichte oder lassen Sie Ihre Produkte und Angebote durch redaktionelles Storytelling in Form einer PR-Anzeige sprechen.

UNSERE REDAKTIONELLEN THEMENBEREICHE

- BEWEGUNG & FITNESS
- KÖRPER & ÄSTHETIK
- (ZAHN-) MEDIZIN
- WISSEN & RATGEBER



ZUSÄTZLICHE SONDERTHEMEN IN JEDER AUSGABE:

- ERNÄHRUNG (März Ausgabe)
- BABYGLÜCK (Juni Ausgabe)
- LEBENSGLÜCK (September-Ausgabe)
- LEBEN MIT BEHINDERUNG (Dezember-Ausgabe)

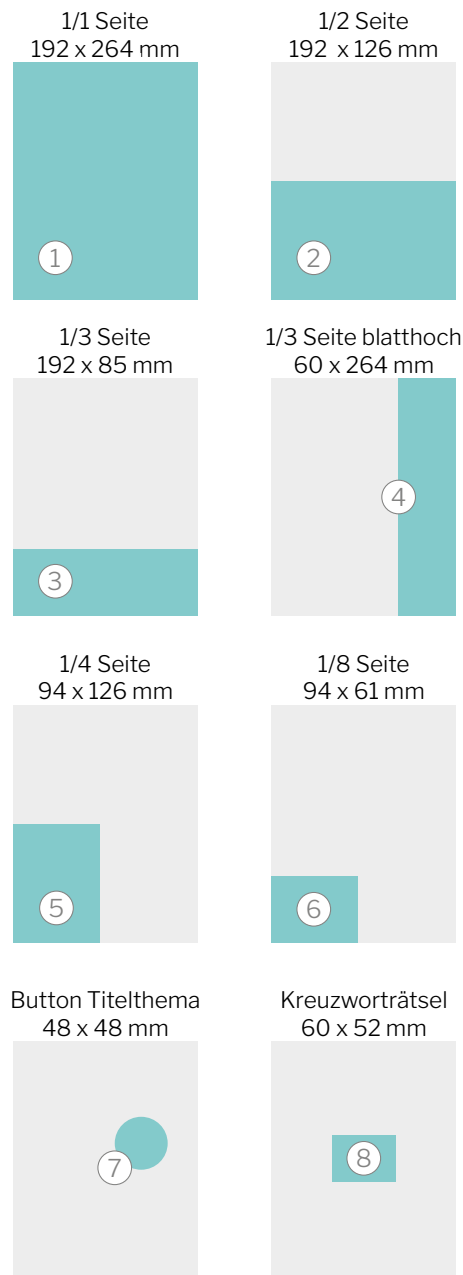


Fußnote 1 Quellen:
ma2025, IVW, II. Quartal 2025, Webtrekk,
ZMG „Zeitungsqualitäten 2025“

Fußnote 2 Bei einer Anzeigenbuchung bis 1/4-Seite werden Ihnen auf Wunsch bis zu 5 Belegexemplaren kostenfrei zugeschickt, bei größeren Anzeigen bis zu 30 Stk.

ANZEIGENFORMATE & PREISÜBERSICHT

	FORMAT	AUSGABE BODENSEE	AUSGABE SCHWARZWALD/ HOCHRHEIN	BEIDE AUSGABEN
①	1/1 Seite Umschlag 192 x 264 mm	2.427 €	2.226 €	4.198 €
①	PR-Umschlagseite* 192 x 264 mm	2.427 €	2.226 €	4.198 €
①	1/1 Seite 192 x 264 mm	2.052 €	1.929 €	3.612 €
①	1/1 Seite mit Anschnitt* 216 x 282 mm	2.052 €	1.929 €	3.612 €
①	1/1 Seite PR* 192 x 264 mm	2.052 €	1.929 €	3.612 €
②	1/2 Seite 192 x 126 mm	1.061 €	999 €	1.869 €
②	1/2 Seite PR* 192 x 126 mm	1.061 €	999 €	1.869 €
③	1/3 Seite 192 x 85 mm	717 €	655 €	1.242 €
③	1/3 Seite PR* 192 x 85 mm	717 €	655 €	1.242 €
④	1/3 Seite, blatthoch 60 x 264 mm	566 €	534 €	987 €
⑤	1/4 Seite 94 x 126 mm	557 €	525 €	974 €
⑥	1/8 Seite 94 x 61 mm	294 €	279 €	520 €
④	Expertentipps 60 x 264 mm	566 €	534 €	987 €
⑦	Button Titelthema 48 x 48 mm	400 €	341 €	655 €
⑧	Kreuzworträtsel 60 x 52 mm	271 €	254 €	457 €



SMART AD

PAKET	SMART AD S	SMART AD M	SMART AD L
ANZEIGENGRÖSSE PRINT	<= 200 mm	201-600 mm	>600 mm
LAUFZEIT/ EINBLENDUNGEN	3 Tage / 3.000 Einblendungen	5 Tage / 7.000 Einblendungen	7 Tage / 10.000 Einblendungen
PREIS	49,00 €	99,00 €	139,00 €

Alle Preise in € zzgl. Mehrwertsteuer und Smart Ad.

Für die Gestaltung und den Satz von Anzeigen sowie das Ändern gelieferter bzw. bereits erschienener Anzeigen wird eine Aufwandspauschale in Höhe von 15,00 € (zzgl. MwSt.) berechnet.

Es gelten die AGB der SK ONE GmbH sowie die AGB der jeweils vermittelten Leistungserbringer, nachzulesen unter www.sk-one.de/agb.

*1/1 PR: 4000 Zeichen inkl. Leerzeichen + Bild, 1/2 PR: 2200 Zeichen inkl. Leerzeichen + Bild, 1/3 PR: 1000-1300 Zeichen inkl. Leerzeichen + Bild

**Bei Anschnitt-Formaten müssen die Druckvorlagen mit 3 mm Beschnittzugabe rundum gestaltet sein.

NEU AB 2026:

Ihre Printanzeige ist nur in Verbindung mit einer Smart Ad buchbar.
Ab 49 € Verlängerung auf suedkurier.de & in der App.

SK ONE

AUSGABEN & VERBREITUNGSGEBIET

AUSGABE 1

Erscheinungstag

Donnerstag, 05.03.2026

Anzeigenschluss

Donnerstag, 29.01.2026

SPEZIAL:
ERNÄHRUNG

AUSGABE 3

Erscheinungstag

Donnerstag, 03.09.2026

Anzeigenschluss

Donnerstag, 30.07.2026

SPEZIAL:
LEBENSGLÜCK

AUSGABE 2

Erscheinungstag

Donnerstag, 11.06.2026

Anzeigenschluss

Donnerstag, 07.05.2026

SPEZIAL:
BABYGLÜCK

AUSGABE 4

Erscheinungstag

Donnerstag, 03.12.2026

Anzeigenschluss

Donnerstag, 29.10.2026

SPEZIAL:
LEBEN MIT BEHINDERUNG

**MEHRERE AUSGABEN
BUCHEN UND SPAREN!**

2 ANZEIGEN – 4 %

3 ANZEIGEN – 6 %

4 ANZEIGEN – 8 %

WIR SIND FÜR SIE DA SK ONE GMBH



Max-Stromeyer-Str. 178
78467 Konstanz
Telefon: +49 (0)7531 999 0
E-Mail: info@sk-one.de
www.sk-one.de/team



VERBREITUNGSGEBIET



LESEPROBE GEFÄLLIG?

Alle Ausgaben finden Sie auf
magazin.suedkurier.de

55.000 Exemplare Region Bodensee

36.000 Exemplare Region Hochrhein/Schwarzwald

Gesamt: 91.000 Exemplare* / 228.000 LeserInnen**

Online: Erreichen Sie 297.649 einzelne NutzerInnen
täglich auf www.suedkurier.de***

*IVW verkaufte Auflagen II/25, Mo-Sa, Rundungsdiff. möglich

**ma 2025 (TZD), Deutschsprachige Bevölkerung ab 14 Jahre, tägliche Leser
pro Ausgabe (LpA), Ø Mo-Sa ***Map Insights Jan-Jun 2025, eigene Berechnung.
Es gelten unsere AGB für Anzeigen und Beilagen, abrufbar
unter www.sk-one.de/agb/

SK ONE