

# natur & heilen

DIE MONATSZEITSCHRIFT FÜR GESUNDES LEBEN

1-2 | DIE ZEITSCHRIFT  
3-4 | AUFLAGE UND LESER  
5-6 | ALLGEMEINE DATEN  
7-8 | FORMATE UND PREISE  
9-10 | BEILAGEN  
11-12 | ONLINE-WERBUNG  
13 | TERMINPLAN

**MEDIADATEN 2022**

*Preisliste Nr. 47 • Gültig ab 01.01.2022*

## DIE ZEITSCHRIFT

*Garantiert: 105.924 Exemplare Monat für Monat verkauft\**

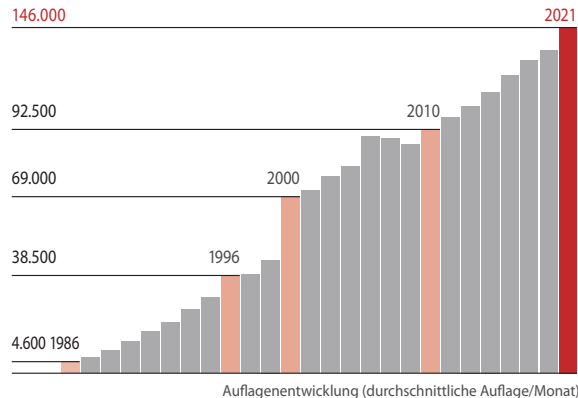
*Die Leser sind einkommensstark, anspruchsvoll, überdurchschnittlich gebildet, NATUR & HEILEN verbunden und zu über 90% Frauen im aktiven Kaufalter*

NATUR & HEILEN hat mit dem redaktionellen Konzept „Gesund Leben und Heilen im Einklang mit der Natur“ eine einzigartige Stellung innerhalb der modernen Zeitschriftenlandschaft. Diese Alleinstellung zeigt sich bereits auf den ersten Blick in ihrem Auftritt: Format und Layout ragen aus der Masse der Wettbewerbstitel heraus – unverwechselbar und richtungweisend. Eine Qualität, die sich in der Qualität ihrer Leserschaft wiederfindet.



**DYNAMISCHES WACHSTUM** Die Monatszeitschrift NATUR & HEILEN verdankt ihren wachsenden Erfolg einem Themenbereich, der kontinuierlich an Bedeutung gewinnt und besonders einkommensstarke Menschen anspricht: Gesundheit durch naturgemäße Lebens- und Heilweisen.

### ÜBERZEUGENDE ZAHLEN



\* 77.297 im Abonnement, 24.977 im Einzelverkauf, 2.986 sonst. Verkauf, 664 Lesezirkel (IVW 3/2021)

**REDAKTIONELLE QUALITÄT** Die Redaktion besteht aus einem Team erfahrener FachjournalistInnen und AutorInnen – in enger Zusammenarbeit mit naturheilkundlich orientierten Ärzten und Heilpraktikern. Sachkompetenz, journalistische Redlichkeit und ein verständlicher Stil sind Qualitätsmerkmale, die die Leserschaft schätzt und an NATUR & HEILEN bindet.

#### **DAS REDAKTIONELLE KONZEPT UMFASST FOLGENDE THEMENSCHWERPUNKTE:**

- ganzheitliche Gesundheitsvorsorge
- alternative Medizin
- naturgemäße Heilmittel und Heilverfahren
- Beratung und Lebenshilfe
- gesunde Ernährung, Kleidung und Wohnung
- biologisches Gärtnern, Ökologie und Naturschutz
- sinnvolle Lebensgestaltung und Spiritualität

#### **DIE ZEITSCHRIFT**

- weist interessierten Laien Wege zu gesundem Leben und natürlichem Heilen.
- bietet Hilfe in allen Bereichen der ganzheitlichen Gesundheitsvorsorge und Behandlung von Erkrankungen.
- beschreibt anschaulich und kompetent Neues und Altbewährtes aus dem Bereich der Naturheilkunde, aufgewertet durch praxisnahe Empfehlungen zur Selbstmedikation und einer gesünderen Lebensgestaltung.
- ist anerkannt als zuverlässiger Ratgeber für den praktischen Alltag, was die enge Leser-Blatt-Bindung unterstreicht.\*)

**DIE PRAKTISCHE NUTZANWENDUNG** für den Leser steht immer im Vordergrund; sie wird durch Buchbesprechungen und Vorstellung von Produkten und Dienstleistungen in der Rubrik „Firmennachrichten“ sowie auf den Anzeigenseiten „Adressen für Ihre Gesundheit“ und „Termine & Treffpunkte“ gezielt erweitert und laufend aktuell gehalten.

\*) 92% geben an, NATUR & HEILEN nicht missen zu wollen

## DIE AUFLAGE

*Redaktionelle Qualität – Hohe Leser-Blatt-Bindung –  
Positives Umfeld für Ihre Werbung!*

**VERBREITUNG** Deutschland, BeNeLux,  
Österreich, Schweiz, Italien, Spanien

**AUFLAGEN** Druckauflage: **146.000 Exemplare**

**Verkaufte Auflage:** **105.924 Exemplare**

**Garantiert verbreitete Auflage:** **107.822 Exemplare**

Abonnements: 77.297 Exemplare

Einzelverkauf: 24.977 Exemplare

Sonstiger Verkauf: 2.986 Exemplare

Freistücke: 1.898 Exemplare

Lesezirkel: 664 Exemplare

**VERTRIEB** Abonnenten, Zeitschriftenhandel, Bahnhofs-  
buchhandel, Naturkostläden, Lesezirkel, Wechselversand  
als Wartezimmerzeitschrift an Heilpraktiker und Ärzte für  
Naturheilverfahren, Vereine für Naturheilkunde



## DIE LESER

*Die Zeitschrift wird gemacht für ...*

- Leser, die an Naturheilkunde und gesundheitsbewusster, naturnaher Lebensweise interessiert sind und sich aktiv gesund erhalten oder ihre Gesundheit wiedererlangen möchten.
- die stetig wachsende Zahl von Menschen, die der Schulmedizin mit gesunder Skepsis gegenübersteht und in einer ganzheitlichen, naturgemäßen Medizin eine sinnvolle Ergänzung oder Alternative sieht.
- Zeitschriftenkäufer, die eine Alternative zu herkömmlichen Wellness-, Frauen- und konventionellen Gesundheits-Zeitschriften suchen.

**Reichweite:**  
**258.700 Leser\***  
**pro Ausgabe!**

*\*Laut Leserumfrage vom September 2013  
wird NATUR & HEILEN im Schnitt von 2,4 Personen gelesen.*

### LESER-STRUKTUR Der typische Leser...

- ist besonders interessiert an
  - Naturheilkunde und sanfter Medizin 87 %
  - Ganzheitlicher Gesundheitsvorsorge 85 %
  - Neuen alternativen Heilverfahren 78 %
  - Gesunder Ernährung 81 %
  - Lebenshilfe 75 %
  - Schönheit und Wohlbefinden 71 %
  - Praktischen Anregungen zur Selbsthilfe 86 %
- ist weiblich: Über 90 % der Käufer von NATUR & HEILEN sind Frauen. Darauf sind auch die Inhalte von NATUR & HEILEN vorwiegend ausgerichtet.
- ist zwischen 35 und 59 Jahre alt, überdurchschnittlich gebildet und einkommensstark
- würde NATUR & HEILEN vermissen oder sehr vermissen, wenn sie nicht mehr erschiene (92 %).

*(Quelle: NGH-Leserstrukturanalyse vom Oktober 2013)*

## ALLGEMEINE DATEN

*Seit über 90 Jahren am Markt*

### TITEL NATUR & HEILEN

Die Monatszeitschrift für gesundes Leben

### GRÜNDUNGSJAHR 1924

### BEZUGSPREIS Jahres-Abonnement

Inland: € 55,80

Ausland: € 61,20

Copypreis: € 5,20

### ERSCHEINUNGSWEISE Monatlich.

Erstverkaufstag: vorletzter Freitag des Vormonats  
(siehe 7 | Terminplan)

### ZEITSCHRIFTENFORMAT

185 mm x 255 mm Hochformat

### SATZSPIEGEL

140 mm breit, 208 mm hoch

2 Spalten zu je 68 mm Breite

3 Spalten zu je 44 mm Breite



**DRUCKAUFLAGE** 146.000 Exemplare (IVW 3/2021)

**DRUCKVERFAHREN** Rollenoffset

**DRUCKDATEN** Benötigt wird die kundenseitige Lieferung geschlossener Dateien als druckfähiges PDF/X1a:2001 + Ausgabeformat Iso Coated V2 300% im cmyk-Farbraum ohne Sonderfarben (oder s/w). Bei technischen Fragen können Sie sich an unsere Anzeigenverwaltung wenden:  
Tel. +49 (0) 89/38 01 59 -14

Druckdaten-Übermittlung:  
[anzeigen@naturundheilen.de](mailto:anzeigen@naturundheilen.de)

## **IHRE ANSPRECHPARTNER**

Annette Ch. Bischoff (Anzeigenleitung)  
NATUR & HEILEN GMBH & CO. KG  
Nikolaistr. 5  
80802 München  
Tel. +49 (0) 89/38 01 59-14  
Fax +49 (0) 89/38 01 59-16

Jana Geide  
NATUR & HEILEN GMBH & CO. KG  
Nikolaistr. 5  
80802 München  
Tel. +49 (0) 89/38 01 59-10  
Fax +49 (0) 89/38 01 59-16

E-Mail: [anzeigen@naturundheilen.de](mailto:anzeigen@naturundheilen.de)

## **VERLAG UND REDAKTION**

NATUR & HEILEN GMBH & CO. KG  
Nikolaistr. 5  
80802 München  
Tel. +49 (0) 89/38 01 59-10  
Fax +49 (0) 89/38 01 59-16  
[info@naturundheilen.de](mailto:info@naturundheilen.de)  
[www.naturundheilen.de](http://www.naturundheilen.de)

**GESCHÄFTSBEDINGUNGEN** Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen für Anzeigen und Beilagen, herausgegeben vom ZAW, sowie die des Verlages.

**ZAHLUNGSBEDINGUNGEN** Zahlung innerhalb von 14 Tagen nach Rechnungsdatum netto (ohne Abzüge).  
Auslandsaufträge nur gegen Vorkasse.

## **BANKVERBINDUNG**

NATUR & HEILEN GMBH & CO. KG  
Postbank München  
IBAN: DE94 7001 0080 0312 1218 02  
BIC (SWIFT-Code): PBNKDEFF

## FORMATE UND PREISE

### NACHLÄSSE Wiederholungsrabatt

ab 3 Anzeigen	5%
ab 6 Anzeigen	10%
ab 12 Anzeigen	15%

(Innerhalb von 12 Monaten bei gleicher Größe)

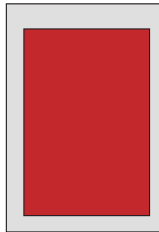
### ZUSCHLÄGE

Anschnittformate	10%
Satz und Bearbeitung	nach Aufwand

### FORMATE jeweils in mm Breite × mm Höhe

#### 1/1 SEITE

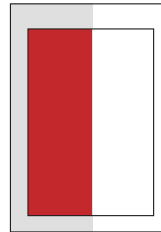
S: 140 × 208 mm  
A: 185 × 255 mm\*



4c 5.300,-

#### 1/2 SEITE H

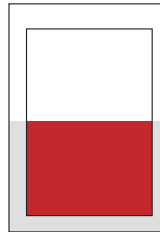
S: 68 × 208 mm  
A: 90 × 255 mm\*



4c 2.800,-

#### 1/2 SEITE Q

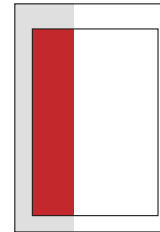
S: 140 × 102 mm  
A: 185 × 120 mm\*



4c 2.800,-

#### 1/3 SEITE H

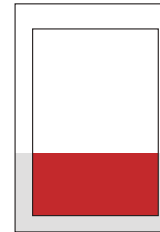
S: 44 × 208 mm  
A: 59 × 255 mm\*



4c 1.900,-

#### 1/3 SEITE Q

S: 140 × 70 mm  
A: 185 × 87 mm\*



4c 1.900,-

U2 6.100,-

U3 5.900,-



**FLIESSATZANZEIGEN** Sonderseiten  
 „Adressen für Ihre Gesundheit“:  
 je Zeile 40 mm = ca. 40 Anschläge  
 bei sieben- bis zwölfmaligem Abschluss 20,-  
 bei drei- bis sechsmaligem Abschluss 24,-  
 bei ein- bis zweimaligem Abschluss 26,-  
 Berechnet werden mindestens **fünf** Zeilen.

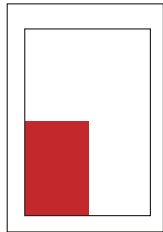
Folgende Rubriken werden angeboten:  
 Urlaub & Reisen, Gesundheitsprodukte,  
 Seminare & Ausbildung, Gesundes Wohnen/Immobilien,  
 Verschiedenes.

**ADVERTORIALS**

Textanzeige, 3-spaltig  
 ca. 1/2 Seite (= 75 Zeilen) 3.100,-  
 ca. 1/1 Seite (= 150 Zeilen) 5.800,-

**1/4 SEITE H**

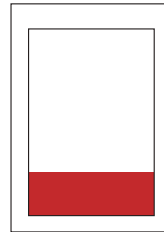
S: 68 x 102 mm



4c 1.450,-

**1/4 SEITE Q**

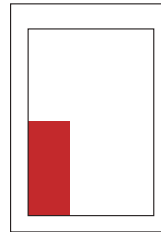
S: 140 x 49 mm



4c 1.450,-

**1/6 SEITE H**

S: 44 x 102 mm



4c 980,-



## BEILAGEN

*Die ausführliche Art, Ihre Kunden zu informieren*

Mit attraktiv gestalteten Beilagen (lose beigefügte Drucksachen) können Sie sich Exklusivität sichern und Response noch besser fördern – zum Beispiel durch eine integrierte Antwortkarte.

### BELEGUNGSMÖGLICHKEITEN

- |                               |                   |
|-------------------------------|-------------------|
| a) Aboauflage:                | 62.000 – 68.000   |
| b) Kioskauflage:              | 48.000 – 53.000   |
| c) Aboauflage + Kioskauflage: | 110.000 – 121.000 |
| d) Teilaufgabe: Mindestmenge  | 20.000            |



### BEILAGENPREISE

<b>Abo-Auflage:</b> Je angefangene 1.000 Exemplare bis 25 g	152,- o/oo
Je weitere angefangene 5 g	16,- o/oo

Postgebühren, die bei der Belegung der Abo-Auflage (= Postauflage) anfallen, sind in diesen Preisen bereits enthalten.

<b>Kiosk-Auflage:</b> Je angefangene 1.000 Exemplare bis 25 g	105,- o/oo
Je weitere angefangene 5 g	16,- o/oo

### Kombination Abo- + Kioskauflage:

Je angefangene 1.000 Exemplare bis 25 g	130,- o/oo
Je weitere angefangene 5 g	16,- o/oo

Beilagen sind nicht rabattierfähig!  
Alle Preise in € zuzüglich gesetzl. MwSt.

**KALKULATION DER AUFLAGE** Die Auflagen schwanken monatlich, deshalb muss die tatsächlich benötigte Auflagenhöhe für Ihre Beilagen bei Auftragserteilung mit dem Verlag abgestimmt werden. Die Belegung der Gesamtauflage hat Vorrang vor Teilbelegungen.

**HÖCHSTFORMAT** 175 × 250 mm Hochformat

#### **AUFTRAGSTERMIN**

Zum Anzeigenschluss, siehe 7 | Terminplan

#### **RÜCKTRITTSTERMIN**

bis 6 Wochen vor Anzeigenschluss

**ANLIEFERTERMIN** ca. 14 Tage vor Erstverkaufstag, siehe 7 | Terminplan

**ANLIEFERUNG** Beilagen müssen einwandfrei verpackt und verarbeitet frei Lieferadresse geliefert werden. Lieferschein: Bitte Anzahl der gelieferten Beilagen und gebuchte NATUR & HEILEN-Ausgabe angeben.

#### **LIEFERADRESSE**

Vogel Druck und Medienservice GmbH  
Warenannahme  
Leibnizstraße 5  
97204 Höchberg

**MUSTER** Bei Auftragserteilung sind 5 verbindliche Muster-Exemplare zu liefern. Beilagen müssen maschinell zu verarbeiten sein und eine geschlossene Kante aufweisen. Der Auftrag wird für den Verlag erst nach Vorlage der Muster und der Prüfung des Inhalts und des Formats verbindlich.

**VORAUSRECHNUNG** Der Verlag behält sich vor, bei Neukunden und größeren Auftragsvolumen eine Vorausrechnung zu stellen mit Zahlungstermin vor Verarbeitung der Beilagen.

## TERMINPLAN 2022

*Präsent in einem attraktiven Rahmen*

HEFT-NUMMER	ANZEIGENSCHLUSS/ RÜCKTRITTS-TERMIN	DRUCKUNTERLAGEN- SCHLUSS	BEILAGEN ANLIEFERTERMIN	ERSCHEINUNGS- TERMIN
01/2022	02.11.2021	05.11.2021	02.12.2021	17.12.2021
02/2022	23.11.2021	26.11.2021	05.01.2022	21.01.2022
03/2022	21.12.2021	07.01.2022	03.02.2022	18.02.2022
04/2022	08.02.2022	11.02.2022	10.03.2022	25.03.2022
05/2022	08.03.2022	11.03.2022	05.04.2022	22.04.2022
06/2022	05.04.2022	08.04.2022	05.05.2022	20.05.2022
07/2022	10.05.2022	13.05.2022	08.06.2022	24.06.2022
08/2022	07.06.2022	10.06.2022	07.07.2022	22.07.2022
09/2022	12.07.2022	15.07.2022	10.08.2022	26.08.2022
10/2022	09.08.2022	12.08.2022	08.09.2022	23.09.2022
11/2022	06.09.2022	09.09.2022	06.10.2022	21.10.2022
12/2022	04.10.2022	07.10.2022	03.11.2022	18.11.2022
01/2023	02.11.2022	04.11.2022	01.12.2022	16.12.2022
02/2023	22.11.2022	25.11.2022	05.01.2023	20.01.2023

## ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen für Anzeigen und Fremdbeilagen in Zeitungen und Zeitschriften.

Zusätzliche Geschäftsbedingungen des Verlages:

1. Anzeigenabschlüsse sind innerhalb Jahresfrist, gerechnet vom Tage des Erscheinens der ersten Anzeige ab, zu erfüllen.
2. Die Gewährung von Nachlass setzt voraus, dass zu Beginn der Insertion ein laut Preisliste nachlassfähiger Abschluss erteilt ist. Text- und Motivwechsel ist möglich.
3. Bei Auftragsweiterung im Laufe des Jahres wird der sich ergebende Nachlass für die bisher erschienenen Anzeigen nachvergütet, bei Auftragsstornierung erfolgt entsprechende Nachbelastung. Auftragsstornierung ist nur bis zum jeweiligen Anzeigenschlusstermin möglich.
4. Für die Aufnahme von Anzeigen in bestimmten Ausgaben oder an bestimmten Plätzen wird keine Gewähr übernommen. Textteilanzeigen sind Anzeigen, die maximal mit einer Anzeigen-seite an den Text angrenzen. Anzeigen, die aufgrund ihrer redaktionellen Gestaltung nicht als Anzeigen erkennbar sind, werden als solche vom Verlag mit dem Wort „Anzeige“ oder in anderer geeigneter Form deutlich gemacht.
5. Der Verlag behält sich vor, Anzeigen oder Beilagen auch nach erfolgter Auftragserteilung zurückzuweisen, falls die Redaktion Widerspruch erhebt.
6. Der Verlag gewährleistet die drucktechnisch einwandfreie Wiedergabe der Anzeige. Ungeeignete oder beschädigte Druckdaten werden dem Auftraggeber unverzüglich zurückgesandt. Der Auftraggeber ist bei ganz oder teilweise unleserlichem, unrichtigem oder unvollständigem Abdruck der Anzeige zu einer Ersatzanzeige berechtigt, es sei denn, dass durch die Mängel der Zweck der Anzeige unerheblich beeinträchtigt wird; fehlerhaft gedruckte Kennziffern beeinträchtigen den Zweck der Anzeige nur unerheblich. Anspruch auf Schadenersatz besteht nicht.
7. Sind etwaige Mängel bei den Druckunterlagen bzw. -daten nicht sofort erkennbar und werden sie erst beim Druckvorgang deutlich, so hat der Auftraggeber bei ungenügendem Abdruck keine Ansprüche.
8. Probeabzüge werden nur auf ausdrücklichen Wunsch geliefert. Der Auftraggeber trägt die Verantwortung für die Richtigkeit der zurückgesandten Abzüge. Sendet der Auftraggeber den ihm rechtzeitig übermittelten Probeabzug nicht fristgemäß zurück, so gilt die Genehmigung zum Druck als erteilt.
9. Der Verlag liefert nach Erscheinen der Anzeige mit der Rechnung kostenlos einen Beleg.
10. Zahlungsbedingungen: Innerhalb von 14 Tagen nach Rechnungsdatum ohne Abzüge.
11. Bei Zahlungsverzug oder Stundung werden Zinsen in Höhe von 3% über Landeszentralbank-Diskontsatz sowie die Einziehungskosten berechnet; der Verlag kann die Ausführung des Auftrages bis zur Bezahlung zurückstellen.
12. Kosten für Änderungen ursprünglich vereinbarter Ausführungen hat der Auftraggeber zu tragen.
13. Beanstandungen aller Art sind innerhalb von 8 Tagen nach Rechnungsdatum zu erheben.
14. Werbemittler und Werbeagenturen sind verpflichtet, sich in ihren Angeboten, Verträgen und Abrechnungen mit den Werbungstreibenden an die aktuelle Preisliste des Verlages zu halten. Die vom Verlag gewährte Mittlungsvergütung darf an die Auftraggeber weder ganz noch teilweise weitergegeben werden.
15. Eine Änderung der Anzeigenpreise gilt ab Inkrafttreten auch für laufende Aufträge, nicht jedoch vor Ablauf von 3 Monaten nach Bekanntgabe.
16. Der Auftraggeber trägt allein die Verantwortung für den Inhalt und die rechtliche Zulässigkeit der für die Insertion zur Verfügung gestellten Text- und Bildunterlagen. Dem Auftraggeber obliegt es, den Verlag von Ansprüchen Dritter freizustellen, die diesen aus der Ausführung des Auftrages, auch wenn storniert sein sollte, gegen den Verlag erwachsen. Der Verlag ist nicht verpflichtet, Aufträge und Anzeigen daraufhin zu prüfen, ob durch sie Rechte Dritter beeinträchtigt werden.
17. Erfüllungsort: München | Gerichtsstand: München

NATUR & HEILEN GMBH & CO. KG  
München, HRA 109713  
Nikolaistraße 5  
D-80802 München

# natur&heilen

DIE MONATSZEITSCHRIFT FÜR GESUNDES LEBEN

## IHRE ANSPRECHPARTNER FÜR IHRE WERBUNG

Annette Ch. Bischoff  
NATUR & HEILEN GMBH & CO. KG  
Nikolaistr. 5  
80802 München  
Tel. +49 (0) 89/38 01 59-14  
Fax +49 (0) 89/38 01 59-16

Jana Geide  
NATUR & HEILEN GMBH & CO. KG  
Nikolaistr. 5  
80802 München  
Tel. +49 (0) 89/38 01 59-10  
Fax +49 (0) 89/38 01 59-16

E-Mail: [anzeigen@naturundheilen.de](mailto:anzeigen@naturundheilen.de)

