

YOGA!

Das Magazin

MEDIADATEN 2012

IHR SCHWEIZER YOGA-MAGAZIN
für ein bewusstes, gesundes
und entspanntes Leben.

Mit integriertem Infoteil
des Berufsverbandes





Nr. 5 / Oktober 2011



Nr. 4 / August 2011



Nr. 3 / Juni 2011



Nr. 2 / April 2011



Nr. 1 / Februar 2011



Nr. 6 / Dezember 2010



Nr. 5 / Oktober 2010



Nr. 4 / August 2010

TECHNISCHE DATEN

Druckauflage	10 000 Exemplare
Vertrieb	Abonnement, Einzelverkauf und Zielversand
Umfang	4 Seiten Umschlag; 72 Seiten Inhalt, davon 9 Seiten Verbandsinformationen
Erscheinungsweise	6 Mal pro Jahr
Format	210 x 297 mm (A4)
Druck / Ausrüstung	Offsetdruck vierfarbig (CMYK), Papier matt gestrichen 90 gm ² / Klebebindung
Datenlieferung	Müller Marketing & Druck AG, Kirchstrasse 6, CH-3780 Gstaad; verlag@yogadasmagazin.ch
Proof	pro Sujet ein farbverbindliches Proof (Euroskala)

DATEN 2012

	Erscheinungsdatum	Anzeigenschluss	Redaktionsschluss
Nummer 1 / 2012	Freitag, 3. Februar 2012	Freitag, 6. Januar 2012	Mittwoch, 28. Dezember 2011
Nummer 2 / 2012	Freitag, 6. April 2012	Freitag, 9. März 2012	Mittwoch, 29. Februar 2012
Nummer 3 / 2012	Freitag, 1. Juni 2012	Freitag, 4. Mai 2012	Mittwoch, 25. April 2012
Nummer 4 / 2012	Freitag, 3. August 2012	Freitag, 6. Juli 2012	Mittwoch, 27. Juni 2012
Nummer 5 / 2012	Freitag, 5. Oktober 2012	Freitag, 7. September 2012	Mittwoch, 29. August 2012
Nummer 6 / 2012	Freitag, 7. Dezember 2012	Freitag, 9. November 2012	Mittwoch, 31. Oktober 2012

Schwerpunkthemen nur auf Anfrage unter verlag@yogadasmagazin.ch

RUBRIKEN

Ausser den Schwerpunktthemen finden sich in jeder Ausgabe von «YOGA! Das Magazin» Beiträge in den folgenden Rubriken:

Überblick	
Aufgeschnappt	Neues aus der Yoga-Welt (Details Seite 6)
Medien	Buch- und CD-Rezensionen
Boutique	Exklusives Yoga-Zubehör

Weitblick	
Reisen	Auf den Spuren des Yogas in der ganzen Welt
Abstecher	Exkurse in verwandte Gebiete und Disziplinen
Ayurveda	Rund um die traditionelle indische Heilkunde

Tiefblick	
Porträt	Yoga-Persönlichkeiten verraten ihre Geheimnisse
Einsichten	Kolumne von Karin Reber Ammann

Durchblick	
Asanas	Praktische Übungsreihen für das Training zu Hause
Anatomie	Die körperliche Seite des Yogas



informiert ausserdem in einem neunseitigen Verbandsteil über Aktuelles aus dem Berufsverband.

ANZEIGEN

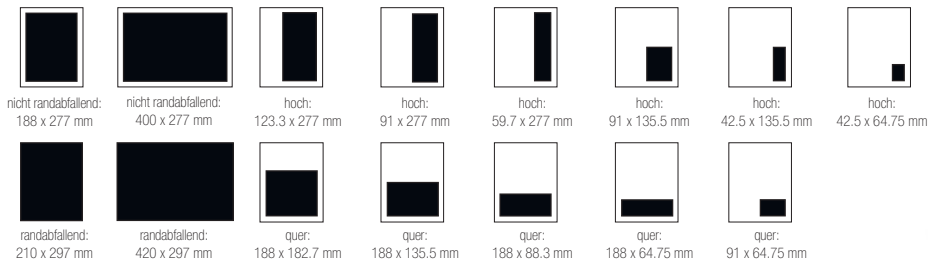
Anzeigen werden grundsätzlich nicht randabfallend gestaltet und erscheinen auf Anzeigenseiten.
Ganze Seiten oder Doppelseiten können randabfallend oder nicht randabfallend gestaltet werden.

	1/1 Seite	2/1 Seite	2/3 Seite	1/2 Seite	1/3 Seite	1/4 Seite	1/8 Seite	1/16 Seite
1 Schaltung schwarz-weiss	3 500.–	6 500.–	2 400.–	1 850.–	1 250.–	950.–	500.–	275.–
1 Schaltung vierfarbig	4 500.–	8 500.–	3 150.–	2 400.–	1 650.–	1 250.–	650.–	350.–

Seitengrösse: 210 mm x 297 mm

Satzspiegel: 188 mm x 277 mm

Masse bei randabfallenden Inseraten
exkl. 3 mm Randbeschnitt



Alle publizierten Preise verstehen sich exklusive 8 % MwSt.

Rabattaktionen sind auf der Homepage www.yogadasmagazin.ch unter «inserieren» ersichtlich.

SPEZIALPLATZIERUNGEN

Für Spezialplatzierungen werden folgende Zuschläge verrechnet:

2. Umschlagseite (nur vierfarbig)	15 % *
3. Umschlagseite (nur vierfarbig)	10 % *
4. Umschlagseite (nur vierfarbig)	20 % *
1. Doppelseite bei Heftestieg	20 % *
zwingende Platzierungsvorschrift	15 % *

WIEDERHOLUNGSRABATTE

Auf Inserate bis und mit 1/8 Seite erhalten Sie bereits ab zwei Schaltungen einen Wiederholungsrabatt von 5 %. Nicht rabattberechtigt sind Anzeigen in den Rubriken «kurz und gut» sowie «Pinnwand», Publi-reportagen und PR-Berichte und Spezialangebote des Verbandes «Yoga Schweiz».

2 bis 3 Schaltungen	5 % *
4 bis 5 Schaltungen	10 % *
ab 6 Schaltungen	15 % *

JAHRESUMSATZRABATTE

Auf Auftragsvolumen ab Fr. 5 000.– pro Jahr erhalten Sie lohnenswerte Rabatte bis zu 20 %. Dabei können die Umsätze für alle Inserate und Beilagen kumuliert werden, die während eines Kalenderjahrs in Auftrag gegeben werden. Nicht rabattberechtigt sind Anzeigen in den Rubriken «kurz und gut» sowie «Pinnwand», Publi-reportagen und PR-Berichte und Spezialangebote des Verbandes «Yoga Schweiz».

5 000.– **	2 %
7 500.– **	3 %
10 000.– **	4 %
15 000.– **	5 %
20 000.– **	7.5 %
25 000.– **	10 %
30 000.– **	15 %
ab 40 000.– **	20 %

* Sämtliche Zuschläge und Rabatte werden auf die jeweiligen Bruttopreise erhoben. Preise zuzüglich 8 % MwSt.

PUBLIREPORTAGEN

Publireportagen sind Berichterstattungen über Firmen, Produkte, Dienstleistungen usw., bei denen die Redaktion Texte und Bilder auf den Grundlagen des vom Kunden gelieferten Materials zusammensetzt. Die Redaktion behält sich das Recht vor, abschliessend über Form und Inhalt des Beitrages zu entscheiden. Die Berichterstattung wird klar mit «Publireportage» gekennzeichnet.

Umfang	Anzahl Zeichen	Preis
1 Seite	ca. 2 500 + 1 Bild	4 500.–
2 Seiten	ca. 5 000 + 2 Bilder	8 500.–

PR-BEITRÄGE

Unter der Rubrik «Aufgeschnappt» kann für Produkte, Dienstleistungen, Angebote usw. geworben werden. Text- und Bildmaterial muss vom Kunden geliefert werden. Die Redaktion trifft die Bildauswahl und redigiert die Texte, greift aber nicht in die inhaltlichen Vorgaben ein.

Umfang	Anzahl Zeichen	Preis
1/4 Seite	ca. 800 + 1 Bild	950.–
1/2 Seite	ca. 1 200 + 1 Bild	1 850.–

SCHAUFENSTER

Sie haben ein Produkt für welches Sie gerne werben möchten? Wir bieten Ihnen die Plattform dazu: Auf der Seite «Schaufenster» haben Sie die Möglichkeit, Ihr Produkt kostenlos vorzustellen.

- Nur in Kombination mit einem Inserat ab Fr. 1000.–
- Ausschliesslich Produkte-Werbung
- Maximal 1 Feld pro Ausgabe
- Gestaltung ist **vorgegeben** und **einheitlich**
- Titelzeile und ca. 500 Zeichen plus Bild / Logo

Schaufenster

Zeit für eine kleine Auszeit!
Bäder für Wonne in der Wanne
 Diese Kneipp Bäder lassen Hektik und Stress buchstäblich baden gehen. Sie lassen überwundene Momente, Hautbeir- oder -glückliche Auszeit und Balsam für Haut, Seele und Geist. Kneipp Pflegebäder sind ideale Wohngastgeschenke und zudem perfekt, um dem Winterblues oder der Hektik der Adventzeit zu entfliehen.
 Die ganze Palette Kneipp Bäder gibt's in der Migros und neu im Online-Shop.
www.kneipp-schweiz.ch

claro fair trade
Tee – Wellness für die Seele
 Das Teesortiment von claro fair trade für jede Stimmung und jeden Gaumen eine passende Vielfalt bereitet: ob klassischer Earl Grey, orientalisches langhauchter Grüntee mit machtkantiger Minze, Weisses mit Zitronengras oder Rooibos mit Zimt.
 Alle Tees sind fair gehandelt und biologisch angebaut worden. Die mehr als 20 Sorten sind offen oder in Teabags erhältlich.
 Besuchen Sie uns unter www.claro.ch

app miracle
Schön über Nacht-Fluid
 Diese sommernachtsträubend leichte, feuchtigkeitspendende Nachtpflege mit pflanzlicher Hyaluronsäure, Sommer-schmelzenden Erdbeeren und Peau-kausse ist nicht nur im Sommer nutzbar. Die leichte Emulsion lässt die Haut über Nacht durchatmen und spendet Feuchtigkeit aus der Bio-Aloe Vera. Der hohe Anti-Aging Wirkstoffanteil mischt Feuchtheit und sorgt für strahlende Konturen. Zertifiziertes Bio-schönheit (Nacht), wegen.
www.farfalla.ch

BRITA Wasserfilter
«Elemaris MyBalance» Wasser in Balance
 Die Hauptaufgabe beim Wasserfiltern ist und bleibt die Reduktion der Karbonathärte (Kalk). Dadurch wird der Geschmack verstärkt. Erst mit BRITA gefiltertem Wasser zeigt sich das Tee sein volles Aroma und es entstehen auch keine ungeschönten Schlieren. Dazu schmeckt BRITA Haushaltgeräte, wie etwa Kaffee- und Espressoemaschinen vor Verkalkung.
 Mit seinem Aufbau und dem gewählten Design unterstreicht der «Elemaris MyBalance» von BRITA den grünen Aspekt des Wasserfilterns.
www.brita.ch

Sind Sie interessiert an der Rubrik «Schaufenster»? news@ungedruckmagazin.ch

ONLINE-ANZEIGEN

Online-Anzeigen erscheinen auf www.yogadasmagazin.ch und sind auf allen Seiten der Homepage sichtbar. Schicken Sie Ihre Anzeige als JPEG- oder GIF-Datei in einer Auflösung von 72 dpi an inserat@yogadasmagazin.ch.

	Format	Laufzeit	Preis
Banner gross	280 x 230 Pixel 9,88 x 8,11 cm	1 Monat	300.–
Banner klein	280 x 115 Pixel 9,88 x 4,06 cm	1 Monat	150.–
Header	860 x 90 Pixel 30,34 x 3,17 cm	1 Monat	450.–

KOMBI-ANGEBOT «WEB – PRINT»

Profitieren Sie von unserem Kombi-Angebot «Web – Print». Buchen Sie eine halbe Seite im «YOGA! Das Magazin» und Sie erhalten den Banner gross (Details auf Seite 10) zum attraktiven Preis von Fr. 100.– für 2 Monate anstatt Fr. 300.– für 1 Monat.

Theodor Tschanz gibt Ihnen gerne Auskunft und weitere Informationen.

The screenshot shows the website layout with several ad spots highlighted in purple boxes:

- Header: 860 x 90 Pixel**: Located at the top of the page.
- Banner klein: 280 x 115 Pixel**: Located on the right side, above the 'Anzeige:' label.
- Banner gross: 280 x 230 Pixel**: Located on the right side, below the 'Anzeige:' label.
- Ihr Inserat HIER!**: A call to action box on the right side, stating 'Für nur 300 Franken einen ganzen Monat lang präsent!' and providing the email inserat@yogadasmagazin.ch.

The website content includes the logo 'YOGA! Das Magazin', navigation links (Home, Aktuelle Ausgabe, Archiv, Über uns, Praxis, BuchTipp, Abonnieren, Inserat, Kontakt), a search bar, and an article titled 'Fragen aus der Leserschaft' with a sub-heading 'Haben Sie Fragen? – Wir haben die Antworten!'.

«PINNWAND» – INFORMATIONEN, PRODUKTE, ANGEBOTE

In der Rubrik «Pinnwand» bieten wir Ihnen eine Werbepattform für Ihre Schule, Seminare, Workshops, Angebote, Produkte, Dienstleistungen usw.

Die Felder werden nach einem einheitlichen Schema und in einer fixen Grösse gestaltet. Die Inserate beinhalten jeweils ein Logo oder Bild sowie einen Fliesstext (in Grundschrift) mit Ihren Kontaktdaten (z.B. Adresse, Telefonnummer, E-Mail, Homepage usw.) Der Text ist auf insgesamt 350 Zeichen (inklusive Leerschläge) beschränkt.

Yoga Schweiz-Mitglieder	200.–
Nichtmitglieder	300.–

«Pinnwand»-Inserate sind von zusätzlichen Rabatten (Jahresumsatzrabatt, Wiederholungsrabatt, JUP und BK) ausgeschlossen. Preise zuzüglich 8 % MwSt.

PINNWAND 53 | YOGA!



Yoga & Ayurveda Ferien
im Agastya Ayurveda Garten an der schönsten Küste Kerala (Südindien)
Schöne Natur, Bungalows, täglich Yoga, Meditation, ayurvedische Massagen, spannende Ausflüge...
Leitung: Thomas Han Würmli, langjähriger Yogalehrer aus der Schweiz und Fachlehrer.
Frühbucherabatt bis 19. Okt.
Surya Chandra Yoga Center
fon 044 760 36 88 / www.surya-chandra.ch

YOGA MIT KINDERN

Ausbildungs-Seminar
mit Thomas Barmenborg
28. April – 1. Mai 2012
Ort: Zürich
Info und Anmeldung:
Ruth Oeschwald, Tel. 044 833 14 45
E-Mail: ruthoschwald@bluewin.ch



Shop the Autumn Winter Collection now!
Infos zu den Yoga Shop Öffnungswellen unter:
www.yogazine.ch Forchstrasse 92 Zürich

Yogalehrer-Ausbildung 2012/13

Ausbildungslehrgang in die klassische Form des Yoga gemäss der Tradition von Paramahansa Dhyanandaji aus Indien in CH-Speicher (Kanton Appenzell Aussersideren).
Infos finden Sie auf der unten stehenden Homepage:
Yoga-Zentrum, 5408 Emmetbaden
Tel./Fax 056 222 98 56
info@yoga-zentrum.ch
www.yogalehrer-ausbildung.ch



Yogareisen, Workshops, Fortbildungen
www.flowyoga-beatecuisin.de



**Neue Ausbildungstermine 2012
sowie ausgewählte Retreats – online**

14. – 18.3.2012: Detox-Tage mit
L.N. Schmidt

9. – 10.6.2012 Bhagavad Gita mit E. Bär

30.8. – 2.9.2012 Symbolik der Asanas mit
L.N. Schmidt

7. – 14.10.2012 Chakra-Woche mit
C. Köster / L.N. Schmidt

BodyMindSpirit–Health Concepts, Zürich
www.chiyoga.com 044 241 91 77

10 x 75 mm und werden nach einem einheitlichen Schema gestaltet. Die Inserate beinhalten ein Logo oder Bild sowie den Text ist auf insgesamt 350 Zeichen (inklusive Leerschläge) beschränkt.
© Yoga Schweiz Suisse Svizzera-Fl. 150.- | «Pinnwand»-Inserate sind nicht überbeschriftet.
Büro für Medien & Verlage / Share Marketing & Verlag, Theodor Tschäzler, Redstrasse 25, CH-3052 Hünibach
share@sharemarketing-ag.ch

«KURZ UND GUT» – KLEINANZEIGEN

Als Kleinanzeigen gelten Fließsatz-Insertate ohne Logos. Einträge sind in den folgenden Rubriken möglich:

- Suche
- Freie Stellen
- Aus- und Weiterbildung
- Ayurveda
- Biete an
- Ferien und Freizeit
- Veranstaltungen
- Verschiedenes

Pro Zeichen	–.80
Chiffrezuschlag	20.–

Für die Aufgabe von Kleinanzeigen in der Rubrik «kurz und gut» schicken Sie bitte das vollständig und gut leserlich ausgefüllte Auftragsformular (in Ihrem Magazin oder auf unserer Homepage unter www.yogadasmagazin.ch) an «YOGA! Das Magazin», Müller Marketing & Druck AG, Kirchstrasse 6, 3780 Gstaad, per Fax an +41 (0)33 74 888 84 oder per E-Mail an inserat@yogadasmagazin.ch

Einträge in der Rubrik «kurz und gut» sind von zusätzlichen Rabatten (Jahresumsatzrabatt, Wiederholungsrabatt, JUP und BK) ausgeschlossen. Preise zuzüglich 8 % MwSt.

VOGA!
Oktober/November

38 «KURZ UND GUT» – KLEINANZEIGEN

AYURVEDA

Ayurveda-Ausbildungen und -Behandlungen. Seit 2004 in Orlon, 30 min ab ZH, BS, BE, LU
www.yurquell.ch/ayurveda-kurse.ch
www.Ayurvedaforum.ch

Ayurveda Massage Praxis in Bern – Infos:
 031 829 40 23 www.katharina-gusset.ch
www.Ayurvedamarkt.ch

Ayurveda-Zentrum gnusswält Bern: Kochkurse, Essen, Parhygiene, Ernährungs- und Gesundheitsberatungen, Ayurveda-Massagen und Therapien. www.gnusswaelt.ch, 031 558 36 03
Neu: Ayurveda-Shop, Ayurveda-Arzt.

SUCHE

www.Yogasuche.ch

ERNÄHRUNG

www.teeparadies.ch,
online-bio-gourmet-shop

AUS- UND WEITERBILDUNG

Yogalehrer Ausbildung EDUVERU in der Schönheit der Allgäuer Bergwelt Info- und Orientierungsseminare: 15./16. Okt., 19./20., 26./27. Nov. 2011, Yoga in Firmen, Weiterbildung mit Albert Dennerwald. Seminare: 14. + 15. Jan., 8. 4. + 5. Feb. 2012. **Info und Anmeldung: Oberallgäuer Akademie AWAS, Tel. +49 (0) 8 324 1045, www.yoga-akademie-ayas.de**

BIETE AN

www.Gleichklang.de Die besondere Kontaktbörse im Internet
www.Yogaguide.ch

FERIEN UND FREIZEIT

Private Ökofinca auf Lanzarote mit Blick auf Atlantik vermietet Zimmer mit Frühstück, Yin Yoga Reiki Massagen! michelle.ka@gmx.ch

YOGAferien im sonnigen Andalusien nahe am Meer, in einem subtropischen Garten mit YOGA, Meditation, Chantren, Trommeln, Tanz, Sauna, veg. Ganztagsbuffet. Gut geeignet für Singles!
www.morisco.de +34-952513314
www.Yogafarab.ch

NEUE WEGE Seminare & Reisen – seit über 20 Jahren bewährt, gesund, natürlich reisen! Über 400 Ferienkurse mit Yoga, Qi Gong, Meditation, Ayurveda-Kuren, Fasten.
www.yogareisen.com,
Tel: +49 (0)2255-95910, www.neuwege.com
Yoga & Ayurveda unter Polarlicht & Mitternachtssonne. www.inspiration-iceland.com

VERANSTALTUNGEN

27. + 28. Oktober 2011 Bad Hindelang im Allgäu Traditionen treffen sich Vortragsveranstaltung mit hochkarätigen Referenten: 28. Oktober bis 3. November Zeit für Silla, Zeit für Dich, Yoga-Meditationstage im Oberrain. **Info und Anmeldung www.yoga-akademie-ayas.de**

Acro Yoga Workshop mit Alex Baechler Fr., 4.11.–5., 6., 11. u. alle Braunerli Wirtshaus Basel. **Info: www.bodyworkshops.ch / Patrick 076 324 21 15**

VERSCHIEDENES

www.gleichklang-mail.de: Deine kostenlose E-Mail für Ökologie und soziale Gerechtigkeit!
www.Gleichklang.de: Die andere Partnerbörse



In 5 Schritten
zu Ihrer Postkarte.
Einfach, günstig,
schnell – ohne Login.

WEBDRUCK.CH

Ein Angebot der Müller Marketing & Druck AG

BEILAGEN / AUFKLEBER UND BEIKLEBER

Beilagen werden lose und an unbestimmter Stelle ins Magazin eingelegt. Die gelieferten Daten müssen auf das Endformat zugeschnitten sein.

Format	Gewicht	Werbewert *	Tech. Kosten *	Porto *	Total *
min. 105 x 148 mm max. 180 x 280 mm Umfang: min. 1 Blatt (2 Seiten)	bis 25 g	250.–	90.–	110.–	450.–
	bis 50 g	300.–	90.–	110.–	500.–
	bis 75 g	350.–	90.–	130.–	570.–
	bis 100 g	400.–	90.–	150.–	640.–

Aufkleber werden auf eine festgelegte Seite des Magazins aufgeklebt. Es ist ein Leimstreifen von 5 mm einzuberechnen, auf welchem Schutz- und Dispolack ausgespart werden muss. Die Beilagen müssen auf das Endformat zugeschnitten sein.

Beikleber werden mit Kopfanstoss in den Bund eingeklebt. Im Bund ist ein mindestens 10 mm breiter Bereich einzurechnen, der wegen der eingeschränkten Lesbarkeit nicht bedruckt werden sollte. Es ist ein Kopfbeschnitt von 10 mm und ein Bundbeschnitt von 3 mm einzurechnen.

	Format	Umfang	Papierdicke	Preis *
Aufkleber	min. 105 x 148 mm max. 180 x 250 mm	Einzelblatt (2 Seiten)	min. 100 g/m ²	120.–
		ab 2 Blatt (4 Seiten)	min. 80 g/m ²	150.–
Beikleber	min. 105 x 148 mm max. 210 x 297 mm	Einzelblatt (2 Seiten)	min. 150 g/m ²	120.–
		ab 2 Blatt (4 Seiten)	min. 120 g/m ²	150.–

* Die Preise verstehen sich pro Tausend und inklusive 8 % MwSt.

KONTAKT

Verlag | Administration | Inserate- und Aboverwaltung | Produktion:

Müller Marketing & Druck AG

Kirchstrasse 6

CH-3780 Gstaad

Tel. +41 (0)33 748 88 74

Fax +41 (0)33 748 88 84

Administration: verlag@yogadasmagazin.ch

Abonnemente: abo@yogadasmagazin.ch

Inserate: inserat@yogadasmagazin.ch

Anzeigenregie:

Tschanz Agentur für Medien & Verlage

Streit Marketing & Verlag

Theodor Tschanz

Riedstrasse 29, CH-3626 Hünibach

Tel./Fax +41 (0)33 221 47 92 / 91

theodor.tschanz@tschanz-agentur.ch

theodor.tschanz@streit-marketing.ch

Chefredaktion:

Karin Reber Ammann

Swisswell Medien AG

Langmauerweg 6

CH-3011 Bern

Tel. +41 (0)31 311 70 49

redaktion@yogadasmagazin.ch

Redaktion Verbandsteil:

Yoga Schweiz Suisse Svizzera

Sekretariat

Aarberggasse 21

CH-3011 Bern

Tel. +41 (0)31 311 07 17

Fax +41 (0)31 311 07 11

info@yoga.ch

www.yogadasmagazin.ch