



Wohlfühlen

Das Magazin für Wellness, Fitness und Gesundheit
In Ihrer *Süddeutschen Zeitung*

Seien Sie anspruchsvoll.

Süddeutsche Zeitung

Ausgabe I **Erscheinungstermin:** **20. März 2013**
Anzeigenschluss: **13. Februar 2013**
Druckunterlagenschluss: **20. Februar 2013**

Essay

- ❖ Mut

Partnerschaft

- ❖ Wohlfühlen in der Liebe
Wie der Frühling auch in reifen Beziehungen Einzug hält

Fitness & Bewegung

- ❖ Chi Gong – Bewegung wie auf Wolken
- ❖ Atem holen
Yogatechniken und andere Sofortmaßnahmen für Stresssituationen

Wellness

- ❖ Die schönsten Chalets & Alm-Spas
- ❖ Riechen & spüren – wie Düfte die Sinne verzaubern
Von Aromatherapie über Duftpflanzengärten bis zum rituellen Räuchern

Gesundheit

- ❖ Gesundheit mit Genuss: Kur modern – die Wiedergeburt eines Klassikers an Beispielen in der Schweiz, Tschechien, Österreich und Deutschland
- ❖ Wasser nach dem Aufwachen –
wie Trinkwasser den Kreislauf in Schwung bringt

Reise

- ❖ Nah: Deutsches Meer – Sylt & Co
- ❖ Fern: Karibik – wo Hollywood-Stars träumen
Ein Blick hinter die Haustüren von Donna Karan, Bruce Willis, Keith Richards und Madonna

Beauty

- ❖ Schönheit im Wandel: Während Frauen über 60 noch auf Natürlichkeit schwören, finden und formen sich jüngere Frauen ständig neu – auch mit Botox und Skalpell
- ❖ Regionale Kosmetik-Produkte
Ob im Allgäu oder an der Nordsee – überall gibt es neue Marken mit heimischen Zutaten
- ❖ Hautpflege –
die Retter in der Not: Masken & Peelings

Mode

- ❖ Zart umweht: die neuen Pastelltöne von Kopf bis Fuß

Lifestyle

- ❖ Wohnen im Freien –
die schönsten Möbel, Teppiche und Designaccessoires für draußen

Literatur

- ❖ Hin und weg – neue Bücher über das Aussteigen auf Zeit

Essen & Trinken

- ❖ Gemüsesäfte als Diäthelfer
- ❖ Bitter und süß – Cidre hat wenig Alkohol und viel Geschmack
Jetzt sind die neuen Sorten da!
- ❖ Leichter Genuss auf Spitzenniveau
Frühlingsmenü von Holger Stromberg
- ❖ Krasse Kresse – die schönsten Kräuterkochbücher

Ihre persönlichen Ansprechpartner:

Verkaufsleitung:
Concetta Herion
Telefon: 089/21 83 – 8220
PC-Fax: 089/21 83 – 96 8220
Email: concetta.herion@sueddeutsche.de

Service-Team Anzeigen:
Telefon: 089/21 83 – 7790, – 291

Redaktion Wohlfühlen:
Susanne Hermanski
Telefon 089/21 83 – 9297
Email: susanne.hermanski@sueddeutsche.de

Änderungen vorbehalten. Eine Kürzung bzw. Erweiterung des Redaktionsprogramms ist aus Umfanggründen möglich.
