



SPIEGEL Coaching

So geht's mir gut

Für ein entspanntes, erfolgreiches Leben



„So geht's mir gut“

Nach dem erfolgreichen Start der Sonderausgabe wird sich die zweite Ausgabe mit folgenden Themen befassen:

- Stress? Gelassen bleiben
- Iss Dich glücklich: Genussvoll essen
- Gedächtnis stärken
- Ziele erreichen, Vorhaben umsetzen
- Zeitmanagement
- Digitale Kompetenz: Gut leben mit neuen Medien

Auf einen Blick

SPIEGEL Coaching ist ein „Bookazine“ für ein entspanntes, erfolgreiches Leben, das den Leser/die Leserin durch das gesamte Jahr begleitet. Die Coachings basieren auf bestehenden SPIEGEL-WISSEN-Coachings, die ebenfalls auf SPIEGEL ONLINE erschienen sind.

Nach erfolgreichem Start des Heftes 2019 wird nun im Januar 2020 das zweite Heft erscheinen.



Print

Druckauflage:	50.000
Erscheinungsweise:	1 x pro Jahr
Preis 1/1-Seite 2020:	9.520 €
Preis U-Seite 2020:	10.600 €
Copypreis:	12,95 €
EVT:	3. Januar 2020
DU/AZS:	13. November 2019

Exklusiv-
Belegung
U2+U4+2/1:
Media-
Bruttowert:
€ 40.000,-

Paketpreis
€ 28.000,- netto*



30 %
Rabatt

* nicht weiter rabattfähig

Ihre Ansprechpartner



Sabine **Schramm-Lühr**

SPIEGEL MEDIA

Ericusspitze 1

20457 Hamburg

Tel.: +49 40 3007 - 3616

sabine.schramm-luehr@spiegel.ad-alliance.de