

iFORM

Med på hälsovågen sedan 1987

I FORM är magasinet för alla kvinnor som vill bli den hälsosammaste, starkaste och gladaste versionen av sig själva - via träning, kost och motion. I varje nummer av I FORM presenterar vi de senaste, bästa och enklaste metoderna att få resultat på ett lustfyllt sätt. Se fram emot läckra recept, succéinriktade träningsprogram, effektiva övningar, shoppingguider, test och tips. Utöver det innehåller magasinet massor av inspiration till hur man utmanar sig själv med både stora och små mål - och uppnår dem - även i en stressig vardag.

Karen Lyager Horve - Chefredaktör

70%
av iForms läsare är
intresserade av grupp-
och konditionsträning.



43%

spenderar mer
pengar på kosmetik/
skönhetsmedel än
genomsnittssvensken.



Målgrupp

Moderna välutbildade kvinnor som betonar en aktiv livsstil, med fokus på spört och hälsosam kost för sig själva och sina familjer.

Upplaga 26 300 ex*
Antal läsare 154 000
Kön 19% män, 81% kvinnor
Snittålder 44 år
Utgåvor per år 18

Källa: Orvesto Konsument Helår 2016
* För exakt bilageupplaga, kontakta din säljare.

iform.se

Panorama 1-4	980 x 120 px	200 CPM
Panorama 1-4	980 x 240 px	225 CPM
Panorama 1-4	980 x 360 px	250 CPM
Panorama 1-4	980 x 480 px	300 CPM
Tablet Panorama	728 x 120-480 px	Se panorama
Mobil Panorama	320 x 320 px	Se panorama
Outsider/Widescreen	160 x 480 px	250 CPM
	160 x 600 px	300 CPM
Interstitial	695 x 572 px	600 CPM
Wallpaper	2560 x 1440 px	800 CPM
Nyhetsbrevsbanner*	580 x 300 px	5 000 SEK
Stand Alone		25 000 SEK
Produktion Stand Alone		1 500 SEK
Produktion banner	1 500 kr - Ej Flash och/eller HTML	

Antal sidvisningar 870 000 st/månad
Unika besökare 244 000 st/månad

*63 000 nyhetsbrevsmottagare



410 x 276 mm	205 x 276	205 x 136	100 x 276
--------------	-----------	-----------	-----------

Uppslag 75 400 kr
Helsida 37 700 kr
Halvsida 24 400 kr
Halvsida 24 400 kr

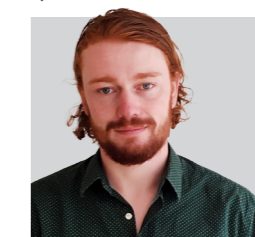
Annonspriserna förutsätter lämnning av tryckfärdigt material. Reklamskatt inkluderad. Bilagor och varu-prover - begär offert.

Glöm inte 5 mm skärsmån, 300 dpi & CMYK.

Leverans av annonsmaterial: annonceupload.dk
Gå in via denna länk och välj sedan "make account".
Materialet ska sändas som en ren PDF, ej packad.

Utgivningsdagar 2017

Nr	Vecka	Utg.dag	Mtrl.dag	Bilagor till packeri
2	2	9/1	6/12	23/12
3	5	30/1	23/12	18/1
4	8	20/2	20/1	8/2
5	11	13/3	10/2	1/3
6	14	3/4	3/3	22/3
7	17	24/4	21/3	7/4
8	19	8/5	3/4	25/4
9	22	29/5	26/4	15/5
10	25	19/6	16/5	7/6
11	28	10/7	9/6	28/6
12	31	31/7	30/6	19/7
13	34	21/8	10/7	9/8
14	36	4/9	4/8	23/8
15	39	25/9	25/8	13/9
16	42	16/10	15/9	4/10
17	45	6/11	6/10	25/10
18	48	27/11	27/10	15/11
1/18	51	18/12	17/11	6/12



capemedia

Jonatan Söderström

070-782 94 18

jonatan.soderstrom@capemedia.se

i FORM-loppet

Varje år arrangeras I Form-loppet, Sponsring, sampling och försäljning i Start- och målområdet.
Stockholm
Göteborg
Malmö

