

FITBOOK

FEMALE HEALTH REPORT

media **impact**

dem kreativsten kundenversteher
deutschlands_

konzipiert von



FITBOOK IN A NUTSHELL

DAS DIGITALE PORTAL FÜR FITNESS UND GESUNDHEIT

FITBOOK ist das digitale Magazin für alle, die Gesundheit ganzheitlich denken: anspruchsvoll, fundiert und trotzdem verständlich.

Bewegung, Ernährung, mentale Gesundheit, Skincare und Frauen gesundheit stehen im Fokus – begleitet von vielseitigen Expert:innen und praxisnah aufbereitet.



6,50
Mio. Page Impressions*

1,81
Mio. User*

 161.800 Follower**

 32.000 Follower**

*b4p 2024, IVW PI 10/2025

**Facebook und Instagram (inkl. FITBOOK women) September 2025

NEXT LEVEL INSIGHTS: DER NEUE FEMALE HEALTH REPORT

- Der neue Name „FEMALE HEALTH REPORT“ betont den umfassenden und spezialisierten Blick auf **relevante Frauenthemen**
- Klare Struktur und Clusterung in **4 Themenfelder**
- Umfassung mehrere Themen, die auch einzeln betrachtet werden können
- Fokus auf einzelne Themen ermöglicht eine **vertiefte und zielgerichtete Analyse** der Ergebnisse
- Konkrete **Handlungsempfehlungen** für mehr Impact

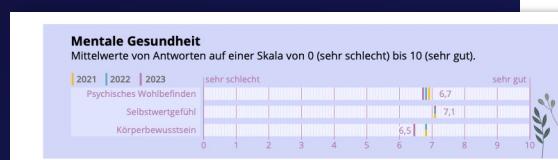


Abb. 1

Solche Mittelwerte neigen dazu, sich recht stabil zu verhalten. Bei der Untersuchung des Beauty Impact Reports 2023 zur mentalen Gesundheit sind daher keine großen Ausschläge zu erwarten. Aufgeschüttelt nach Altersgruppen zeigen sich bei den Antworten der befragten Frauen allerdings feine, aber doch aussagekräftige Unterschiede: Das psychische Wohlbefinden steigt von 6,2 bei den 16- bis 39-jährigen Frauen auf 7,2 bei den Frauen ab 60 Jahren. Einen noch größeren Ausschlag gibt es beim Selbstwertgefühl: 6,5 bei der jüngsten und 7,7 bei der ältesten Gruppe. Das Körperbewusstsein steigt im Mittel von 6,3 auf 6,9.

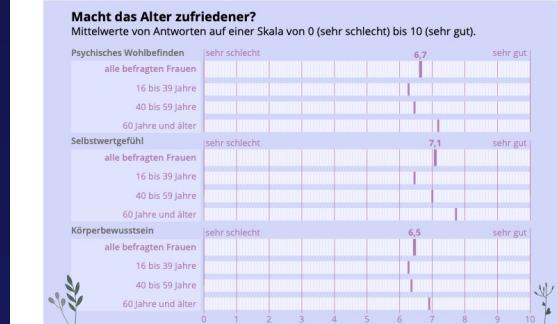
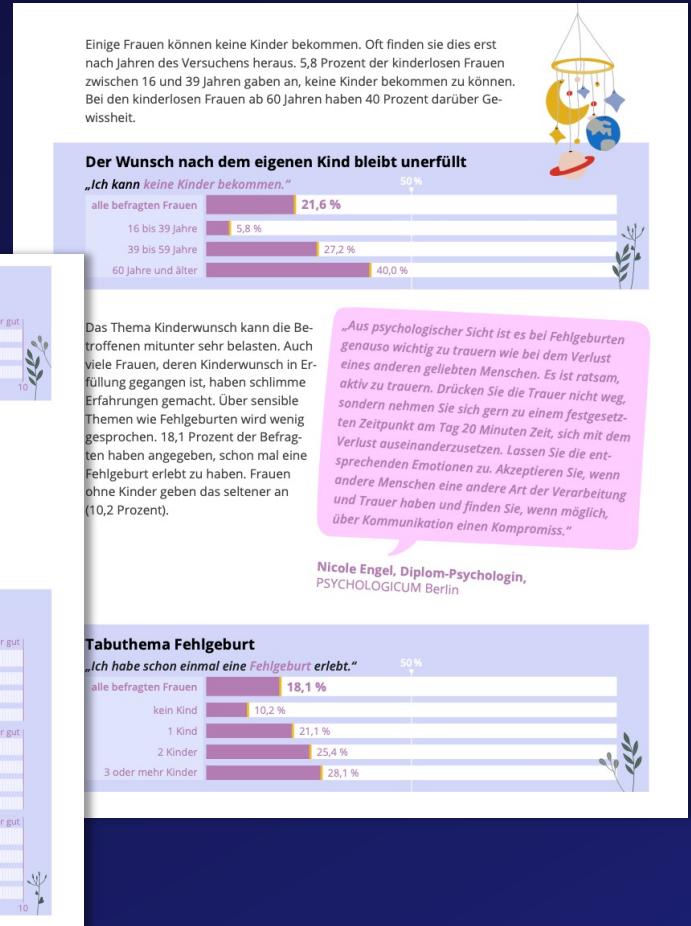


Abb. 2





Menopause

Die Menopause ist eine Lebensphase, die lange tabuisiert wurde, obwohl sie Millionen Frauen betrifft. Der Female Health Report rückt **Bedürfnisse, Symptome und den Umgang mit Wechseljahren** in den Fokus.



Mental Health

Mentale Gesundheit ist ein **zentraler Faktor für das Wohlbefinden von Frauen** – und wird stark von gesellschaftlichen Erwartungen, Social Media und Leistungsdruck beeinflusst. Der Female Health Report beleuchtet **Belastungen, Bedürfnisse und Trends** rund um Resilienz, Selbstfürsorge und psychische Stabilität.



Krafttraining

Krafttraining gewinnt für Frauen zunehmend an Bedeutung – **für körperliche Gesundheit, Selbstbewusstsein und Prävention**. Der Female Health Report analysiert Einstellungen, Wissenslücken und Hemmnisse rund um Training, Körperbilder und Leistungsfähigkeit.



Fruchtbarkeit

Fruchtbarkeit ist ein sensibles Thema, das viele Frauen über Jahre begleitet – oft zwischen **Informationsdefiziten, gesellschaftlichem Druck und individuellen Entscheidungen**. Der Female Health Report untersucht Wissensstand, Sorgen und Erwartungen rund um Familienplanung und reproduktive Gesundheit.



UNSERE THEMEN- SCHWERPUNKTE

NEUER REPORT – NEUE BÜHNE

Ein **kostenloser PDF-Download** der Studie ermöglicht schnellen und einfachen Zugang zu den Ergebnissen, die offline verfügbar und leicht zu teilen sind - dadurch kann mehr Reichweite generiert werden.

Die **neue Sub-Navigation** ermöglicht die Clusterung in einzelne Themenbereiche.

Redaktionelle Artikel greifen die Studienergebnisse auf und bringen sie in Kontext mit weiteren Themen. Aus den gewonnenen Kennzahlen entstehen **informative Texte**, die das Verständnis der Daten erleichtern und vertiefen.

The screenshot shows the FITBOOK website's Female Health Report section. At the top, there's a navigation bar with links for Fitness, Gesundheit, Ernährung, Mind & Body, and several categories under the "FEMALE REPORT" tab. A sidebar on the left lists "Mental Health", "Krafttraining", "Fruchtbarkeit", and "Menopause". The main content area features a large image of a woman performing a pull-up exercise. Above the image, there's a call-to-action for a "GRATIS PDF" download, followed by a brief description of the report's scope and a link to download it. There are also three smaller images of the report cover and some related icons.

*Beispielhafte Visualisierung auf FITBOOK

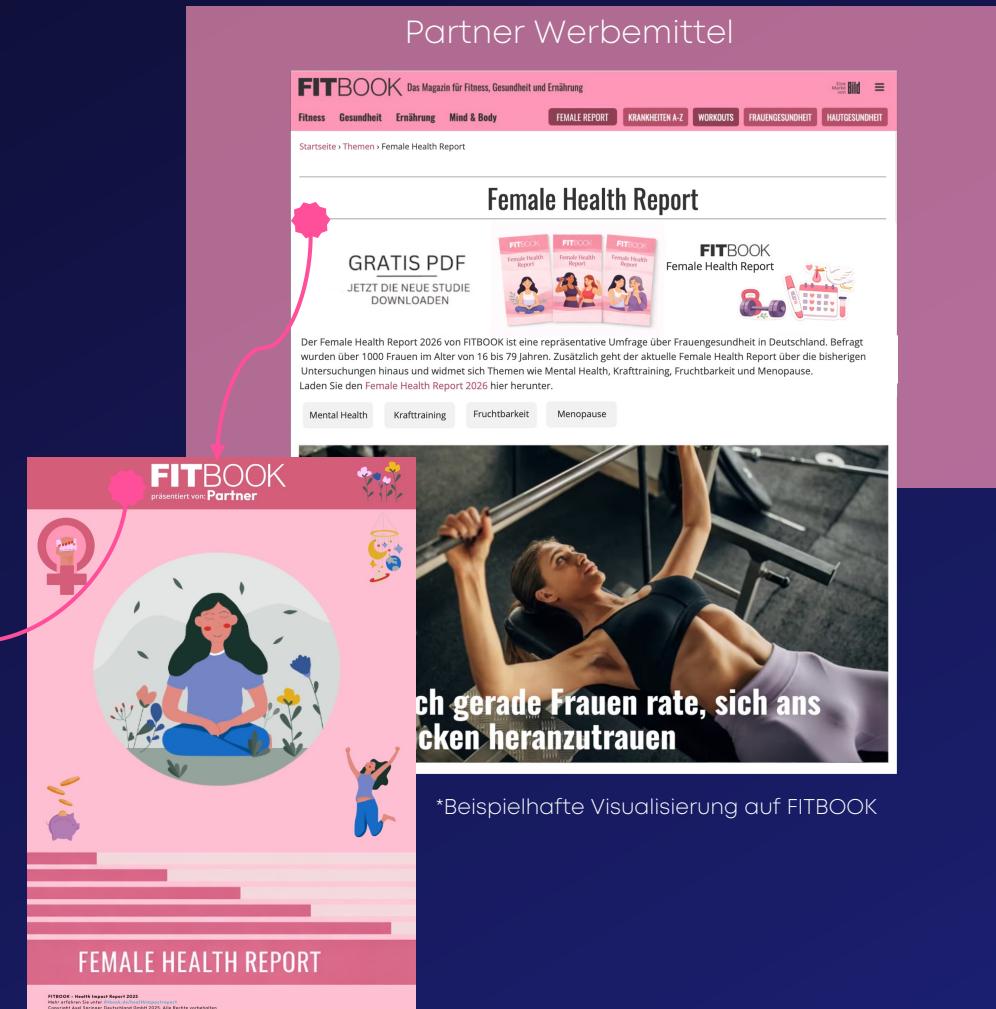
DEINE MARKE IM FEMALE HEALTH REPORT

Setze ein Zeichen und begleite uns bei unserem optimierten Female Health Report zu den Themen Mental Health & Krafttraining , Fruchtbarkeit und Menopause.

Als Partner präsentieren wir Dich **prominent auf der Female Health Report Bühne** und im **Report zum PDF-Download**.

Trage zur **aktiven Aufklärung** und zur **Bewusstseinsschaffung der Themen** im Female Report bei und werde zu unserem Sponsoring Partner.

Nutze die **Platzierung Deiner Produkte und/oder Botschaft** im Rahmen unserer Female Health Reports und hinterlasse damit einen bleibenden Eindruck und nachhaltige Erinnerungen. Das **Event** kann optional dazugebucht werden.



UNSERE PARTNERPAKETE

Kooperation nach Maß

CO PARTNER

ein Themenbereich Deiner Wahl

- ✓ Logointegration in der finalen Studie in **einem Themenbereich**
- ✓ Logointegration im Header und Footer der Female Health Report Bühne auf FITBOOK.de¹
- ✓ Themenspecial S: Mediaplatzierung auf der Female Health Report Bühne und allen Artikeln, festplatziert
- ✓ Mediapaket (z.B. Adbundle & Mobile Medium Rectangle) in ROS
- ✓ Insgesamt 350.000 garantierte Ad Impressions

17.000 € netto^{1,4}
(inkl. Kreationskosten)

PREMIUM PARTNER

exklusiv in allen Themenbereichen

- ✓ Logointegration in finaler Studie **auf jeder Seite & prominent im Intro²**
- ✓ Logointegration als Premiumpartner in Header und Footer der Female Health Report Bühne auf FITBOOK.de²
- ✓ Logointegration auf allen Werbemitteln für dem Female Health Report ³
- ✓ Themenspecial L: Exklusive Mediaplatzierung auf der Female Health Report Bühne und allen Artikeln, festplatziert
- ✓ Mediapaket (z.B. Adbundle & Mobile Medium Rectangle) in ROS
- ✓ Insgesamt 1,35 Mio. garantierte Ad Impressions

55.000 € netto^{1,4}
(inkl. Kreationskosten)

1) keine Exklusivplatzierung, mehrere Partner zugleich möglich

2) nicht exklusiv, auch weitere Partnernennung möglich, Premium Partner prominenter und häufiger dargestellt

3) ausgeschlossen sind redaktionelle Teaser

4) Preise sind bereits vorrabattiert und nicht weiter rabattfähig, jedoch AR- und AE-fähig. Die Umsätze fließen in evtl. Jahresvereinbarungen nur befüllend mit ein.

**WIR FREUEN UNS
DARAUF, INDIVIDUELLE
KONZEPTE MIT DIR ZU
BESPRECHEN!**

Deine Ansprechpartner*innen findets du **[hier!](#)**

