

A young woman with long, wavy brown hair is smiling broadly, looking off to the side. She is holding a white ceramic mug with both hands. She is wearing a light-colored, textured sweater. The background is a bright, out-of-focus interior space with large windows and modern furniture. In the foreground, there is a white vase with pink flowers and a plate with a small piece of food.

Well&fit

Az életmód portál

CentralMédiacsoport



A Well&fit segítséget nyújt a látogatóknak abban, hogy a számukra legmegfelelőbb módszert válasszák ki az életmódváltásra, legyen az fogyókúra, mozgásforma vagy egészséges táplálkozás.



PILLÉREK – BŐVEBB TEMATIKA

#diéta - egészséges táplálkozás, fogyókúra, súlyproblémával kapcsolatos témák

#egészség - a megelőzéstől a gyógyuláson át az egészségmegőrzésig

#mozgás - a leghatékonyabb, -érdekesebb, -népszerűbb mozgástrendek

#divat -

#lélek -

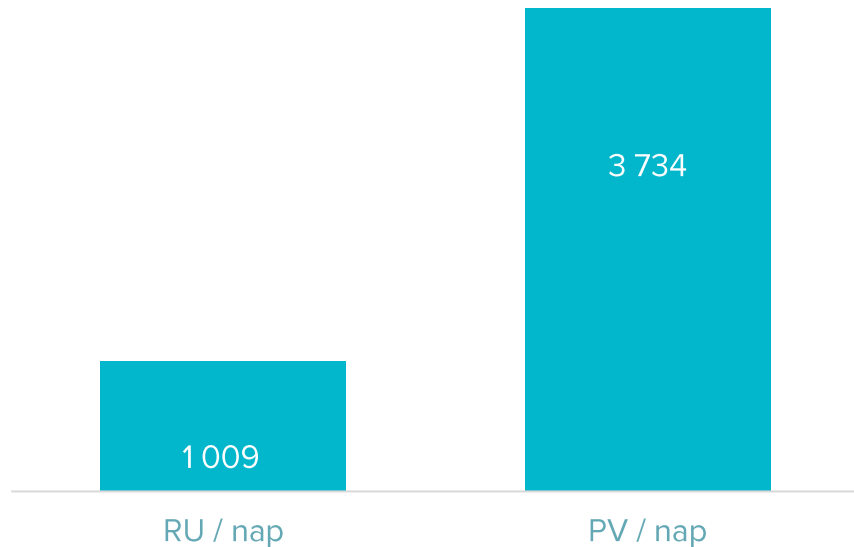
#párkapcsolat -

#környezettudatosság -

#aktuális - hírek, kutatási eredmények, egészséges programok, sztárok módszerei

#szépség - a legújabb divatról, szépségápolásról







A Well&fit látogatói értékes, aktív időt töltenek el a site-on; 2021 [legnépszerűbb cikke](#) közel 74 000, míg a legnépszerűbb rovat ([Diéta](#)) több mint 1,8 milliós oldalbetöltést generált.

5:09

OLDALON ELTÖLTÖTT IDŐ / RU

5,02

OLDALLETÖLTÉS / RU





A Well&fit egy olyan jól definiált célközönséghez szól, akik számára nagyon fontos a napi szintű mozgás és sporttevékenység, ezért a Well&fit-hez és social felületéhez nagyon lojálisak és elkötelezettek.

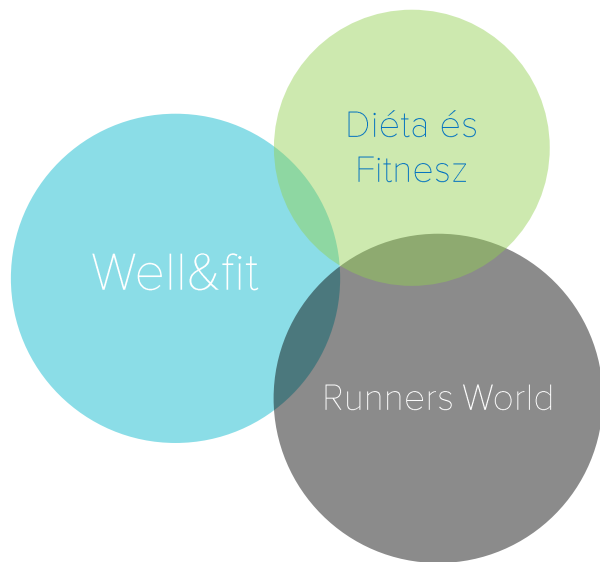
49 000

FACEBOOK KÖVETŐ





A Well&fit látogatóinak több mint 94%-a, 25.636 fő
exkluzív olvasó, őket a konkurens site-ok nem érik el.



ÉRTÉKES CÉLCSOPORTOK



64%-36%

NŐK ÉS FÉRFIAK ARÁNYA



72%

VÁROSI LÁTOGATÓ



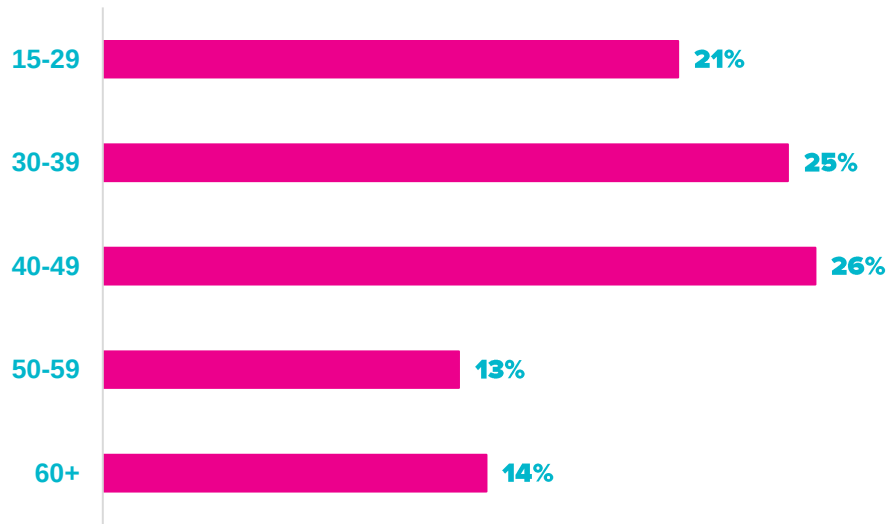
57%

FŐBEVÁSÁRLÓ



27%

AB STÁTUSZÚ



Well&fit



MEGJELENÉSI LEHETŐSÉGEK

Hirdetőink tematikus kapcsolódásokkal, egyedi szponzorációs megoldásokkal is megvalósíthatják kampánycéljaikat.

[SZTENDERD ROVATSZPONZORÁCIÓ](#)

[EXTRA ROVATSZPONZORÁCIÓ](#)

[PR BLOKKSZPONZORÁCIÓ](#)

[SZERKESZTŐSÉGI BLOKKSZPONZORÁCIÓ](#)

[PR CIKK](#)

[BRANDED CONTENT](#)

[HÁTTÉRÁTSZÍNEZÉS](#)

[NYEREMÉNYJÁTÉK](#)

[SZUPERCÍMKE](#)

SZTENDERD ROVATSPONZORÁCIÓ

- Az rovat minden tartalma körül megjelenik a szponzor
- Brandingelt menüpont a teljes site-on
- Bridge megjelenés
- Szponzorált cikk

Well&fit

#KOCKÁS HAS #FOGYÁS #FEHÉRJE
#FUTÁS #CUKOR #SZÉNHDORAT #TOJÁS
#SZEREGÉTES #HASIZOM

MEGJELENT A LEGFRISSEBB SZÁM!
MEGNÉZEM ELŐFIZETEK

AKTUÁLIS DIÉTA EGÉSZSÉG MOZGÁS SZÉPSÉG SZEX #KIHÍVÁS

cerbona

SZERETEM! JÓ NEKEM!
Ínyesiklandó zabos receptek, egy kattintásra tőled!

5 LÉPÉS A BOLDOGABB (ÉS LAPOSABB) HASÉRT
TOVÁBB

sinsay
INGYENES SZÁLLÍTÁS
12-14.02
VÁSÁROLJ ONLINE

Kipróbálnád a Swiftet?
Most 3% Többi-mel és extra 2 év
garanciával megszerezheted -
egyszeren. Járj érte!
Magyar Suzuki Zrt.

Well&fit
Kipróbálnád a Swiftet?
28 NAPOS
Kipróbálnád a Swiftet?

EXTRA ROVATSZPONZORÁCIÓ

- Az rovat minden tartalma körül megjelenik a szponzor
- Háttérátszínezés
- Brandingelt menüpont a teljes site-on
- Bridge megjelenés
- Szponzorált cikk



PR BLOKKSZPONZORÁCIÓ

- 3 db PR cikk
- a blokkban egy cikk leadképpel és szöveggel, a másik kettő címsorral jelenik meg
- a főoldalon egy napig megjelenik a blokk valamelyik cikkje
- a kiválasztott rovatoldalon egy hét folyamatos megjelenés

#KOCKÁS HAS
#FUTÁS
#ZSÍRÉGETÉS

#FOGYÁS
#FUTÁS
#ZSÍRÉGETÉS

#FEHÉRJE
#FUTÁS
#ZSÍRÉGETÉS

#FUTÁS
#FUTÁS
#FUTÁS

#FUTÁS
#FUTÁS
#FUTÁS

MEGJELENT A LEGFRISSEBB SZÁM
MEGNEZEM
ELŐFIZETEM

AKTUÁLIS
DIÉTA
EGÉSZSÉG
MOZGÁS
SZÉPSÉG
#KIHÍVÁS
FITT A NYÁR

EGÉSZSÉG
FÁJDALOM

AZ ÍZÜLETI GYULLADÁS AZ IDŐSEBB NŐK BETEGSÉGE?

ITA: WELLNESSCARE

5 ORÁJA

A középkorú nőknél az idősebb nők jelentős részét érinti az ízületi gyulladás, aminek a fájdalom túl is nagyon komoly következményei lehetnek. Dr. Arnold Dénes Arnold MSO, a Budai Fájdalomközpont sebésze, fájdalomspecialista a jelenség okára és a kezelési lehetőségekre hívta fel a figyelmet.

EGÉSZSÉG
GYÓGYNÖVÉNY

A LEGJOBB GYÓGYNÖVÉNYEK, AMIKET EGÉSZ NYÁRON ÉRDEMES HASZNÁLNI

ITA: WELLNESSCARE

5 ORÁJA

A gyógynövényeknek mindig szezonja van, ha jól akarsz, akkor egész évben segítséget nyújthat az egészséged megőrzéséhez, az immunrendszered erősítéséhez, a szervezeted méregtelenítéséhez. Próbáld ki azokat a gyógynövényeket, amelyek segíthetnek abban, hogy egészségesebb lehess, mint valaha!

BETEGSÉG
EGÉSZSÉG

ÉLVEZD AZ EGÉSZ NYÁRAT EGÉSZSÉGESEN!

ITA: WELLNESSCARE

5 ORÁJA

Ugye te sem szeretnél betegeskedni nyáron, hiszen inkább élveznéd a bulikat...

Egészség egész nyáron!

A legjobb gyógynövények, amiket egész nyáron érdemes használni!

Élvezd az egész nyarat egészségesen!

Lapos has? A jó emésztés segít elérni!

Hirdetés

Hialuron szérum
Hogya Hialuronax tartalmú felhordós a bőröd hidratál - mely és fontos hidratáló!
Hibáztatón Beauty

CIKKAJÁNLÓ

SZERKESZTŐSÉGI BLOKKSZPONZORÁCIÓ

- 3-5 db szerkesztőségi cikk a témában+ 1 PR cikk
- a blokkban egy cikk leadképpel és szöveggel, a másik kettő címsorral jelenik meg
- a főoldalon egy napig megjelenik a blokk valamelyik cikke
- a kiválasztott rovatoldalon egy hét folyamatos megjelenés

#KOCKÁS HAS #FOGYÁS #FEHÉRJE
#FUTÁS #CUKOR #SZÉNHYDRÁT #TOJÁS
#ZSÍRÉGETÉS #HASIZOM

MEGJELENT A LEFOMÁSOS SZÁM!
MEGNEZEM ELŐFIZETEK

AKTUÁLIS
DIÉTA
EGÉSZSÉG
MOZGÁS
SZÉPSÉG
SZEK
#KIHÍVÁS

CUKOR DIÉTA

ÍGY VÁLTOZIK A TESTED, HA SOHA TÖBBÉ NEM ESZEL CUKROT

TOVÁBB

DIÉTA ELHÍZÁS

MIKÉNT BIRKÓZZAK MEG A PAJZSMIRIGYZAVAROKOTTA

EDZÉS MOZGÁS

EZÉRT SZERETJÜK A PLANKET ANNVIARA

Hirdetés

Legyen lapos a hasad!

A lapos has kulcsa az egészséges táplálkozás

7 hatékony trükk a lapos hasért

Haslapható étrend csajoknak

Hirdetés

Munkalámpa

20W/10W LED Munkalámpa. Hálózati és vezeték nélküli működésre is képes. Lincos Kft.

PR CIKK

- a site-on a kapcsolódó rovat jobb oldali hasábjában a „Cikkajánló” blokkban
- a kapcsolódó rovatoldalon a cikkek között listázva.

Well&fit

#KOCKÁS HAS #FOGYÁS #FEJEJRE
#FUTAS #CUKOR #SZÉN-HIDRÁT FÜJÁS
#SIRÉGETÉS #HASIZOM

MEGJELEN A LEGFRISSEBB SZÁM!
MEGNEZEM ELŐFIZETEK

A

AKTUÁLIS DIÉTA EGÉJSZÉG MOZGÁS SZÉPSÉG #KIHVÁS FITT A NYÁR

Főoldal > wellness > A megelőzésről is szolt a pünkösdi hétvége (X)

A MEGELŐZÉS RÖL IS SZOLT A PÜNKSÖDI HÉTVEGE (X)

SZÖRÉS

ÍRTA: WELLNESSCAFFE

A HÉTVEGÉN IS TELL HÁZZAL ZAJLOTT MAGYARORSZÁG ÁTFÖGÖ SZÜRÖPROGRAMJÁNAK ESEMÉNYE. A XIII. KERÜLETBEN A DANONE TÁMOGATÁSÁVAL SZERVEZETT PROGRAMON ÖSSZESEN 5.100 SZÜRÖVIZSGÁLATOT VÉGEZTEK EL. A RÉSZTVEVŐKET SZÁMOS EGÉJSZÉGGEL, ÉLETMÓDDAL ÉS TÁPLÁLKOZÁSSAL KAPCSOLATOS PROGRAM VÁRTA. AZ ÖSSZESEN 37 FELE ÁTFÖGÖ VIZSGÁLAT MELLETT 30 ÉLETMÓD PONT, LÁTVÁNYAN ANATOMIAI BEMUTATÓ ÉS A PROGRAM KIEMELT STRATÉGIÁI PARTNERÉNEK, A DANONE-NAK KÖSZÖNHETŐEN AZ EGÉJSZÉGES ÉLETMÓDDAL KAPCSOLATOS EDUKÁCIÓS JÁTEKOK IS A PROGRAM RÉSZÉT KÉPEZTEK.

A hétvégi programra kilátogatott Sass Dani, a mindig pörgős gasztroarc és műsorvezető, aki maga is összefoglalta miért tartja fontosnak a hasonló eseményeket: „Az gondolat valahol a felnőtté vádásnak a része, hogy az ember elkezd felelősen gondolkodni az egéjszégéről. Rendkívül fontos, hogy egéjszégesen táplálkozunk, gyakoroljuk a számunkra legkedvesebb mozgásformákat, és általában véve egéjszégesen élünk. Ugyanakkor a legegészségesebb élettel mellett is számos betegség leselkedhet ránk. Itt kerül előtérbe a megelőzés, és a szűrőprogramok szerepe. Ezért jöttem el én is elvégezni a szűréskeket. Szerencsére mindent rendben találtak a szűrést végző szakemberek.”

HÍRDETÉS

Fejlessze vállalkozását a Ready Business Index segítségével!

A jövő izgalmas! Ready? Vodafone

Hírdetés

Napelemes rendszer
Válassza ki villanyszámítóját egy napelemes rendszerrel!
GreenSys Electric

CIKKAJÁNLO

SOLARBOOST

Fuss el akár az ürg, meg vissza!

A futás mostanában az egyik legnépszerűbb sport, talán nem véletlenül, hiszen szinte bárhol és bármikor üzhető, és bármikor el lehet kezdeni – és csak egy pár tuti futócipő kell hozzá! Tovább...

Hírdetés

BRANDED CONTENT

- A PR cikk és a szerkesztőségi cikk előnyeit ötvöző, natív megjelenési forma.
- Partnerrel előre egyeztetett, szerkesztőség által írt cikk
- A partner vagy a partner terméke/ szolgáltatása megjelenik a cikkben (a partner neve és 3 szó linkelhető)
- 620x350 méretű kép nyitókép
- 600x400 méretű kép szövegközi kép

The screenshot shows the Well&fit website interface. At the top, there's a navigation bar with the Well&fit logo and social media links. Below it, a dark navigation bar contains categories: AKTUÁLIS, DIÉTA, EGÉSZSÉG, MOZGÁS, SZÉPSÉG, SZEX, and #KIHÍVÁS. The main content area features a large article titled "FRISSÍTS CITRUSOKKAL KÍVÜL, BELÜL!" with a sub-header "Főoldal > Frissíts citrusokkal kívül, belül!". The article text discusses the benefits of citrus fruits for skin and health, mentioning ingredients like Vitamin C and antioxidants. To the right of the article, there's a sidebar with two product recommendations: "FITme! Légy igéző a Fit Me-vel" and "Panangin® tableta". At the bottom of the sidebar, there's a section titled "CIKKAJÁNLÓ" (Article Recommendation) featuring a product image of a "Diét" container.

HÁTTÉRÁTSZÍNEZÉS

- A site tartalmi részén kívül eső terület feltöltése grafikai elemekkel és hirdetői üzenettel

Intsen búcsút a zavaró kilóknak az új Jó Formában Fogókúrás Programmal!

www.joformabanprogram.hu

Hatékony súlycsökkentés természetes módon

Cefamadar®
Fogyókúrás gyógyszer

A lendületes kezdéshez.

Cefamadar®
Fogyókúrás gyógyszer

Cefamadar®
Fogyókúrás gyógyszer

Well&fit

AKTUALIS DIÉTA EGÉSZSÉG MOZGÁS SZÉPSÉG MAGAZIN

Cefamadar®
Fogyókúrás gyógyszer

A kockázatokról és mellékhatásokról kérdezze meg kezelőorvosát és gyógyszerészét

KYLIE MINOUE FÉRJHEZ MEGY

ITA: WELLNESSCafe

A 47 éves énekesnő eljegyezte sorozatszár korfán

SALMA HAYEK GYÁSZOL

ITA: WELLNESSCafe

A színésznő mélyen elszomorított a történet

CATE BLANCHETT VOLT A GÁLA LEGCSINOSABB SZTÁRJA

ITA: WELLNESSCafe

Cate Blanchett választotta egy híres külföldi lap az idei Oscar gála

KATE UPTON KITETTE MINDENÉT

ITA: WELLNESSCafe

A szexi modell a Vanity Fair Oscar partiján sem szégyenlősködött

Wellness+ Cafe
15:30Z kedvesség

Tetszik az oldal Vásárlás most

Felfedezés

Há feliratkozott, értesítést kapsz a Facebookon, amikor az Wellness+ Cafe eseményt hirdet meg a közelében.

Wellness FITT A NYÁR!
MÁJUS 22

1123 BUDAPEST CSÖRSZ U. 14-1

NYEREMÉNYJÁTÉK

- szponzorált cikkoldal, alul a nyereményjáték felület
- Aktuális rovat jobb oldalán kiemelt dobozban
- a doboz megjelenik a főoldalon a játék időtartama alatt
- a nyeremények bruttó összértéke játékonként minimum 100 000 Ft (3-10 db nyeremény)
- opcionális lehetőség az adatbázis megvásárlására
- a nyereményjátékhoz a nyereményt a Partner biztosítja, kézbesítéséről, a nyertesekhez való eljuttatásáról gondoskodik
- a nyereményjáték nyertesait a Well&fit sorsolja ki

Intsen búcsút a zavaró kilóknak az új 16 Formában Fogykúrás Programmal!

www.joformabanprogram.hu

Cefamagar®

Finom és látható diéta csupán 1 adag csak 262 kalóriát tartalmaz!

A lendületes kezdéshez.



Cefamagar®: Testtömeg csökkenését elősegítő különleges hatóanyagú étel-dietetikus vitaminokkal, esszenciális aminosavakkal, nyomelemekkel és L-karnitinnel. Csak gyógyszerértékesítőknél kapható. Gyártó: CEFAMAG KFT. / Németország. Forgalmazó: OmegaConnect Kft. 1165 Budapest, Perjes u. 6. info@omegaconnect.hu

Hatékony súlycsökkentés természetes módon

Well&fit

#FOGYÁS #KÁVÉ #FÉHÉRIE #BŐRÁPOLÁS #FITTING #FITTING #FOGYÁS #FOGYÁS #FITNESS #SZÉNHDÍRAT #GYÖGYTÖNY

MEGJELENT A LEGFRISSEBB SZÁM! MEGNÉZEM ELŐFIZETEK

AKTUÁLIS DIÉTA EGÉSZSÉG MOZGÁS SZÉPSÉG MAGAZIN

Cefamadar®
FOGYÓKÚRÁS GYÓGYSZER



KYLIE MINOGUE FÉRJHEZ MEGY
RITA WELLNESSCAFE
3 ÓRAJA 1 0 0
A 47 éves énekesnő eljegyezte sorozatszár szarkucát



SALMA HAYEK GYÁSZOL
RITA WELLNESSCAFE
TEGNAP 2 0 0
A színésznőt mályven elszomorították a történetek.



CATE BLANCHETT VOLT A GÁLA LEGCSINOSABB SZTÁRJA
RITA WELLNESSCAFE
3 NAPJA 8 0 0
Cate Blanchettet választotta egy híves külföldi lap az idei Oscar gála



KATE UPTON KITETTE MINDENÉT
RITA WELLNESSCAFE
TEGNAP 4 0 2
A szexi modell a Vanity Fair Oscar partiján sem szégyenlősködött.



Cefamadar®
Csaknem az évszázad, így természetesen segít megszabadulni a felesleges kilóktól. **Továbbsegít a kívánt súly eléréséig!**

A Cefamadar® Homeopátiás gyógyszerkészítmény.

Wellness+Cafe
15 302 kedvelés
Tetszik az oldal
Vásárlás most

Wellness FITT A NYÁR!
MÁJUS 22
1123 BUDAPEST CSORSZ U. 14-1



A kockázatokról és mellékhatásokról kérdezze meg kezelőorvosát és gyógyszerészét

SZUPERCÍMKE

- Hashtag vagy címke alapú rovatszponzoráció
- Egy adott témához tartozó cikkek gyűjtőoldalának szponzorálása, már meglévő tartalmak melletti megjelenés
- Bridge megjelenés (300x205)
- Mobilpár: 640x100
- 1-2 PR cikk a témában

KIMERÜLT VAGY A SZOPTATÁS ALATT?

Well&fit IFJÓGYÁS MÁVÉ FÉHÉRE FIBRÓZOPÁS
KIVÁRTATOTT FIBRÓZOPÁS FIBRÓZOPÁS
FIBRÓZOPÁS FIBRÓZOPÁS FIBRÓZOPÁS

MEGJELENÉS A LEGFIBRÓZOPÁS SZÁMÁBAN
MEGJELENÉS A LEGFIBRÓZOPÁS SZÁMÁBAN

AKTUÁLIS DIÉTA **EGÉSZSÉG** MOZGÁS SZÉPSÉG MAGAZIN FITT A NYÁR

Lactamil - Komplex támogatás szoptató anyáknak

Töltsd fel magad!

EZ TÖRTÉNIK, HA TÚL SOK SÓT FOGYASZTASZ
BÍTA MARIUSZ ADRIEN
10.000 Ft
A só (nátrium-klorid) nélkülözhetetlen egy egészséges működő szervezet számára. Szabályozza a folyadék háztartását, valamint részt vesz az ideg- és izomműködésben is. A napi ajánlás mindössze 3-5 g (csupán egy teáskanálnyi), mi magyarak azonban csakis a diétájukat fogyasztják belőle.

5 HÁZI CSODASZER, AMIT AZ ORVOSOK IS CSAK AJÁNLANI TUDNAK
BÍTA MARIUSZ ADRIEN
10.000 Ft
Már az oncosok is nyugodt szível ajánlják a gyógyszerek helyett a természetes gyógymódokat. Öccs, könnyen beszerezhető, gyorsan hatnak, és sokszor ugyanolyan jól alkalmazhatók, mint a vérnyomcsökkentő gyógyszerek.

ÉZTÉRT TARTS PROBIOTIKUM KÜRTÁT
BÍTA MARIUSZ ADRIEN
10.000 Ft
A probiotikumok segítenek a bélflóra egyensúlyában, ami fontos a szoptatás során.

3 FÜSZER, AMIT MINDEN NAP FOGYASZTANOD KELLENE
BÍTA MARIUSZ ADRIEN
10.000 Ft
A fűszerek segítenek a szervezet működésében, és hozzájárulnak a szoptatás sikeréhez.

Újdonság! Bio Gyógygomba Koncentrált Kivonatok
Egyedülálló kivonat technológia - maximális hatóanyag-tartalom!

CIKKAJÁNLÓ

Tanácsadás védőnővel Receptek

Tudj meg TÖBBET A TERMÉKEKRŐL!

Mintaétrend Komplex támogatás

Tudj meg TÖBBET A TERMÉKEKRŐL!

DESKTOP ÉS MOBIL HIRDETÉSI TARIFÁK

MEGJELENÉS TÍPUSA	ROVAT	FELÜLET	HETI ÁR
Sztenderd hirdetés	Teljes	Billboard (970x250)	760 000 Ft
		Billboard pushdown/takeover (970x250<970x500)	990 000 Ft
		Dupla billboard (970x400)	1 050 000 Ft
		Dupla billboard videóval (970x400)	1 200 000 Ft
		Dupla roadblock (640x600)	1 050 000 Ft
		Dupla roadblock videóval (640x600 + YT vid)	1 200 000 Ft
		Half page (300x600)	760 000 Ft
		Half page takeover (300x600<600x600)	990 000 Ft
		Medium rectangle (300x250)	532 000 Ft
		Medium rectangle takeover (300x250<600x250)	760 000 Ft
		Super leaderboard (970x90)	532 000 Ft
		Super leaderboard pushdown/takeover (970x90<970x180)	760 000 Ft

A feltüntetett árak nem tartalmazzák az Áfát.

Bővebb információért, illetve rovatoldali árainkért keresse Central kapcsolattartóját vagy írjon az internetsales@centralmediacsoport.hu címre.

DESKTOP ÉS MOBIL HIRDETÉSI TARIFÁK

MEGJELENÉS TÍPUSA	ROVAT	FELÜLET	HETI ÁR
Különleges hirdetés	Teljes	Billboard cube (4 db 970x250)	910 000 Ft
		Carousel	910 000 Ft
		Cross slider billboard	910 000 Ft
		Dinamikus háttér	1 250 000 Ft
		Dinamikus video billboard (970x250 + YT vid)	1 050 000 Ft
		Dinamikus video roadblock (640x360 + YT vid)	1 050 000 Ft
		Harmónika (300x600<600x600)	1 150 000 Ft
		FélHarmónika (300x600<900x600)	1 050 000 Ft
		Flip	990 000 Ft
		Háttérátszínezés	1 150 000 Ft
		Leporelló	990 000 Ft
		Memoblock	910 000 Ft
		Secrets	910 000 Ft
		Side kick	990 000 Ft
		Swipe (300x600)	910 000 Ft
		Swipe Cards (1 db 300x600 + 3 db 200x400)	910 000 Ft
		Video wallpaper	1 250 000 Ft
		Visions	910 000 Ft
		Video billboard (970x250 + YT vid)	870 000 Ft
		Video board	1 250 000 Ft
		* Interstitial	600 000 Ft
		* Videostitial	600 000 Ft

* Napi megjelenés esetén napi cookie, heti megjelenés esetén heti cookie!

A feltüntetett árak nem tartalmazzák az Áfát.

Bővebb információért, illetve rovatoldali árainkért keresse Central kapcsolattartóját vagy írjon az internetsales@centralmediacsoport.hu címre.

**Köszönjük a
figyelmet!**

internetsales@centralmediacsoport.hu



Central Médiacsoport