



**GEH RAUS! IST EINE INITIATIVE VON
OUTDOOR AGAINST CANCER (OAC)**

Mediadaten **03.18 BIS 03.19**

DAS STARKE MAGAZIN
FÜR EINE GESÜNDERE
GESELLSCHAFT



„Ich möchte, dass alle Menschen, unsere Kinder, deren Kinder und KindesKinder in einer Welt leben, die ihnen Möglichkeiten eröffnet so zu leben, wie es für uns Menschen gut und gesund ist: In Bewegung – körperlich und geistig.“

(Petra Thaller)

Über 2.000 wissenschaftliche Studien bestätigen: Wer mindestens dreimal pro Woche sportlich aktiv ist, senkt das Risiko, an Krebs zu erkranken, erheblich (Kyu et al., 2016; Holmes et al., 2005; McTiernan et al., 2003). Aber auch bei Krebserkrankten wirkt der Sport: Neben geringeren Nebenwirkungen während der Therapie und einer besseren Befindlichkeit ist ein bis zu 40 % geringeres Risiko einer Wiedererkrankung (Rezidiv) je nach Krebsart belegt (Lehman et al., 2016; Sternfeld et al., 2009).

Outdoor against Cancer will mit der Initiative ‚Geh raus!‘ die Menschen in Deutschland und im Rest Europas aufklären und in erster Linie Erkenntnisse und Studien, die es zum Thema Sport- und Outdoor-Aktivitäten & Gesundheit (insbesondere Krebs) bereits gibt, verständlich und vor allem alltagsrelevant aufbereiten.

„Geh Raus!“ ist ein Leitfaden aus der Unbeweglichkeit, in der man sich als kranker Mensch, Angehöriger oder Sportanfänger vermehrt befindet.

„Geh Raus“! ist ein junges und lebensbejahendes Magazin mit hilfreichen Beiträgen renommierter Wissenschaftler, Porträts über Persönlichkeiten aller Couleur, handfesten Angeboten von Sportorganisationen, Reise- und Veranstaltungstipps sowie Wissenswertes aus dem Gesundheitswesen.



Petra Thaller/Thorsten Schulz
Outdoor against Cancer
Wie Bewegung und Sport in der Natur im Kampf gegen Krebs wirken

- Schnellere Genesung
- Mehr Lebensqualität
- Bessere Prognosen

256 Seiten, Geb. Buch mit Schutzumschlag
20,00 [D] / € 20,60 [A] / CHF 27,90 (UVP)
ISBN 978-3-424-63166-1
Kailash Verlag
Erscheinungstermin: 20. August 2018
Auch als eBook erhältlich

Kurz: ‚Geh raus!‘ ist ein stylisher und moderner Ratgeber für mehr Bewegung im Alltag. Das Magazin wendet sich an Gesunde und Kranke gleichermaßen. Unsere Ziele sind Aufklärung im Rahmen von Prävention, Therapiebegleitung und Restitution (= Wiedererlangung der Leistungsfähigkeit). Denn was nützt all das Fachwissen, wenn es nicht an die breite Öffentlichkeit gelangt?

In Zeiten der Digitalisierung sind es bereits unsere Kinder, die in einem überaus hohen Maße an Bewegungsmangel leiden. Fußballspielen, auf Bäume klettern, wilde Radtouren verschwinden vor allem im urbanen Raum. Dabei sind es Naturräume, das Grün, Berge, Seen und Meer, die uns Menschen körperlich und seelisch gesund erhalten.

Bewegungsmangel ist nachweislich schuld an einer Vielzahl von Erkrankungen. „Geh Raus!“ ist deshalb eine Aufforderung, das zu tun, wofür wir Menschen gemacht sind:

Uns zu bewegen!

UNSERE THEMEN!

Persönlich!

- Erfolgsgeschichten
- Wissenschaft leicht gemacht
- So lerne ich ...
- Anleitungen zu einem besseren und gesünderen Leben

Versorgt!

- Touristische Angebote
- Unterstützer des gesellschaftlichen Wandels
- Aufgaben der Unterstützer

Gemeinsam!

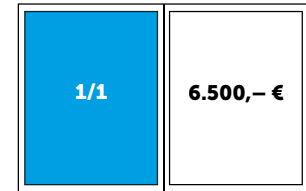
- Medien
- Handel
- Politik
- Medizin

Wissen

- Tipps für ein gesünderes Leben – fundiert, logisch und wissenschaftlich verständlich aufbereitet

Endformat: 190 x 247 mm

Anzeigenformate plus 4 mm Beschnitt



B 190 x H 247 mm

ERSCHEINUNGSTERMINE

ANZEIGENSCHLUSS

DU-SCHLUSS

04/2018 (Anfang November)

25.10.2018

31.10.2018

01/2019 (Anfang März)

26.01.2019

02.02.2019

02/2019 (Anfang Juli)

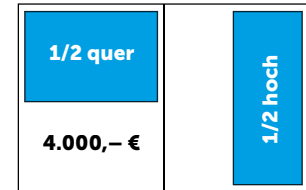
26.05.2019

02.06.2019

03/2019 (Anfang November)

02.10.2019

09.10.2019



Quer: B 190 x H 120 mm

Hoch: B 92 x H 247 mm

**WEITERE
ANZEIGEN-
FORMATE
AUF ANFRAGE!**

Rabatte bei
Mehrfachbuchung.

DETAILS

DRUCKUNTERLAGEN

PDF: PDF/X-3 · Farbe: CMYK

Farbprofil:

Umschlag: ISO Coated v2 300%, Bilder: 300 dpi

Inhalt: PSR LWC Plus_V2_PT

Beschnitt: 4 mm

DRUCKUNTERLAGENVERSAND:

per Link oder E-Mail

VERTRIEB:

- Paketbeilage und Auslage im Sportfachhandel (Verteilung an Mitarbeiter in Betrieben mit OaC-betrieblichen Gesundheitsmanagement My Change – My Change)
- Leserkreis in Deutschland
- Universitätskliniken (DACH, I)
- Media Carrier als E-Paper bei Lufthansa, Austrian Airlines, SWISS und Eurowings; Hotelkunden
- auch online lesbar unter www.gehraus.info

PRINT-
LESERKONTAKTE
bundesweit
ca. 1,5 Mio.

SPECIAL:

Integration in den
OaC-Newsletter
TKP: 35,- €

KONTAKT OUTDOOR AGAINST CANCER



Anzeigenberatung

Angelika Guettel | aguettel@kastner.de | Telefon +49 (0) 84 43 / 91 72 92
Schloßhof 2–6 | 85283 Wolnzach

Ansprechpartnerin, Herausgeberin

Petra Thaller | petra.thaller@outdooragainstcancer.com | Telefon +49 89 41 10 94 71
Prinzregentenstraße 97 | 81677 München

outdooragainstcancer.com

Fotos: © Christian Ludwig, Harald Wisthaler, istockphoto.com/misssobbbtt+ma_rish

