

MUSCLE **& FITNESS**

MEDIA KIT 2015

MOTIVAR. INSPIRAR. EDUCAR.

A woman with long dark hair tied back, wearing a teal sports bra and denim shorts, stands in a gym. She is looking directly at the camera. In the background, there are several red and black punching bags hanging from the ceiling. The lighting is dramatic, highlighting her physique.

**A maior
revista de
fitness do
mundo está
no Brasil!**

**Associe
sua marca
e alcance
um público
qualitativo,
focado
em alta
performance
e saúde.**



A Muscle&Fitness

Motivar, inspirar, orientar, educar... A revista Muscle & Fitness tem como missão contribuir para uma melhor performance das pessoas que se dedicam a uma rotina de treinamento e nutrição adequada, além de disseminar conteúdo que estimule hábitos saudáveis e o consequente bem-estar.

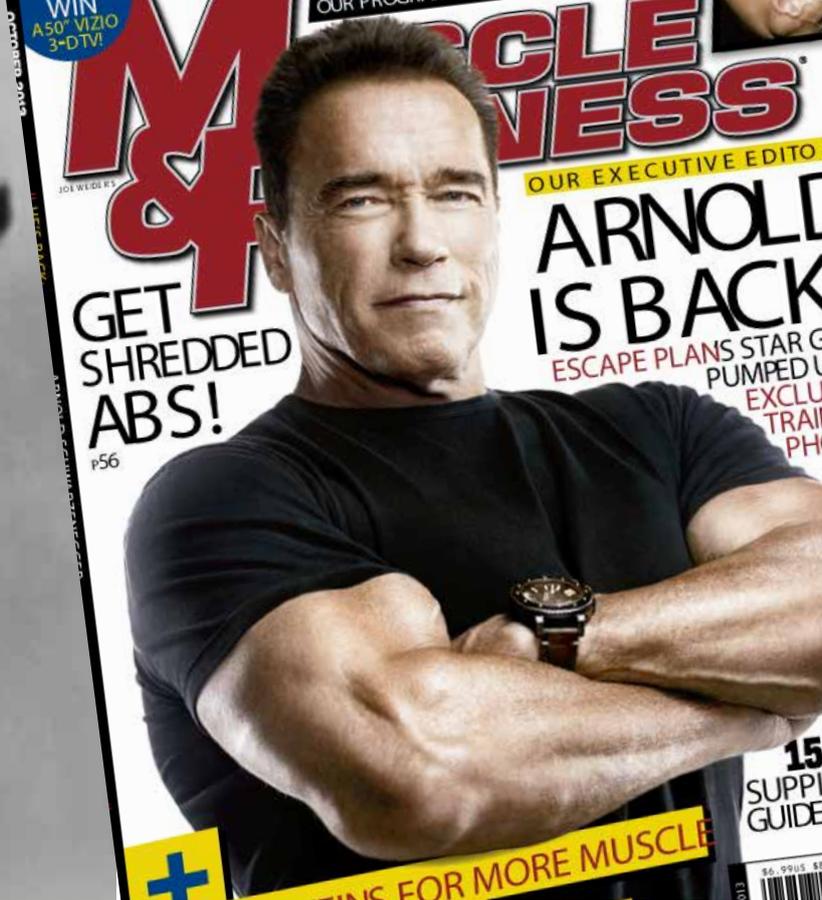
Novas tendências e tecnologias, exemplos de atletas e

personalidades, análises de especialistas do mercado fitness em colunas e entrevistas especiais. Tudo isso faz da M&F uma publicação referência no mundo.

Foco em resultado é o lema que acompanha nossa revista. Não fique de fora!

#MuscleAndFitnessBr
#FocoEmResultado

www.muscleandfitness.com.br



Nossa história...

A Muscle & Fitness é uma revista americana, fundada pelo precursor do fisiculturismo e do mercado fitness no mundo - Joe Weider. Hoje, a publicação está presente em 23 países, incluindo o Brasil (o site está no ar desde agosto de 2014 e a versão impressa será lançada neste primeiro trimestre). São mais de 30 anos de história, atraindo - de forma crescente - um público que consome informação qualitativa sobre treinamento, alimentação e suplementação. É o melhor manual para homens e mulheres que focam em resultado, ou seja, um corpo definido e com saúde.

No país, a entrada da marca é recente. A estreia aconteceu em 25

de agosto do ano passado, dando início a uma importante experiência editorial independente fora dos Estados Unidos, prova de que o Brasil está no cenário estratégico da marca.

Além de contar com a qualidade do conteúdo internacional, a revista tem o compromisso de colocar na vitrine personalidades e atletas brasileiros que têm rotina rigorosa de treinamento e disciplina com alimentação e suplementação.

No radar da M&F Brasil estão nomes ligados ao MMA, fisiculturismo, crossfit, corrida, basquete, vôlei, futebol, surfe, ciclismo, entre outros esportes de alta performance, além de profissionais ligados ao mercado fitness.

Números da marca nos EUA:

5.8 M

público/revista impressa

5.6 M

visitantes únicos/mês

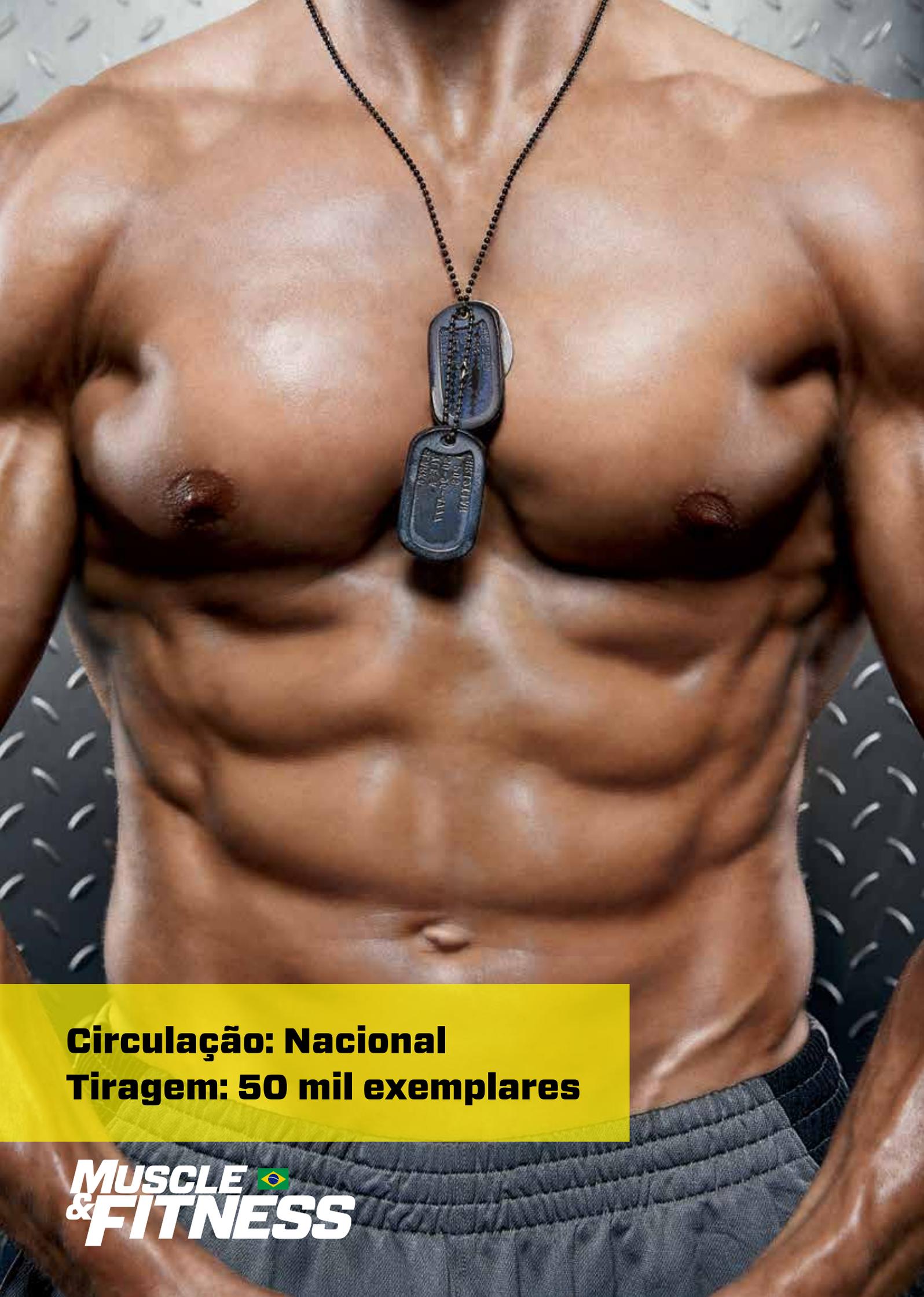
42 M

pageviews/mês

Facebook: 4.5 M
Twitter: 375 k

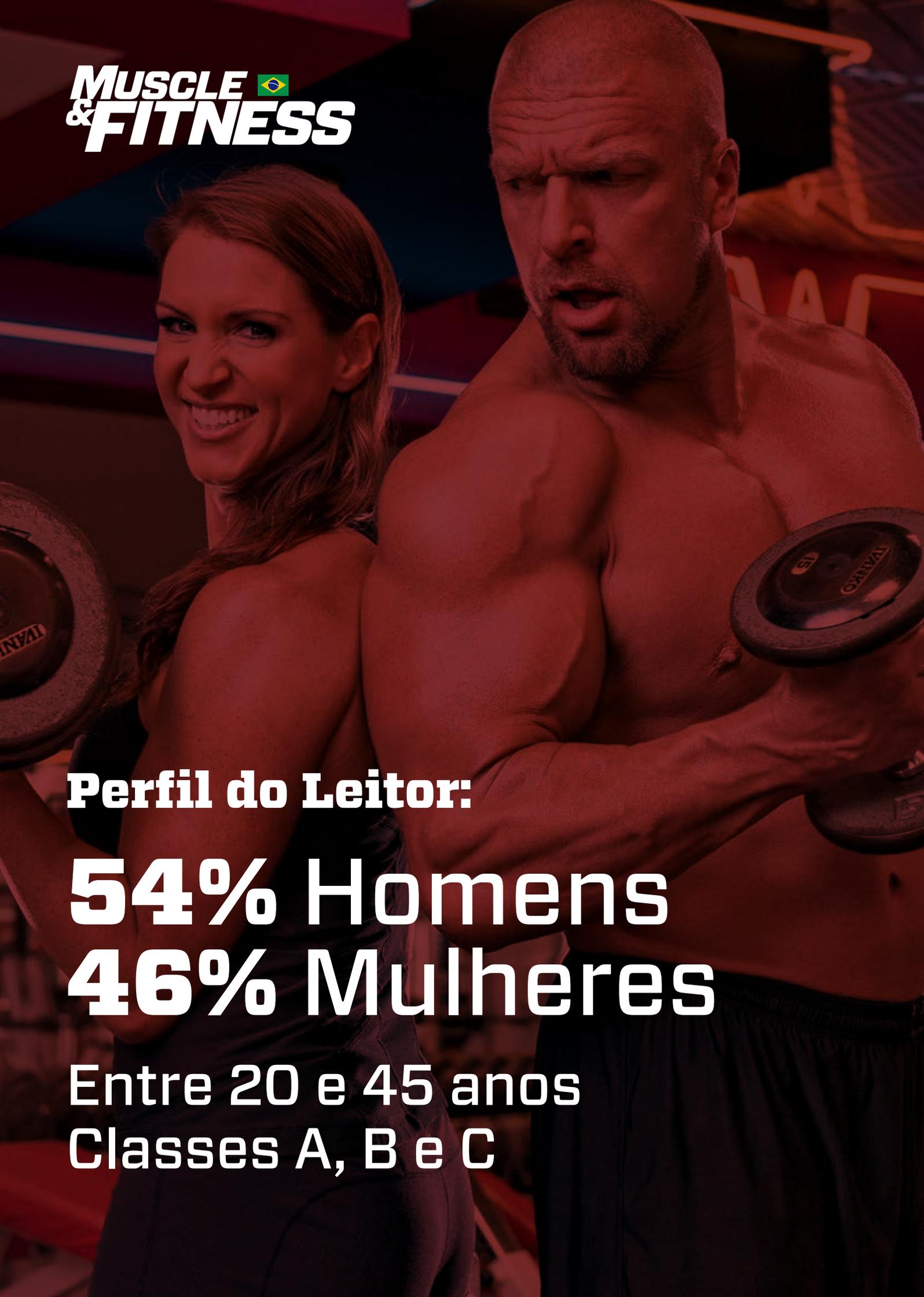
*** O Brasil aparece em segundo lugar do ranking do mercado fitness, perdendo apenas para os norte-americanos. Acreditamos numa curva de crescimento expressiva, ao longo de 2015, da M&F no país.**





Circulação: Nacional
Tiragem: 50 mil exemplares

MUSCLE 
& FITNESS

A man and a woman are shown in a gym setting, both lifting dumbbells. The man is in the foreground, shirtless, with a focused expression. The woman is behind him, smiling. The background is a gym with various equipment. The overall color scheme is a warm, reddish-brown.

MUSCLE 
& FITNESS

Perfil do Leitor:

54% Homens

46% Mulheres

Entre 20 e 45 anos

Classes A, B e C

Conteúdo editorial

- ▶ **Treinamento**
- ▶ **Nutrição (Alimentação e Suplementação)**
- ▶ **Entrevistas especiais com atletas e personalidades que têm rotina rigorosa de treinamento**
- ▶ **Colunistas convidados: profissionais expoentes do mercado fitness**



**MELHOR
MANUAL**
de treinamento
e nutrição
DO MUNDO



Formatos especiais

Folder de Capa

Tenha a melhor visibilidade da revista, com o seu anúncio posicionado antes da página dupla de abertura, num corte especial e diferenciado.

Cinta de Capa

Valorize o seu anúncio e a sua promoção diferenciada usando o melhor marcador possível: Uma cinta que, além de possibilitar uma chamada na parte mais nobre da revista que é a própria capa, leva o primeiro leitor diretamente para o seu anúncio.

Encartes Especiais

Excelente formato de 16 páginas com conteúdo editorial personalizado, desenvolvido pela nossa equipe, sempre trazendo uma nova e apro-

fundada visão do tema necessário. Este produto, além de circular encartado na edição pode ter uma tiragem extra num valor extremamente compensador.

Móvil com dobradura

Estamos sempre à sua disposição para criar ou realizar qualquer formato diferenciado. Dobradura, móbil, transparência, 3D etc etc.

Publicações Customizadas

Como referência em produção de conteúdo para atletas e fisiculturistas, Muscle & Fitness também pode criar a publicação que sua empresa precisa para atingir o target certo, com as mensagens corretas.



Site www.muscleandfitness.com.br



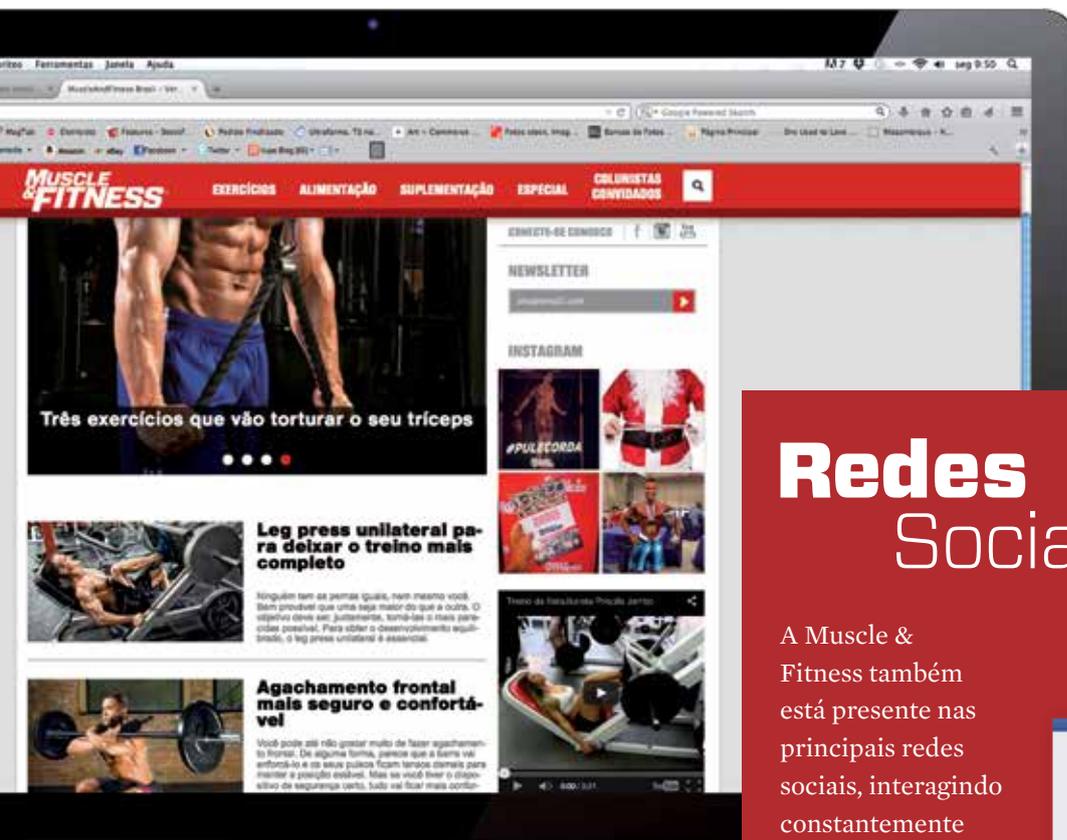
Perfil de usuários

IDADE*

20 a 25 anos:	20%
26 a 35 anos:	55%
20 a 45 anos:	10%
46 a 55:	5%
56 a 65:	3%
+ 65:	2%

SEXO*

MASCULINO:	56%
FEMININO:	44%



Redes Sociais

A Muscle & Fitness também está presente nas principais redes sociais, interagindo constantemente com um público que busca informação sobre treinamento e nutrição. No Facebook, Instagram e YouTube.

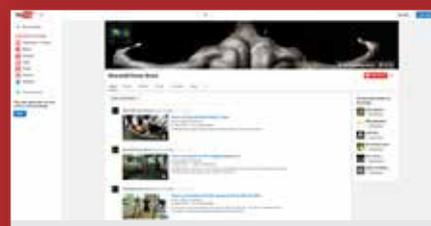


Tabela de Preços

MIOLO

1 página	20,2 x 26,6 cm	R\$ 18.640,00
1/2 página	20,2 x 13,0 cm	R\$ 13.680,00
1/3 página	07,0 x 26,6 cm	R\$ 11.360,00
Rodapé	20,2 x 06,0 cm	R\$ 9.520,00
1/4 página	09,7 x 13,0 cm	R\$ 8.800,00
Capas Internas	20,2 x 26,6 cm	R\$ 22.000,00
4ª Capa	20,2 x 26,6 cm	R\$ 26.560,00
Página Dupla	40,4 x 26,6 cm	R\$ 33.440,00
Encarte 1 página	20,2 x 26,6 cm	R\$ 41.800,00
Sobre Capa de Assinantes	20,2 x 26,6 cm	R\$ 33.440,00
Pôster	38,2 x 23,2 cm	R\$ 39.440,00
Folder de Capa	40,0 x 26,6 cm	R\$ 42.320,00
Selo de Patrocínio	até 10 cm²	R\$ 13.120,00

Caso o anunciante deseje veicular um publiinforme, será acrescido 20% sobre os custos negociados.



A!Comunicações Ltda.

Rua São Clemente, 371, Botafogo,
Rio de Janeiro / CEP: 22.260-001
Tel: (021) 3217.3741

AS ARTES DOS ANÚNCIOS DEVEM SER ENTREGUES CONFORME AS SEGUINTE ESPECIFICAÇÕES:

- 1] Os arquivos enviados para veiculação deverão conter, obrigatoriamente, marca de corte com sangria de 5mm;
- 2] Manter uma área de segurança de no mínimo 5 mm da marca de corte para textos, assinaturas, logotipos e partes importantes da imagem;
- 3] Todos os arquivos deverão ser entregues em CMYK com imagens em 300dpi nos formatos .jpg(qualidade máxím ou .pdf;
- 4] O limite máximo de carga de tinta (total ink) não poderá ultrapassar 320%*;
- 5] Textos e ou ilustrações em preto (K), quando sobre imagens ou fundos coloridos, deverão ser aplicados com a função "overprint".

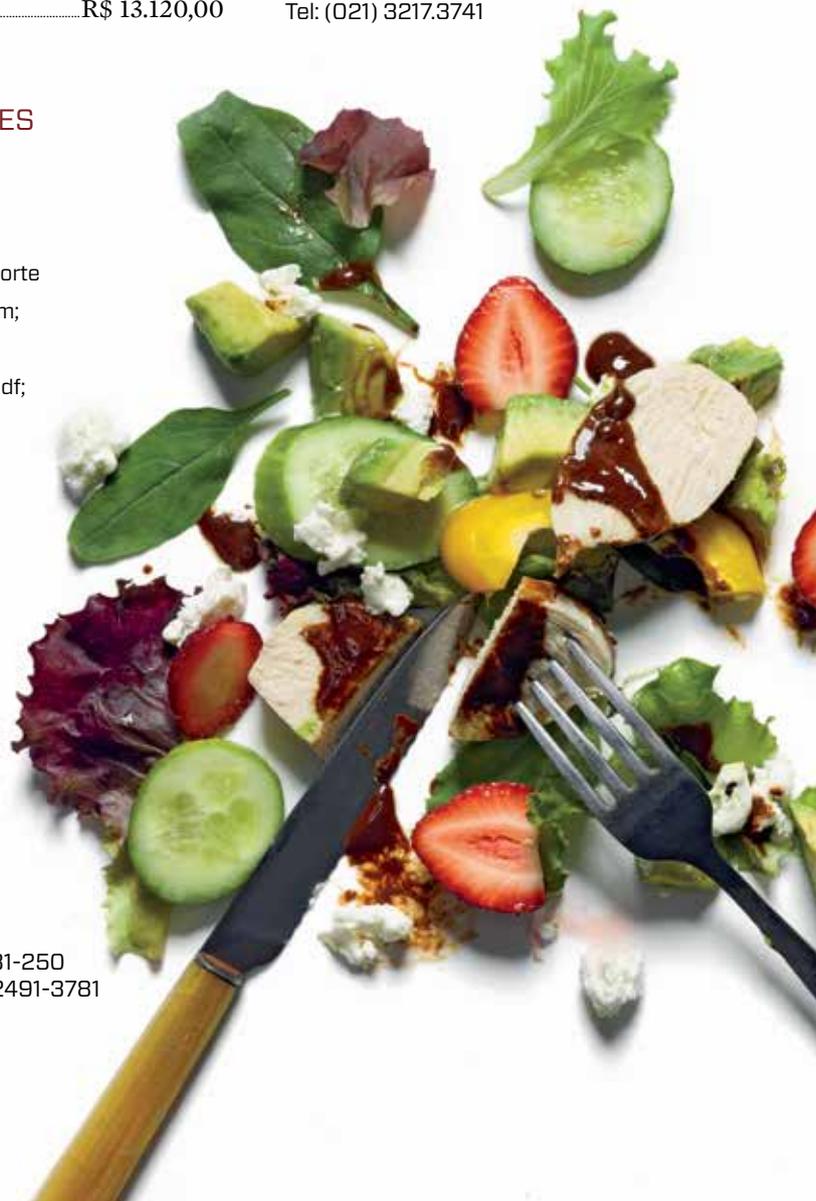


RIO DE JANEIRO

Rua Dalcídio Jurandir, 255, sala 131, Rio de Janeiro (RJ) CEP 22631-250
Tel/fax: (21) 2493-1111 / 2491-3747 / 2439-8779 / 2484-4474 / 2491-3781

SÃO PAULO

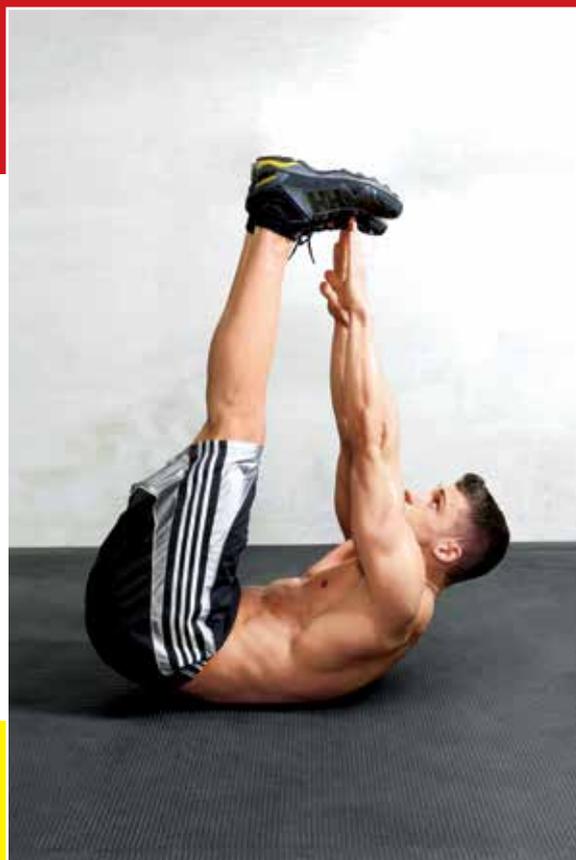
Rua São Samuel, 177, Vila Mariana, São Paulo (SP)
CEP 04120-030 Tel/fax: (11) 5574-0747



Web Preços

- 1. Big Banner** - 30 dias - R\$ 2.100,00
- 2. Super Banner** - 30 dias - R\$ 1.400,00
- 3. Full Banner** - 30 dias - R\$ 750,00
- 4. Banner** - 30 dias - R\$ 1.100,00
- 5. Selo padrão** - R\$ 550,00
- 6. Selo retangular** - R\$ 350,00
- 7. Pop up pequeno / dia** - R\$ 480,00
- 8. Pop up médio / dia** - R\$ 790,00
- 9. Wallpaper / dia** - R\$ 1.250,00

Planos trimestrais: desconto de 10%
Planos semestrais: desconto de 20%
Plano anual: desconto de 30%



FORMATOS **Tamanho máximo do arquivo: 40K Formatos admitidos: .jpg, .jpeg e .png.**

1. BIG BANNER
980 x 90

2. SUPER BANNER
728 x 90

3. FULL BANNER
468 x 60

4. BANNER
300 x 250

7. POP UP PEQ.
250 x 250

8. POP UP MED.
400 x 400

5. SELO PADRÃO
300 x 120

6. SELO RETANG.
257 x 90