



prana

Prana er et holistisk livsstils-magasin for alle, der interesserer sig for personlig og åndelig udvikling - og som er nysgerrige efter mere end det sædvanlige. Livskvalitet, personlig udvikling og sundhed for krop og sjæl er emner, som interesserer flere og flere. Mange mennesker efterspørger alternative veje til at opnå forståelse for sig selv og andre. Med Prana ønsker vi at inspirere til personlig udvikling og informere om de mange forskellige veje dertil. Vi rammer en trend i tiden, og vi rammer bredt - da vi ikke har anden agenda end at oplyse og informere om alle emner inden for personlig og åndelig udvikling, såvel individuelt som kollektivt.



prana yoga

Prana YOGA er Danmarks eneste yogamagasin, udgivet af Prana på læsernes opfordring. De sidste 10 år har yoga'en for alvor fået fat i danskerne. Man kan gå til yoga i den lokale idrætsforening, i det lokale fitnesscenter eller i et af de utallige yogacentre, der er skudt op landet over. Med Prana YOGA ønsker vi at følge, hvad der sker i det danske yogamiljø - og samtidig bringe dybdegående artikler om yogsens oprindelse og filosofi. Og mest af alt give inspiration til den daglige yoga praksis.



APPELLERER TIL ALLE UANSET KØN OG ALDER



ÆRLIGHED OG KÆRLIGHED



BALANCE, NATUR OG BEVIDSTHED



SAGLIGHED, FAGLIGHED OG HUMOR

OM LÆSEREN

Vi har lavet en læserundersøgelse for at finde ud af noget mere om Pranas læsere - hvem de er, deres tilfredshed med Prana mm.

DEN TYPISKE PRANA LÆSER

Baseret på vores undersøgelse, kan vi konkludere, at den typiske Prana-læser er:

- Kvinde mellem 40 og 59 år med en meget bred interessesfære inden for personlig og åndelig udvikling. En del er vegetarer eller veganere.
- Hun er tilfreds med Prana og vil fortsætte med at købe magasinet.
- Hun bruger mere end en time på at læse det og gemmer magasinet, så det kan tages frem og læses igen.
- Hun læser annoncerne og er ofte blevet inspireret til at reagere.
- Hun anbefaler Prana til andre.

HOVEDKONKLUSIONER:

- 84% er meget tilfredse eller tilfredse med Prana
- 74% anbefaler Prana til andre
- 95% bruger mere end 1 time på at læse Prana
- 82% gemmer magasinet
- 93% læser annoncerne
- 92% synes annoncemængden er passende
- 72% har enten reageret eller er blevet inspireret til at reagere på en annonce

KØN:

Kvinder: 88%
Mænd: 12%

ALDER:

20-29: 3%
30-39: 18%
40-49: 36%
50-59: 30%
60-69: 13%

UNIKKE OG DYBDEGÅENDE ARTIKLER SAMT INTERVIEWS



HEALING, TRANSFORMATION OG SANDHED



KROPPEN OG DENS INDRE VERDEN

55 SIDER MED YOGA, MINDFULNESS OG VELVÆRE



MYSTIK, KULTUR OG VISDOM

OPLAG & LÆSERTAL

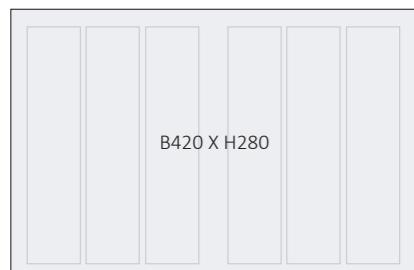
Prana udkommer 2 gange årligt: start juni og start december.

- Prana trykkes i et oplag på 2 x 5.000 stk
- Prana sælges via abonnement i over 300 bladkiosker gennem Bladkompagniet og via vores eget forhandlernetværk af alternative behandlere, helsekostforretninger og yogacentre (ca. 30 stk)
- De magasiner, der ikke bliver solgt uddeles bl.a. på 256 cafeer rundt i landet (Økologiske, veganske, bogcaféer primært)
- Over en 12 måneders periode giver dette et læsertal på ca. 142.000 *

* Udregning er baseret abonnerer, løssalg + gennemsnitligt læsertal på 2,8 læsere pr. café pr. dag.

FORMATER & PRISER

//ANNONCER FORMAT 2024//



2/1 side



1/1 side



1/2 side højformat

1/4 side

B85
X
H125

//PRISER 2024//

FORMAT	BREDE/HØJDE	PRIS
2/1 side	420 x 280 mm	25.900 kr. (kun 4 pladser)
1/1 side	210 x 280 mm	14.900 kr. (kun 8 pladser)
1/2 side	175 x 125 mm (bred) 85 x 255 mm (høj)	8.900 kr.
1/4 side	85 x 125 mm	5.900 kr.

//GRAFISK LAYOUT PRISER 2024//

FORMAT	PRIS
2/1 side	1.500 kr.
1/1 side	1.000 kr.

//DEADLINES 2024//

UDGIVELSE NR.	UDGIVELSE	DEADLINE
Nr. 38 (Sommer)	Uge 18	1/5
Nr. 39 (Vinter)	Uge 38	1/11

//TEKNISK INFORMATION 2024//

TIL KANT FORMAT:
280 x 210 mm + 3 mm
til beskæring.

MATERIALE:
Højtopløselige PDF-filer
eller EPS-filer.

ANNONCEPLACERING:

Dobbeltsider og helsider placeres mellem artiklerne i Prana og Prana YOGA.

RABATTER:

Der gives rabatter til nye kunder samt annoncører der bestiller annoncer.

Prana ApS • Havneholmen 56 4.tv • 1561 København V
• www.prana.dk • info@prana.dk • T: 60 40 70 60

PRANA APS

Prana udgives af en visionær gruppe af ildsjæle, som brænder for at inspirere mennesker til vækst. Vi ønsker med Prana at formidle liv, kraft, næring og inspiration - til at leve et lykkeligere, sundere og mere harmonisk liv.

Det vil være en stor glæde for os at byde dig velkommen som annoncør i Prana!

prana

det bevidste bogasin

prana
Nr. 33 vinter 2019 - www.prana.dk
yogā

MEDIEKIT 2024



2 MAGASINER i 1

Vendeblad på 164 sider

PRANA BOGASINET

Det spirituelle magasin
108 sider

PRANA YOGA

Danmarks eneste
yogamagasin
56 sider