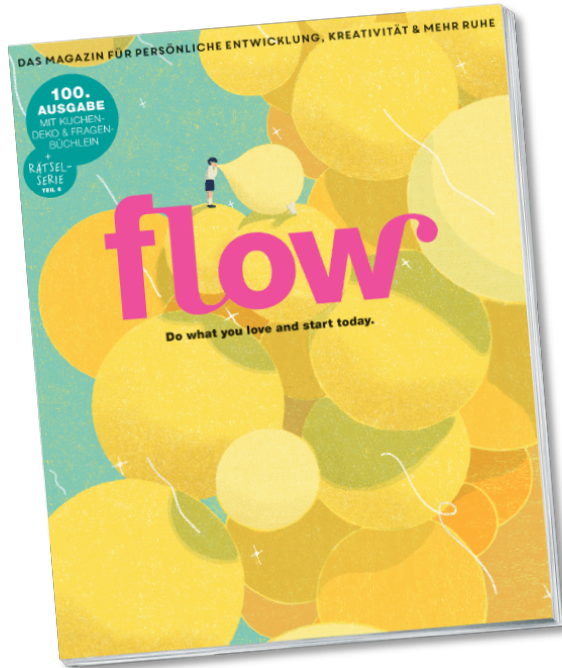




FLOW ist das Magazin für persönliche Entwicklung, Kreativität und mehr Ruhe

Die Zeitschrift für vielseitig interessierte und gebildete Frauen, die gut für sich selbst und ihre mentale Gesundheit sorgen wollen. Achtmal im Jahr liefert FLOW vielfältige Inspirationen, Einblicke und positive Denkanstöße für ein erfüllteres, bewussteres Leben mit mehr Freude am Moment. Expertinnen und Experten aus den Bereichen positive Psychologie, Gesundheit, Achtsamkeit, Philosophie und Persönlichkeitsentwicklung kommen zu Wort und reflektieren die aktuellen Stimmungen und neuen Entwicklungen in der Gesellschaft.

Das Magazin zeichnet sich durch liebevolle Gestaltung, viele Illustrationen und eine eigene Sprache aus. Dabei besticht es durch sein Papiererlebnis: Eine aufwendige Ausstattung und zwei Papier-Extras pro Ausgabe für die Leserinnen und Leser machen das Magazin einzigartig.

- ✓ Erscheint **8x im Jahr**
- ✓ Reichweite: **427.000 Leserinnen und Leser**
- ✓ **65.303 verkaufte Exemplare** (IVW Q 2/26)
- ✓ **87,4 %** der Leserschaft sind weiblich
- ✓ hohes Ø monatliches HHNK von **4.460 €**
- ✓ **Hohes Ausgabebereitschaft** für Gesundheit/ Wellness (60 %) und Reisen (53%)

Preise gew. 2027

- ab 540 €
- 1/1 Seite 4c: 20.900 €

(Quelle: AWA 26)