

GESUND FIT SCHÖN

Oktober 2026



Longevity

Länger jung, früher gesund

Tomaten

Mediterraner Geschmack
aus dem Oberland

Seite 7

Rudern

Kraft, Ausdauer und
Natur im Einklang

Seite 11

Jeans

Der zeitlose Klassiker
für jeden Tag

Seite 16

Beilage Gesund/Fit/Schön im «Zürcher Oberländer» und «Anzeiger von Uster»

Auflage: 99'237 Exemplare
 Leser: 124'000 Leser
 Erscheinung: Mittwoch 7. Oktober 2026
 Inseratenannahme: Mittwoch 23. September 2026
 Format: Tabloid 235 x 320mm
 :

Gratis PR-Eintrag zum Inserat:

Zusätzlich erhalten Sie bei der Buchung eines Inserates einen kostenlosen PR in der gleichen Grösse Ihrer Anzeige.

1/16 Seite 1 Bild und 400 Zeichen inkl. Leerzeichen
 1/8 Seite 1 Bild und 800 Zeichen inkl. Leerzeichen
 1/4 Seite 1 Bild und 900-1000 Zeichen inkl. Leerzeichen
 1/2 Seite 1 -2 Bilder und 2000 Zeichen inkl. Leerzeichen
 1/1 Seite 2 -4 Bilder und 4000 Zeichen inkl. Leerzeichen

Kontakt

Zürcher Oberland Medien AG
 Rapperswilerstrasse 1
 8620 Wetzikon
 Tel. 044 933 33 33
 E-Mail servicedesk@zol.ch

- Auftragsbestätigung
- Beleg Fr. 5.-
- Gestaltungskosten inkl. 1GzDab Fr. 35.-

Kunden-Nr.

Firma _____

Adresse _____

Kontaktperson _____

Telefon _____

E-Mail _____

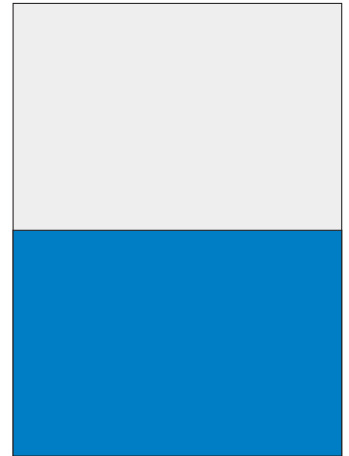
Datum _____ Unterschrift _____

Druckmaterial

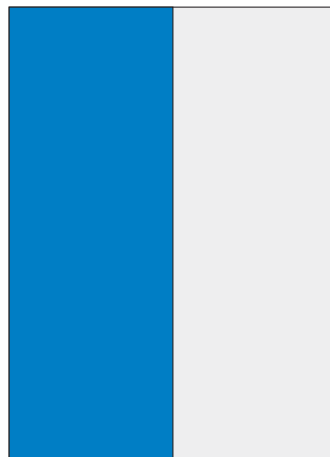
- beiliegend
- folgt _____
- besitzen Sie: ZO/AvU vom (Datum) _____



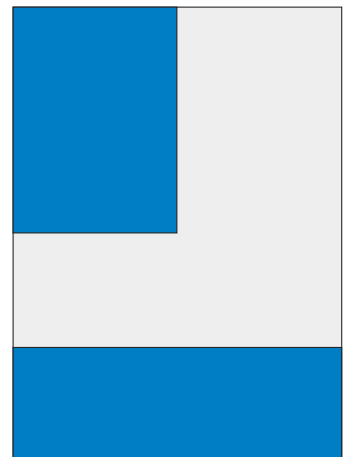
1/1 Seite **206 x 296 mm**
 farbig Fr. 3500.-



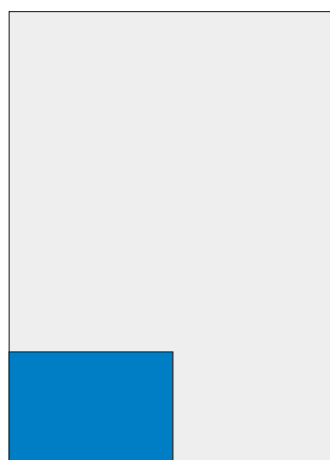
1/2 Seite quer **206 x 146 mm**
 farbig Fr. 1750.-



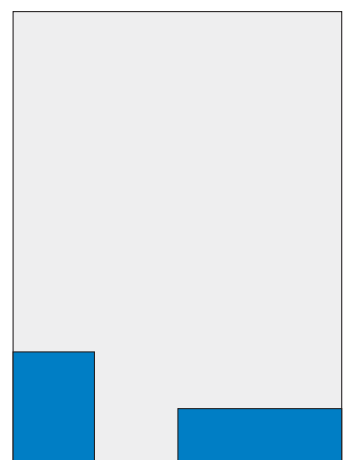
1/2 Seite hoch **101 x 296 mm**
 farbig Fr. 1750.-



1/4 Seite hoch **101 x 146 mm**
 1/4 Seite quer **206 x 71 mm**
 farbig Fr. 850.-



1/8 Seite quer **101 x 71 mm**
 farbig Fr. 475.-



1/16 Seite hoch **48,5 x 71 mm**
 1/16 Seite quer **101 x 33,5 mm**
 farbig Fr. 250.-