

**Глянцевый журнал**

**Men's Health**  
**REVISTA PENTRU BĂRBĂȚI**

Выполнила: Никитенко Екатерина, 309 группа

---

# Men`s Health- ежемесячный глянцевый журнал.





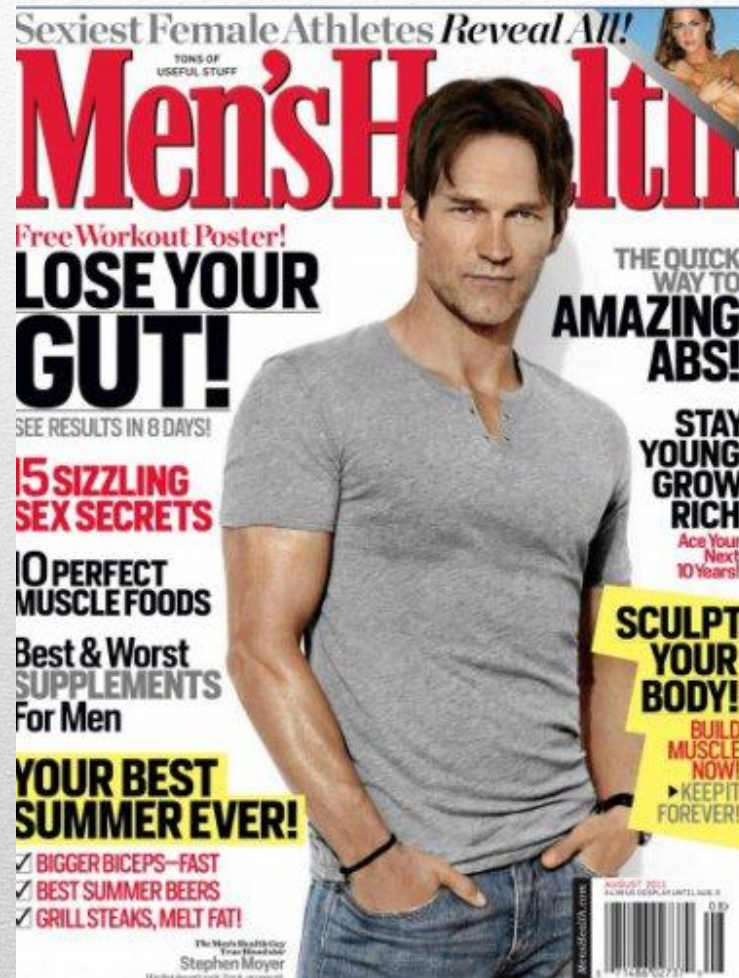
**Men`s Health –**

**выпускается**

**издательским домом**

**Sanoma Independent**

**Media.**



**Главный  
редактор**

**Кирилл**

**Вишнепольский**





## Данные о журнале

1. Направленность издания:
    - 1.1 Мужской журнал
  2. Тираж и распространение:
    - 2.1 300 000 экз.
    - 2.2 Россия, СНГ и Прибалтика
  3. Формат журнала и кол-во страниц:
    - 3.1 240 страниц
    - 3.2 А4
-

# Рубрики:

1. Форма
2. М+Ж
3. здоровье
4. еда
5. жизнь
6. стиль
7. железо
8. приключения





# Расценки на рекламу:

1-й разворот	1 675 000 рублей
2-1 разворот	1 435 000 рублей
3-й разворот	1 400 000 рублей
4-й разворот	1 370 000 рублей
Неопределенный разворот	1 290 000 рублей
3-я обложка	870 000 рублей
4-я обложка	1 100 000 рублей
½ страницы	415 000 рублей
1/3 страницы	285 000 рублей
Стратегические позиции	785 000 рублей
Разворот между стратегическими позициями	1 300 000 рублей
Страница в «Гид по стилю»	695 000 рублей
Страница в первой трети журнала	705 000 рублей
В неопределенное место	2 000 рублей
В определенное место	2 400 рублей
Приклейка на полосу	2 500 рублей



# Внешний вид журнала





# Внутренний вид

СОДЕРЖАНИЕ | 10.2010

## ТАКЖЕ В НОМЕРЕ

ОРГАНИЗМ

### 118 ЧЕЛЮСТИ

Кому и когда ставить брекеты

СЕКС

### 142 ЛЕГЕНДАРНЫЕ ЛЮБОВНИКИ

6 секретов самых успешных распутников последних ста лет

### 132

Зачем тебе тыква



**126**  
Как перестать беспокоиться и начать жить

## МН-ПРИКЛЮЧЕНИЕ

### 182 НА ТРОПЕ ВОЙНЫ

Трекинг по горной цепи в Папуа-Новой Гвинее

### 190 ХРОНИКА ТЕКУЩИХ СОБЫТИЙ

## ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ТРЕНЕР

САМООБОРОНА

### 204 ЛУЧШИЙ ВРАГ ЧЕЛОВЕКА

Что делать, если на тебя напала собака

ОРГАНИЗМ

### 208 ФИТНЕС ПРОТИВ...

Грыжи позвоночника

FAQ

### 210 ТЯГА К ХОРОШЕМУ

Фитнес-редактор отвечает на вопросы читателей

14 | ОКТЯБРЬ 2010 | ZONELAND.RU

WWW.MHEALTH.RU | МЭИ

**Спасибо за  
внимание!!!**

---