



HEJBEJTE SE!

Nový lifestylový magazín pro ženy

HEJBEJTE SE!

Pravidelný pohyb je naprosto nezbytnou součástí každodenního života.

A proč?

Jedině pohyb a sport pomůže lidem vyčistit hlavu a zbaví je napětí a stresu.

Rádi bychom diváky přiměli ke změně jejich dosavadního života, přivedli je k novému – zdravějšímu životnímu stylu. Rádi bychom, aby si lidé uvědomili, proč se vyplatí udělat zásadní krok v podobě přijmutí sportu jako každodenní součásti dne.

Proto vám předkládáme sportovně založený pořad, který je především zacílený na ty, kteří se do tělocvičny nebo fitka s časových či jiných důvodů nedostanou.

Měl by oslovit dospívající dívky a ženy každého věku cvičením bodystylingu, p-classu, power yogy, pilates. Pro aktivní a náročné ženy je tu například MTV dance, hip hop, dance aerobik, klasický aerobik či step aerobik. Ženy v domácnosti zaujme například poporodní cvičení.

Pro ty se sedavým stylem zaměstnání připravíme posilovací tréninky na ochablé partie. A nezapomeneme ani na diváky se zdravotními problémy.



O POŘADU

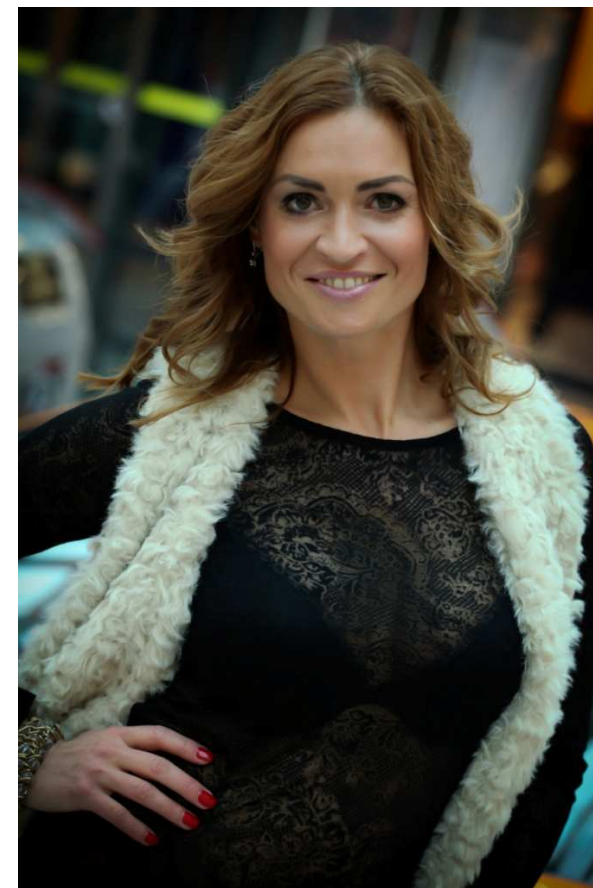
- ❖ Název pořadu: Hejbejte se! – pracovní název
- ❖ Stopáž pořadu: 15 minut
- ❖ Vysílací čas: pondělí – pátek v podvečer
- ❖ Datum nasazení: jaro 2012
- ❖ Periodicita: 5 x týdně
- ❖ Moderátorka a lektorka: Hana Kynychová



MODERÁTORKA POŘADU

HANA KYNYCHOVÁ

- ❖ Vystudovala pedagogiku a pracovala jako vychovatelka v Domově mládeže v Kroměříži.
- ❖ Poté vystudovala školu aerobiku v Praze.
- ❖ Po přestěhování do Prahy se začala věnovat aerobiku závodně.
- ❖ V letech 1995 a 1996 obsadila 3. místo na MS ČR v aerobiku.
- ❖ Známou se stala díky cvičení v pořadu televize Nova Snídaně s Novou.
- ❖ V současné době provozuje aeroklub Hanky Kynychové, točí videokazety a působí v rádiu, kde radí, jak se udržet fit.
- ❖ V roce 2000 se jí narodil syn Filip a v roce 2007 dvojčata Sofie a Alexandra.



STRUKTURA POŘADU

STRUKTURA POŘADU:

- 1) Úvod cca 30“
- 2) Reportáž na dané téma cca 2' - 4'
- 3) Cvičení cca 10' - 12'
- 4) Závěr cca 30“



TYPY CVIČENÍ

- ❖ aerobik pro začátečníky
- ❖ aerobik pro pokročilé
- ❖ posilování všech partií
- ❖ posilování pro maminky a ženy po porodu
- ❖ cvičení pro děti 4 - 7 let
- ❖ MTV dance
- ❖ strečink
- ❖ kruhový trénink
- ❖ dance aerobik
- ❖ bosu
- ❖ step aerobik
- ❖ cvičení na velkém míči
- ❖ p-class
- ❖ pilates
- ❖ powerjoga
- ❖ zumba
- ❖ jóga



RUBRIKY

- ❖ **Zdravé jídlo jako základ**
 - ✓ V této rubrice se nechceme věnovat vaření a přípravě pokrmů. Chceme se zaměřit na různé aspekty stravování a rizika konzumace nevhodných jídel a diet. Chceme otevřít témata, která jsou spojené s výživou, z různých stran.
- ❖ **Sport**
 - ✓ Dnes jsou lidé aktivní. Doporučení - jaké sporty jsou vhodné a pro koho, na co si dát pozor, pokud člověk pravidelně netrénuje.
 - ✓ Představení jednotlivých sportovních aktivit ve smyslu – proč a pro koho jsou a nejsou vhodné, kterými sporty zlepšujeme určité partie a které svaly posilujeme. Jakým nemocem se dá jednotlivými sporty předcházet a naopak, na co si dát pozor.
 - ✓ Doporučení jednotlivých sportovišť.
 - ✓ Ideální sporty pro hubnutí, udržení kondice ... sporty pro „začátečníky“
- ❖ **Sportovní vybavení**
 - ✓ Výběr vhodného vybavení/oblečení pro daný sport – nové trendy.
- ❖ **Kosmetika – péče o tělo, pleť, vlasy – hygiena**
 - ✓ Rady a tipy ... jak pečovat o pleť v každém věku. Tradiční i přírodní kosmetika, estetická medicína atd.
 - ✓ Jak na problémy s celulitidou, akné, kožními onemocněními, pocením, s vráskami, pigmentací atd.
- ❖ **Předcházení civilizačním chorobám**
 - ✓ Jednotlivá onemocnění a pohled odborníka na to, jak jim předcházet v souvislosti se změnou životního stylu.
- ❖ **Wellness**
 - ✓ Aktivní odpočinek, masáže, relax atd. Proč je důležité umět aktivně odpočívat



MOŽNOSTI KOMERČNÍ PREZENTACE

Product Placement:

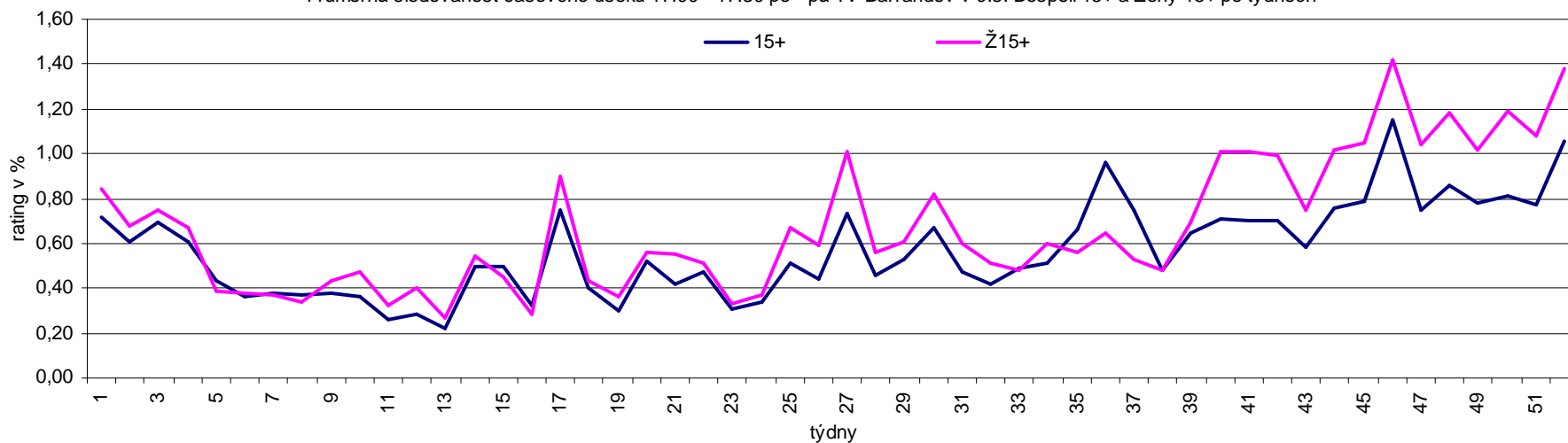
- ❖ Témata - rubriky
- ❖ Oblečení
- ❖ Prostory
- ❖ Nápoje/občerstvení
- ❖ Služby
- ❖ Soutěž

Sponzoring –10“ vzkaz před a po pořadu

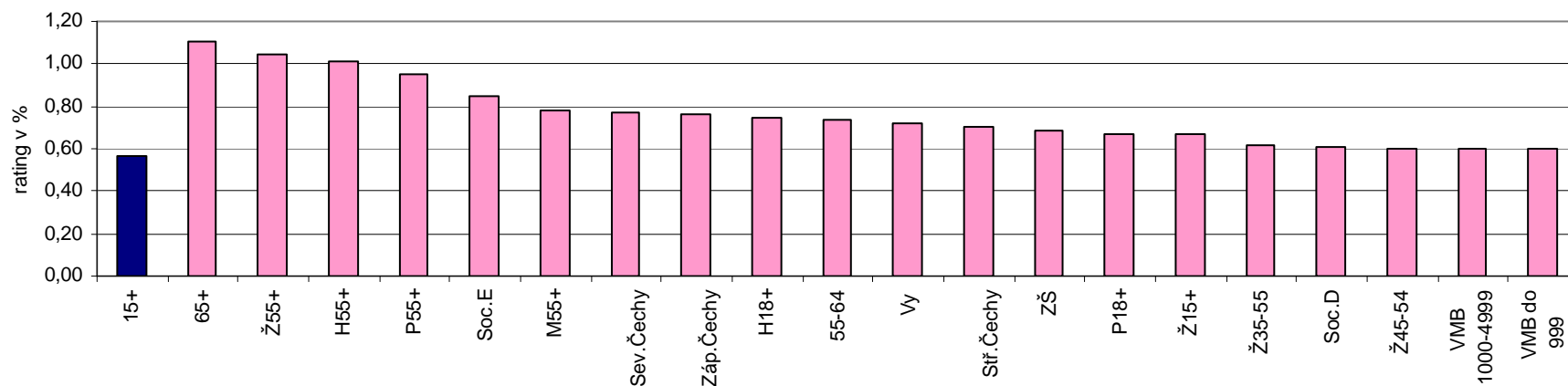
Injektáže – 1/16 obrazovky, 5“ vzkaz

SLEDOVANOST

Průměrná sledovanost časového úseku 17:00 - 17:30 po - pá TV Barrandov v c.s. Dospělí 15+ a Ženy 15+ po týdnech



Sledovanost (rating) TV Barrandov v čase 17:00 až 17:30 po - pá v c.s.



CENA GENERÁLNÍ PARTNER 1. - BRANDING

Generální partner 1. Branding

Hejbejte se!	1 měsíc (20 vysílání)				3 měsíce (60 vysílání)			
	počet vysílání	počet vzkazů	jednotková cena	cena měsíc	počet vysílání	počet vzkazů	jednotková cena	cena 3 měsíce
branding	20			750 000 Kč	60			2 250 000 Kč
ceny do soutěže	5	5	25 000 Kč	125 000 Kč	15	15	25 000 Kč	375 000 Kč
PP (logo na oblečení)	20	20	33 750 Kč	675 000 Kč	60	60	33 750 Kč	2 025 000 Kč
Celkem				1 550 000 Kč				4 650 000 Kč
Sleva				20%				30%
Cena po slevě				<u>1 240 000 Kč</u>				<u>3 255 000 Kč</u>

Ceny jsou uvedeny bez DPH včetně reprízy.

CENA GENERÁLNÍ PARTNER 2.

Generální partner 2.

Hejbejte se!	1 měsíc (20 vysílání)				3 měsíce (60 vysílání)			
	počet vysílání	počet vzkazů	jednotková cena	cena měsíc	počet vysílání	počet vzkazů	jednotková cena	cena 3 měsíce
sponzoring 10"	20	40	12 500 Kč	500 000 Kč	60	120	12 500 Kč	1 500 000 Kč
injektáž 5", 1/16	10	10	6 250 Kč	62 500 Kč	30	30	6 250 Kč	187 500 Kč
ceny do soutěže	5	5	25 000 Kč	125 000 Kč	15	15	25 000 Kč	375 000 Kč
PP v tématické reportáži	5	5	43 750 Kč	218 750 Kč	15	15	43 750 Kč	656 250 Kč
Celkem				906 250 Kč				2 718 750 Kč
Sleva				15%				25%
Cena po slevě				<u>770 313 Kč</u>				<u>2 039 063 Kč</u>

Ceny jsou uvedeny bez DPH včetně reprízy.

CENA JEDNOTLIVÝCH PRODUKTŮ

Samostatně k prodeji nebo ke kombinaci

Hejbejte se!	1 měsíc (20 vysílání)				3 měsíce (60 vysílání)			
	počet vysílání	počet vzkazů	jednotková cena	cena měsíc	počet vysílání	počet vzkazů	jednotková cena	cena 3 měsíce
sponzoring 10"	20	40	12 500 Kč	500 000 Kč	60	120	12 500 Kč	1 500 000 Kč
injektáž 5", 1/16	10	10	6 250 Kč	62 500 Kč	30	30	6 250 Kč	187 500 Kč
ceny do soutěže	10	10	25 000 Kč	250 000 Kč	30	30	25 000 Kč	750 000 Kč
PP v tématické reportáži	15	15	43 750 Kč	656 250 Kč	45	45	43 750 Kč	1 968 750 Kč

Ceny jsou uvedeny bez DPH včetně reprízy.



Kontakt:

Media Master

Lazarská 1719/5
110 00 Praha 1

 +420 251 082 111

 +420 222 523 542, 543

Martina Pálková

Tel.: +420 251 082 215

E-mail: martina.palkova@media-master.cz

Ondřej Novák

Tel.: +420 251 082 220

E-mail: ondrej.novak@media-master.cz