

# Fit for Fun unterstützt mit Sonderheft bei Neujahrs-Vorsätzen



Mit bewusster Ernährung ins neue Jahr © Shutterstock

*Fit for Fun* bringt zum Start des Jahres 2019 das Sonderheft „Abnehmen mit Low Carb und Superfood“ an den Kiosk. Wer sich zum neuen Jahr eine bewusstere Ernährung als Vorsatz vorgenommen hat, findet in dem 100-seitigen Magazin zahlreiche Anregungen: Das Fitness- und Lifestyle-Magazin bietet unter anderem 95 Rezepte unter dem Motto „Low Carb & Superfood“ – fürs Frühstück, für Drinks und Smoothies, warme Hauptgerichte, kalte Hauptgerichte, Snacks und Sweets. Die Redaktion erklärt außerdem die positiven Eigenschaften und Wirkungen von Superfoods wie Gojibeeren, Ingwer, Lachs, Avocado, Mandeln und Heidelbeeren. In den Artikeln des Theorieteils finden die Leserinnen und Leser zusätzliche Fakten und Anregungen unter anderem für die Themenbereiche „Clever Carbs“, Superfoods und Abnehmen sowie Kohlenhydrat-Fallen.

---

„Mit den Themen Low Carb und Superfood greifen wir zum Jahresstart zwei klare Trends auf. Neben unseren 95 Rezepten, mit denen sich für alle Tageszeiten leckere und gesunde

*Mahlzeiten zubereiten lassen, liefert das Sonderheft auch praktisches Ernährungs-Wissen. Unsere Leser haben also nicht nur die Möglichkeit, ihre Ernährung schnell gesünder zu gestalten – wir verhelfen ihnen mit den richtigen Fakten auch zur Basis für eine langfristige Ernährungsumstellung.“*

**Alex Steudel**, Chefredakteur *Fit for Fun*

---

Das *Fit for Fun Food* Sonderheft erscheint am 2. Januar 2019 zum Copypreis von 4,95 Euro. Die Auflage beträgt 50.000 Exemplare.

von **Arne Schleef**

PR Manager - Fit for Fun, Playboy

Arne.Schleef@burda.com



Kategorie **Marken**

Schlagwörter **Alex Steudel, Fit for Fun, Low Carb, Sonderheft**

Adresse (URL) **<https://www.burda.com/de/news/fit-fun-unterstutzt-mit-sonderheft-bei-neujahrs-vo/>**