



BÁRMIRE KÉPES VAGY

MÉDIAAJÁNLAT

Célunk, hogy cikkeinkkel, videóinkkal, motivációs üzeneteinkkel testi-lelki fittségre, rendszeres mozgásra, egészséges ételek készítésére és fogyasztására biztassuk az anyákat; valamint, hogy közvetítsük feléjük az önmagukra fordított minőségi idő fontosságát. Inspirációt kínálunk olvasóinknak a nehezebb időszakokban is, azzal az üzenettel, hogy ne tökéletességre törekedjenek, hanem az egyensúlyt próbálják megteremteni életük minden területén.

MIRŐL SZÓL?

Egy fitt anya mindent tudni akar az egészséges életmódról, a legtöbbet és a legjobbat akarja kihozni az életéből és saját magából is. Ezért jött létre a **fittanya.hu**, mely a tudatosan élő, valamint a tudatosságra nyitott anyákat és nőket célozza meg. A **FittAny**a megmutatja a nőt a sport mögött: a kérdéseit, a céljait, vívódásait.

A **fittanya.hu** a mozgásban gazdag, egészséges életstílus elengedhetetlen hozzávalóiról is szól: edzéstervekről, edzőtermekről, mozgásstúdiókról, sporthoz szükséges eszközökről, funkcionális ruhadarbokról, szépségápolásról, étkezésről. Vagyis mindenről, amire egy önmagára és családjára is maximális figyelmet fordító nőnek szüksége lehet.

KIKNEK?

Elsődleges célcsoportunk az egészséges, sportos életmódot élő és arra törekvő **anya**, korosztálytól függetlenül. Cikkeinkkel és videóinkkal szegmentáltan és hatékonyan kívánjuk elérni az **életmódváltásra törekvő, sportoló vagy sportolni vágyó anyákat**, valamint az önmaguk és magzatuk egészségére is kiemelt figyelmet fordító **várandós kismamákat**. Anyagainkkal arra buzdítjuk közösségünk tagjait, hogy törődjenek önmagukkal, külső-belső harmóniájukkal a család, a munka és a mindennapi teendők mellett is.

Másodlagos célcsoportunk a **családalapításra készülő** vagy azt tervező, **tudatos nő**, aki gyermekvállalása előtt, alatt és után is törekszik formában tartani testét-lelkét egyaránt, hogy e törődés révén önmagával elégedett anyaként gondoskodhasson szeretteiről.

KIK KÉSZÍTIK?

A **fittanya.hu** főszerkesztője **Kőváry Anett**, korábbi rádiós, akinek újságíróként több női magazinban is rendszeresen jelentek meg írásai, saját facebook oldalán pedig anyasággal és sporttal kapcsolatos gondolatait osztja meg közel 20.000 követőjével. Az oldal szerkesztősége olyan, a tudatos életmódot képviselő anyákból áll, akik eddig csak kisebb fórumon osztották meg remek írásait. Emellett országos szinten ismert és elismert jógaoktatók, fitnesz-, kettlebell- és személyi edzők, gyógytornász, nőgyógyász, kozmetikus, kineziológus és pszichológus szakértők segítenek olvasóink minél alaposabb tájékoztatásában és kiszolgálásában.

„Férfiszemmel” rovatunkban Magyarország véleményformáló férfi közszereplői (rádiósok, tévések, újságírók, zenészek és sportolók) írnak arról, miért tisztelik és becsülik a fittséget képviselő nőket.