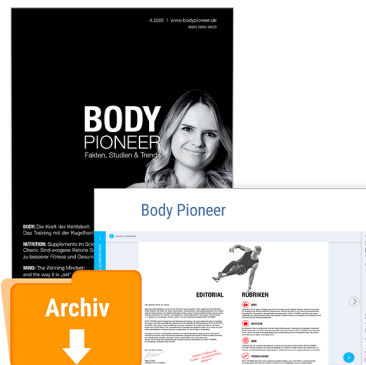


## BODY PIONEER

Aktuelle Fakten, Studien & Trends

### Kurzbeschreibung:

BODY PIONEER vereint konzentriertes und wissenschaftlich fundiertes Wissen aus den Bereichen BODY, NUTRITION und MIND, um Trainingserfolge durch einen ganzheitlichen Ansatz zu maximieren.



Firma/Einrichtung

Name/Vorname

Straße/Hausnummer

PLZ/Ort

Telefon/Telefax

E-Mail

**Zur Auftragsbestätigung bitte E-Mail-Adresse angeben. Für den Versand oder die Freischaltung von digitalen Produktanteilen wird die E-Mail-Adresse unbedingt benötigt.**

(Diese Angabe ist freiwillig. Sie können der Verwendung Ihrer Daten für Werbezwecke jederzeit zu den ortsüblichen Basistarifen widersprechen.)

X

Datum, Unterschrift, Stempel

Wir bestellen:

### Print-Abonnement

- Zeitschrift im Jahresabo mit 4 Ausgaben im Bezugszeitraum  
Preis: 52,43 EUR, zzgl. Versandkosten  
Bestell-Nr.: 4088/1/
- Probeheft Print: zum kostenlosen Kennenlernen  
Bestell-Nr.: 4088/2/

### Online-Abonnement

- Zeitschrift im Jahresabo mit 4 ePaper im Bezugszeitraum, Archivzugriff auf ePaper vorheriger Ausgaben, Einsatzfertige Vorlagen zum Download.  
Preis: 52,43 EUR, versandkostenfrei  
Bestell-Nr.: 8554088/1/
- Probeheft Online: zum kostenlosen Kennenlernen  
Bestell-Nr.: 8554088/2/

### Premium-Abonnement

- Zeitschrift im Jahresabo mit 4 Ausgaben im Bezugszeitraum, ePaper aller Ausgaben, Archivzugriff auf ePaper vorheriger Ausgaben, Einsatzfertige Vorlagen zum Download  
Preis: 84,53 EUR, zzgl. Versandkosten  
Bestell-Nr.: 5554088/1/
- Probeheft Premium: zum kostenlosen Kennenlernen  
Bestell-Nr.: 5554088/2/

**Alle Preise inklusive Mehrwertsteuer.**

Hinweise zu Ihrem Bezug bzw. unseren Leistungen entnehmen Sie bitte dem Anhang.

Es gelten die Allgemeinen Geschäfts- und Widerrufsbedingungen des Verlags. Diese finden Sie unter [www.forum-verlag.com/agb](http://www.forum-verlag.com/agb). Die Systemvoraussetzungen können Sie unter <https://www.forum-verlag.com/details/index/id/23585> nachlesen. Lieferung innerhalb von fünf Werktagen ab Erscheinen.

Diese Produktinformationen erhalten Sie, weil Ihr Unternehmen bei uns als Bestandskunde oder Interessent geführt wird. Wir erheben Ihre Daten gemäß Art. 6 Abs. 1 Buchst. b) und f) DSGVO zur ordnungsgemäßen Abwicklung unserer Geschäftsvorgänge sowie zur Mitteilung von Produktinformationen. Die aktuellen Datenschutzbestimmungen finden Sie unter [www.forum-verlag.com/datenschutz](http://www.forum-verlag.com/datenschutz). Wenn Sie zukünftig keine interessanten Angebote mehr erhalten wollen, können Sie der Nutzung Ihrer Daten für Werbezwecke jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widersprechen. Bitte richten Sie Ihren Widerspruch an: FORUM VERLAG HERKERT GMBH, Fax (08233) 735 14 44 oder Tel. (08233) 735 11 56.

## Inhalte (Auszug)

### Body

- Kraftsport trifft Kampfsport – eine sinnvolle Ergänzung?
- Die „richtige“ Trainingsfrequenz für Hypertrophie – was sagt die Wissenschaft?
- Faserspezifisches Training – Top oder flop?
- Besser regenerieren durch Kälte?! Wie effektiv sind Eisbaden, Kältekammer und Co.?

### Nutrition

- Supplements im Science-Check: Vitamin K2 und die Wirkung von Menachinonen
- Personalisierte Ernährung – Positive Effekte für den Sportler
- Essenzielle Aminosäuren – Theorie und Praxis
- Mythos Soja – gesundheitsschädlich oder veganes Proteinwunder?

### Mind

- Alles Kopfsache – Warum Stress im Kopf entsteht
- Doping durch Beats – der Einfluss von Musik auf die Leistung aus neurowissenschaftlicher Perspektive
- Wiederholung ist gut, Fehler machen noch besser – wie unser Gehirn lernt

### Trends

- Körperfettwaagen im Check – auf die inneren Werte kommt es an!

### Zusätzliche Inhalte (Auszug) bei:

#### Premium-Abonnement & Online-Abonnement

**Online-Archiv: Zugriff auf alle bisher erschienenen Ausgaben.**

#### Digitale Vorlagen zum Download:

Abstract der aktuellen Ausgabe, Übersichten, Schaubilder

#### **Hinweise zu Ihrem Bezug bzw. unseren Leistungen:**

##### **Probeheft Online**

Bei Bestellung erhalten Sie ein kostenloses Probeheft der nächsterreichbaren Ausgabe. Falls Sie das Magazin nach dem Test nicht mehr weiterlesen möchten, sagen Sie bitte spätestens 14 Tage nach Erhalt der Zugangsdaten mit einer kurzen Notiz an den Kundenservice der FORUM VERLAG HERKERT GMBH ab. Andernfalls erhalten Sie das Magazin weiterhin mit 4 Ausgaben im Jahr kostenpflichtig zugestellt. Der Preis für das Online-Jahresabonnement mit 4 Ausgaben beträgt 49,00 EUR zzgl. MwSt (versandkostenfrei). Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des Verlags.

##### **Probeheft Premium**

Bei Bestellung senden wir Ihnen ein kostenloses Probeheft der nächsterreichbaren Ausgabe zu. Falls Sie das Magazin nach dem Test nicht mehr weiterlesen möchten, sagen Sie bitte spätestens 14 Tage nach Erhalt des Probeheftes mit einer kurzen Notiz an den Kundenservice der FORUM VERLAG HERKERT GMBH ab. Andernfalls erhalten Sie das Magazin weiterhin mit 4 Ausgaben im Jahr kostenpflichtig zugestellt. Der Preis für das Premium-Jahresabonnement mit 4 Ausgaben beträgt 79,00 EUR (+ 8,30 EUR Versand) zzgl. MwSt. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des Verlags.

##### **Probeheft Print**

Bei Bestellung senden wir Ihnen ein kostenloses Probeheft der nächsterreichbaren Ausgabe zu. Falls Sie das Magazin nach dem Test nicht mehr weiterlesen möchten, sagen Sie bitte spätestens 14 Tage nach Erhalt des Probeheftes mit einer kurzen Notiz an den Kundenservice der FORUM VERLAG HERKERT GMBH ab. Andernfalls erhalten Sie das Magazin weiterhin mit 4 Ausgaben im Jahr kostenpflichtig zugestellt. Der Preis für das Print-Jahresabonnement mit 4 Ausgaben beträgt 49,00 EUR (+ 8,30 EUR Versand) zzgl. MwSt. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des Verlags.

##### **Premium-Abonnement**

Bei Ihrer Bestellung erhalten Sie ein Jahres-Abonnement, beginnend mit der nächsten erreichbaren Ausgabe. Eine Verlängerung des Abonnements um ein weiteres Jahr entsteht nur, wenn Sie das Abonnement nicht mit einer Frist von zwei Wochen vor Ablauf des Bezugsjahres kündigen. Eine einfache Mitteilung an den Verlag genügt. Damit erlischt auch der Zugang zur Online-Ausgabe und den zugehörigen Online-Diensten. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des Verlags.

##### **Print-Abonnement**

Bei Ihrer Bestellung erhalten Sie ein Jahres-Abonnement, beginnend mit der nächsten erreichbaren Ausgabe. Eine Verlängerung des Abonnements um ein weiteres Jahr entsteht nur, wenn Sie das Abonnement nicht mit einer Frist von zwei Wochen vor Ablauf des Bezugsjahres kündigen. Eine einfache Mitteilung an den Verlag genügt. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des Verlags.

##### **Online-Abonnement**

Bei Ihrer Bestellung erhalten Sie ein Jahres-Abonnement. Eine Verlängerung des Abonnements um ein weiteres Jahr entsteht nur, wenn Sie das Abonnement nicht mit einer Frist von zwei Wochen vor Ablauf des Bezugsjahres kündigen. Eine einfache Mitteilung an den Verlag genügt. Damit erlischt auch der Zugang zur Online-Ausgabe und den zugehörigen Online-Diensten. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des Verlags.