

Inhalt

facebook und Co

- 6-8 **So starten Sie den Dialog auf Facebook**
Wie Unternehmer auf dieser Plattform erfolgreich präsent sein können
- 9 **Workshop:**
In fünf Schritten zur eigenen Facebook-Seite
shape up nimmt Sie an die Hand ...

kommunikation

- 4-5 **Body Change – Das Promiworkout**
jetzt auch als Gruppenkurs-Konzept
- 12-14 **E-Mail – der direkte Weg zum Kunden**
Das klassische Marketing-Instrument
- 14-15 **Fitnessstagebuch der Fangemeinde:**
Wie man einen Weblog führt
- 40-41 **Facebook oder Twitter – Flyer oder E-Mail?**
Stellen Sie Ihre Werbestrategie auf den Prüfstand

netzwerke

- 16-18 **Wie Sie digitale Fahrten legen**
Lokales Online-Marketing bei Google & Co.
- 42-44 **Networking in einem Netz mit Niveau**
Wie Sie Business-Netzwerke wie Xing optimal nutzen
- 54-57 **Virtuelle Fitness-Partner oder Konkurrenz?**
Überblick über aktuelle Plattformen, Apps & Tools

basics

- 10-11 **Was Social Media wirklich kostet**
Welche Kosten entstehen, um die Nutzung zu ermöglichen
- 20-22 **Statt Schall und Rauch, Kadi und Knast**
Datenschutz und Kundenrechte in Social Media
- 24-28 **So bauen Sie Ihre eigene Community auf**
Fans & Freunde gewinnen und behalten
- 36-38 **So lässt Ihr Erfolg sich messen**
Betreiben Sie Ihren Internet-Auftritt nicht wie im Blindflug

- 38-39 **Fit mit App und Pad**
Fitness-Studio Lorenzen setzt auf rechnergestütztes Krafttraining
- 58-59 **Wehe, wenn ein Shitstorm aufzieht**
Krisenmanagement im Social Media
- 60-64 **Verstehen Sie Socialing?**
Das Wörterbuch der Sprache in sozialen Netzwerken

social_media-praxis

- 30-32 **Zeige mir Deine Freunde und ich sage Dir, wer Du bist**
Die Facebook-Präsenz von McFit, Fitness First und Kieser
- 35 **Viel Aktivität, wenig Kommunikation**
Reichlich Entwicklungspotential für Fitness-Studios
- 33-34 **Social Media – Wie machen es die Großen?**
Die Chancen sind real, reichlich vorhanden und Erfolge sind messbar
- 46-52 **Der Schlüssel zum eigenen Social Network**
So richten Sie Ihr soziales Netzwerk auf Wall.fm selber ein

standards

- 2a **Impressum**
- 5 **chefsache: Community ist nur die Kür**
- ab 65 **branchen_news**
medo.check bringt Update 2,9 – App der nächsten generation – Neue Software von Precor – Myline wächst in NL – Farbige Boxen-Set – Tagesausflug bis Weltreise – SKD-Kongress – Wellness Awards – Headquarter eröffnet – Ein Tag, zwei Highlights – Gesundheitswirtschaft – Gegen Rückenschmerzen – Training mit dem Körpergewicht – Es fehlt eine Menge Geld

http://www.bcstudio.de



Impressum

shape up Business

shape up Business erscheint zweimonatlich als Marke der Fitness Network Medien & Marketing UG

Verlagsanschrift

Immenhorst 14 d, D-22850 Norderstedt
Tel.: +49(0)40-529 89 00 Fax: -524 38 84
E-Mail: redaktion@shapeup-magazin.de

Herausgeber und Chefredakteur

Burkhard Lüpke (V.i.S.d.P. - Anschrift wie Verlag)

Redaktion:

Markus Tischler, Annegret Lüpke

Autoren dieser Ausgabe:

Martina Dannheimer, Hans Kämmerer, Stephan Lamprecht, Jens Lindmayer, Daniel Lorenzen, Detlef

Copyright: shape up Business und alle darin enthaltenen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt ISSN 1869-7267

Meyer, Hamid-Soheyl Khonsari, Markus Tischler, Achim Wagenknecht, Robert Weller

Fotos: Shutterstock, Wellness-Verband

Grafiken und Screenshots: Hightext Verlag, McFit, Detlef Meyer, Fitness First, Kieser, Daniel Lorenzen, Achim Wagenknecht

Art-Direction und Grafik

Petra Pflug – www.layoutraum.de
levy-media MCP – Dirk Levy – www.levy-media.de

Druck: Bernecker Mediaware AG,
34212 Melsungen

Versand: Faber Direktmarketing, 34127 Kassel

Anzeigen-Management: R.B.L. Medien Service
Immenhorst 14 d, 22850 Norderstedt

Tel.: +49(0)40-529 89 0-14, Fax: -524 38 84
anzeigen@shapeup-magazin.de

Vertrieb

Fitness Network Medien & Marketing UG
Postfach 3332, 22826 Norderstedt
Tel.: +49(0)40-529 89 00, Fax: -524 3884
abo@shapeup-magazin.de

Bezugspreise

Einzelheft 8,90 € (zzgl. Versand)
Jahresabonnement (vier Ausgaben)
Inland 31,99 €, EU-Ausland 39,50 €, Schweiz

Das shape up Sixpack

6 mal 6 shape up (je 1 x BUSINESS, 2 x Trainer's only und 3 x shape up fitness od. vita) pro Jahr
Inland 66,60 €, Ausland 99,90 € inkl. MwSt. und aller Versandkosten