

Media- daten

RUNTiMES | run-times.de

[#wirrennenweiter](https://www.instagram.com/wirrennenweiter)



Wer steht dahinter

Marit Böhmer

ist der konzeptionelle Kopf hinter RUNTIMES und sorgt für eine kontinuierliche Weiterentwicklung und Umsetzung. Sie ist Mediaexpertin mit 24 Jahren Erfahrung bei großen Verlagshäusern wie Hubert Burda Media, Marquard Media und der Media Group Medweth. Ihre Leidenschaft für die Sportbranche begann 2007 beim Fitnessmagazin SHAPE. Zuletzt war sie verantwortlich für die Vermarktung eines renommierten Laufmagazins.

Tabitha Bühne

ist mitverantwortlich für den Content. Sie erstellt Contentformate mit Anspruch und spricht mit Persönlichkeiten der Laufszene für spannende und unterhaltsame Podcast-Beiträge. Sie ist Sportjournalistin und Autorin mehrerer Bücher. Die diplomierte Medienwissenschaftlerin und zertifizierte Ernährungsberaterin liebt sportliche Herausforderungen.



Konzept

Unsere Vision und Mission

RUNTiMES ist die moderne Plattform für alles rund um Laufen & Gesundheit und setzt auf vernetztes Storytelling. Immer verfügbar informiert RUNTiMES aktuell und unterhaltend alle Läufer oder die, die es werden wollen. Unsere Vision: Alle sollen von den gesundheitlichen Vorteilen des Laufens profitieren und ihre Lebensqualität erhöhen.

Netzwerk & Inspiration

RUNTiMES ist das Portal, das Laufbegeisterten wissenswerte, motivierende und inspirierende authentische redaktionelle Inhalte aus der großen Welt des Laufsports und sportlichen Lifestyles präsentiert. Die Plattform bietet nicht nur Informationen, sondern auch eine starke Community, die Austausch, Motivation und gegenseitige Unterstützung fördert.

run-times.de 



Foto: Christian Liekmeier

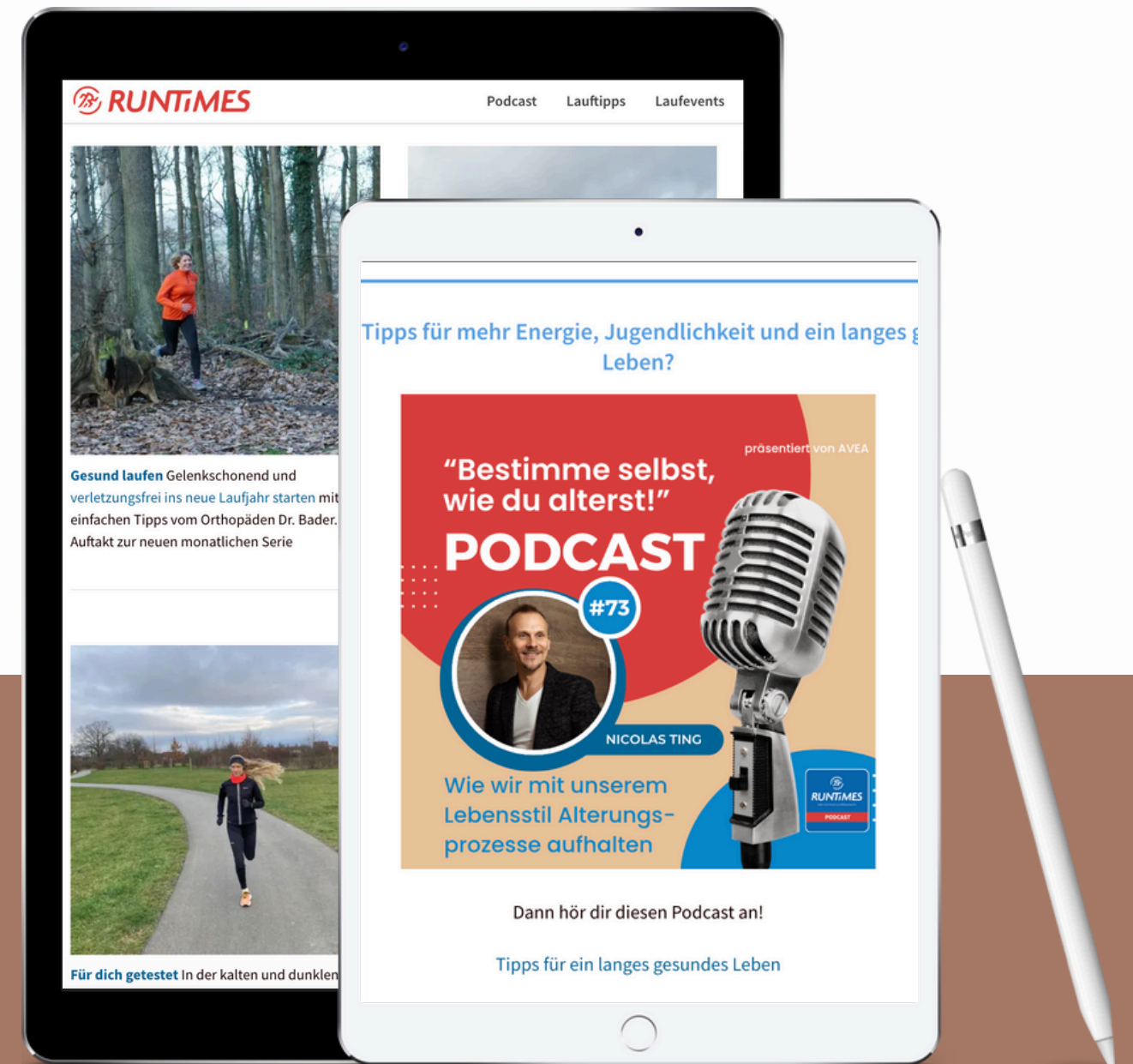
Agenda setting

Läuferinnen-Lifestyle mit Kaufkraft

Laufen boomt! Frauen laufen - vielleicht nicht schneller, dafür weiter und ausdauernder. Und je älter sie werden, desto experimentierfreudiger und spendabler werden sie, wenn es darum geht, die ideale Ausstattung für einen gesundheitsbewussten Lebensstil zu bekommen. Ebenso gelten sie als Microinfluencer: Ihr Einfluss auf Kaufentscheidungen ist sehr groß und Empfehlungen im Freundeskreis werden ernst genommen. Sportlich aktive Frauen 40+ - eine Zielgruppe mit wachsender Bedeutung.

Gesundheitsbewusst in die zweite Lebenshälfte

Viele in dieser Altersgruppe beginnen erst spät mit dem Laufen oder steigen wieder ein, was auf ein wachsendes Interesse und Gesundheitsbewusstsein hindeutet. Studien zeigen, dass regelmäßiges Lauftraining im mittleren und höheren Lebensalter positive Auswirkungen auf die Gesundheit für Körper und Geist hat. RUNTiMES transportiert und fördert diesen Lifestyle durch seine unterschiedlichen Formate.



Fokusthemen

- **Sportlich aktive Frauen 40+**

RUNTiMES spricht zukünftig gezielter Läuferinnen in den Jahren 40+ an und bietet eine kraftvolle Plattform und Community sowie Kooperationsmöglichkeiten in diesem Themenkomplex.

- **Gesundheits- & Lifestyle-Fokus**

Neben dem reinen Laufen rücken Themen wie Ernährung, Regeneration, Wellbeing und Mindset noch stärker in den Fokus – perfekt für Frauen, die in sich selbst investieren möchten.

- **Authentizität & Vertrauen**

Themen wie gesundes Altern, Verletzungsprävention, hormonelle Veränderungen, Recovery, mentaler Ausgleich, Sportmode und die richtige Ausrüstung sind für diese Zielgruppe besonders wichtig. Frauen über 40 schätzen glaubwürdige Inhalte, Erfahrungsberichte und hochwertige redaktionelle Beiträge – RUNTiMES bietet genau das.



Eine kaufkräftige, gesundheitsbewusste Zielgruppe, die Wert auf Qualität, Wellbeing und einen aktiven Lebensstil legt

Foto: Christian Liekmeier

Frauen laufen anders!

Themen zu Frauengesundheit & Training

Gesundheit – Worauf laufende Frauen eher achten müssen als Männer

Menopause – Laufen mit Gelenkbeschwerden, Hitzewallungen & Co.

Zyklus-Training – Der Berg- und Tal-Run der Hormone

Menstruation – Wohin mit Tampon & Menstruationstasse?

Funktionskleidung – Warum Männer keinen Sport-BH bewerten können

Frauenspezifische Ausstattung – Manchmal braucht es mehr als Schlüssel und Handy

Regeneration – Körper & Geist sowie Haut & Haare

Nahrungsergänzungsmittel – Gendern am Apothekenregal

Safe space – Frauenläufe und ihr ganz besonderer Charme

Teamarbeit – Frauenlauftreffs,-camps und Laufurlaube

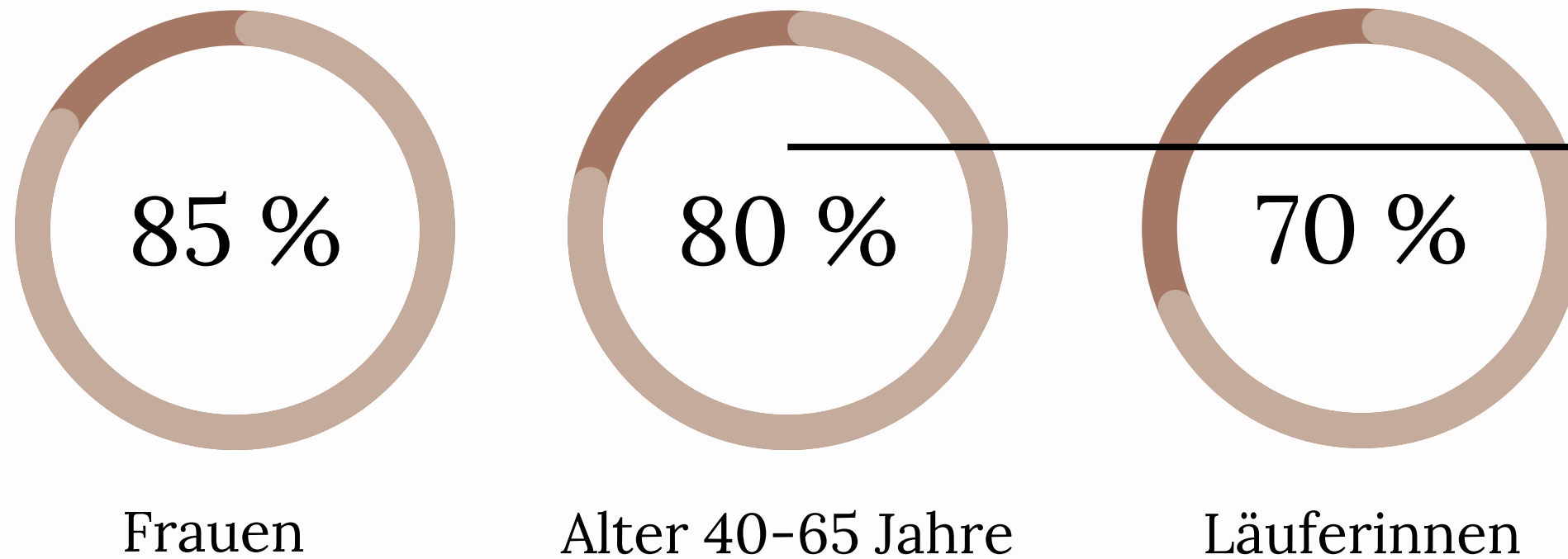


Foto: Sascha Prigge

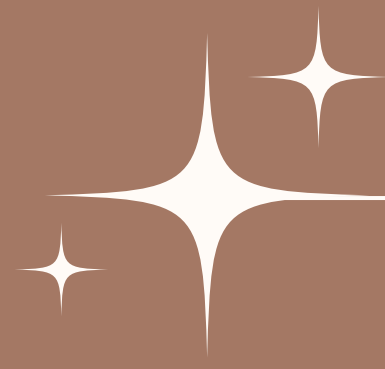
Wen wir erreichen

Wir erschließen gezielt die unterschätzte Zielgruppe der sportlich aktiven Frauen zwischen 40 und 65 Jahren: Läuferinnen, die mit Bewusstsein und Hingabe in ihre Gesundheit investieren, über finanzielle Mittel verfügen, Wert auf hochwertige Ausrüstung und ein funktionelles und modisches Styling legen – und sich diesen Wellbeing-Luxus mit Freude gönnen.

Angestrebte Webseite-User:



Content-Pieces



In unserer Content-Manufaktur entstehen vielfältige, hochwertige Inhalte, die nicht nur unterhalten, sondern auch fundiertes Wissen vermitteln und echten Mehrwert schaffen – und das stets kanalübergreifend.



LAUFEN
2025
Die 100 schönsten Läufe
in Deutschland und Europa
run-times.de
GRATIS E-PAPER ZUM DOWNLOAD

Laufkalender



A pair of blue and orange running shoes on a gravel path.

Produkttests



RUNTIMES
Ernährungstipps,
die dein Training
voranbringen
#99
ADELHEID MORATH
RUNTIMES
PODCAST

Podcast



Laufbeschwerden
SPRECHSTUNDE
BEIM ORTHOPÄDEN
>>>>>
Fragen von Läufern -
Antworten vom Experten
DR. ULRICH BADER
www.run-times.de

Gesundheit



A bunch of fresh beets on a wooden surface.

Ernährung

5 gute Gründe

Warum RUNTiMES die ideale Plattform für deine Marke ist

- **Authentische Kanäle** für starke Marken und deine Botschaft.
- **Emotionale Bindung** zur Zielgruppe – Vertrauen und Identifikation mit deiner Marke.
- **Gezielte Ansprache** ohne Streuverluste – Wir erreichen eine kaufkräftige Nische, die bewusst in Gesundheit, Sport und Lifestyle investiert.
- **Hochwertiger Content** mit maximaler Glaubwürdigkeit – Deine Marke wird in fundierte, inspirierende Inhalte eingebunden, die echte Mehrwerte bieten.
- **Individuelle Lösungen** mit einfacher Umsetzung – Von Advertorials bis Podcast-Integrationen – wir entwickeln maßgeschneiderte Konzepte, die wirken.



Foto: Christian Liekmeier

Nutze RUNTiMES, um deine Marke authentisch, gezielt und wirkungsvoll zu präsentieren!

Markeninszenierung

Gezielte Werbemöglichkeiten: Marken und Unternehmen, die Produkte für diese Zielgruppe anbieten, finden bei RUNTIMES einen maßgeschneiderten Zugang mit hoher Relevanz und geringem Streuverlust.

● **Podcast**

Platziere deine Werbebotschaft wirkungsvoll: Entweder als glaubwürdige, vom Host eingesprochene Pre-Roll oder eingebettet in ein fesselndes Storytelling mit einem exklusiven Talkgast. Unser Podcast bietet die perfekte Bühne für authentische Geschichten und inspirierende Persönlichkeiten.

● **Themen-Advertorials**

Als umfangreicher Beitrag, in Form eines Produkttests mit Experteninterview oder als aufwendiges mehr-gliedriges Special.

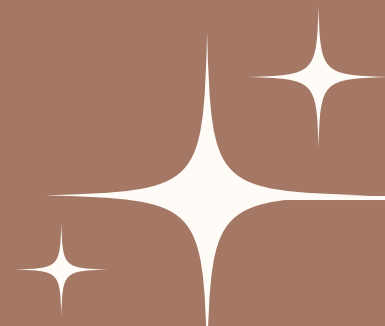
● **Laufkalender**

Präsentiere deine Laufveranstaltung wirkungsvoll – ob als Anzeige im hochwertig kuratierten Laufkalender (E-Paper) oder als authentisches Advertorial auf unserer Plattform.



**Maximale Sichtbarkeit.
Gezielte Ansprache.
Starke Community.**

Was wir bieten




Jedes Produkt ist einzigartig und eine individuelle Inszenierung wird von uns im persönlichen Kontakt auf Thema, Format und Umfang konzipiert. Standard gibt es woanders, bei RUNTIMES leben die maßgeschneiderten Kooperationen.

Mögliche Formate für deinen Zieleinlauf:




Laufkalender

Anzeige 299€ | 499€
Advertorial 499€



Podcast

Exklusiv 1500€
Pre-Roll 499€



Specials

auf Anfrage

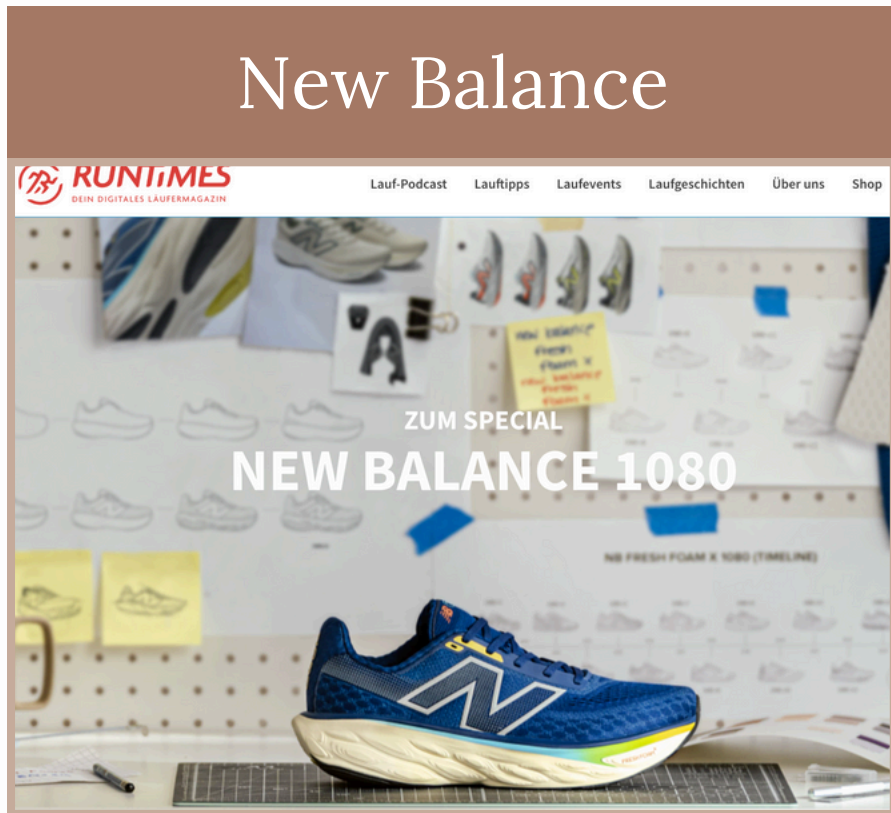


**Social Media |
Newsletter**

Paketangebote auf Anfrage

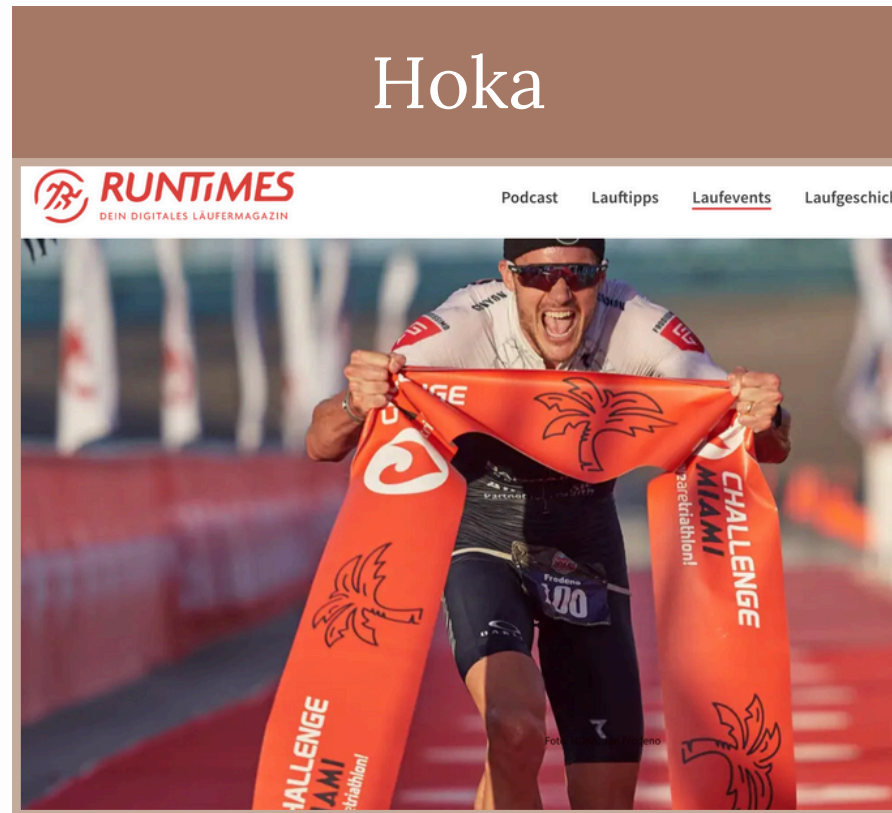
Referenzen

Wer bei uns mitläuft



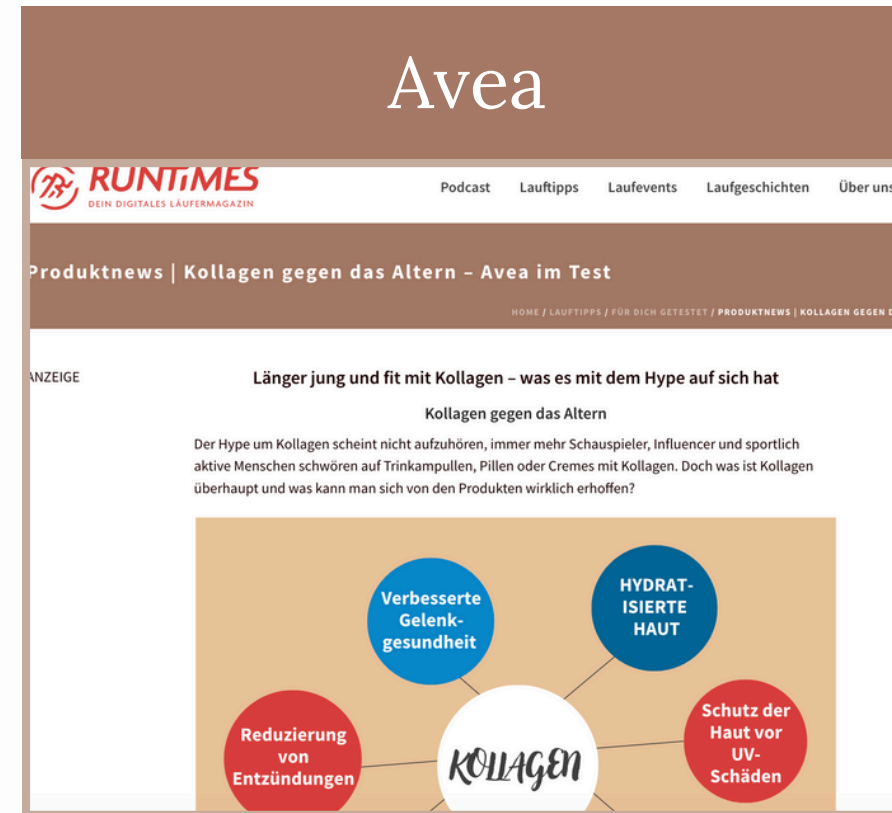
Das große New Balance 1080 Special

Eine Erfolgsgeschichte nicht nur auf der Laufbahn. Der New Balance 1080 hat sich über die Jahre zu einem wahren Liebling unter Läufern entwickelt. Geschichte und Test



Faszination Challenge Roth

Warum jeder Läufer mal einen Triathlon machen sollte und was die Challenge Roth so besonders macht! Interviews und Podcast mit Jan Frodeno, Daniela Ryf und Jan Stratmann



Länger jung und fit mit Kollagen

Was es mit dem Hype auf sich hat. Kollagen gegen das Altern. Test und Longevity-Podcast mit Experte Nicolas Ting



Darmgesundheit fördern für Sportler mit Wettkampftipps

Bernd Rosso – Personal Trainer und Fachberater für Darmgesundheit im Podcast

Referenzen

Hersteller Sportartikel: ASICS, BECO, bellicon, Black Diamond, Blackroll, Brooks, Cimalp, deuter, HOKA, Karhu, La Sportiva, Laufmaus, New Balance, SALOMON, SHOKZ, Sidas, Sourceplan Wrightsock | Body glide, TMX Trigger, UYN, Wahoo

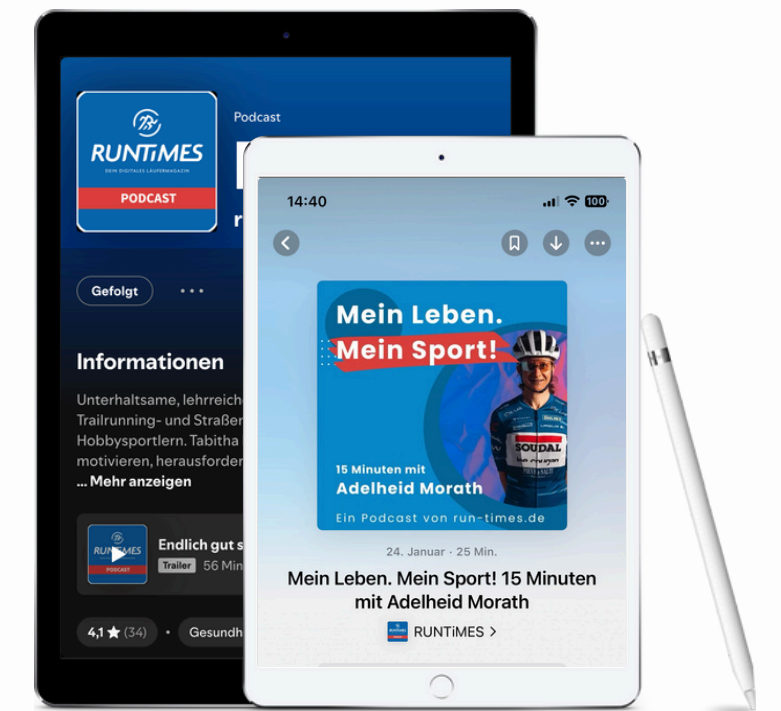
Nahrungsergänzungsmittel | Sportnahrung: Allergosan Omni Biotic, American Pistachio, AVEA, Athletic Greens, fembites, Joybräu, Orthomol, P. Jentschura, Vitals

Laufveranstalter: BMS Die Laufgesellschaft | hella hamburg halbmarathon | Sunset Wattenmeer, Davos X-Trail, Eichels Event | ADAC Marathon Hannover, EVL Halbmarathon Leverkusen, Lowa Trail Trophy, Globus Marathon St. Wendel, Heilbronner Trollinger Marathon, Ing Night Marathon Luxembourg, ivalentos | Nordseelauf, Laufsport Sperrer | Wolfgangseelauf, Marathonverein Eibenstock | 3-Talsperren-Marathon, Mein Freiburg Marathon, Mozart 100 by UTMB, Plan B Event Company | Zugspitz Ultratrail, Ringelnatzlauf, Rosengarten Schlern Skymarathon, Salzburg Marathon, SCC Events | BMW Berlin Marathon | SwimRun Rheinsberg, Sparkasse 3-Länder-Marathon, Stelvio Trail Run, Südthuringentrail, Swiss Irontrail, Swissalpine Flims, Volksbank Münster Marathon, VVO Oberelbe Marathon, Zafiro Palma Marathon

Welches deiner Produkte sollen wir auf die Bahn bringen?

Prominente Podcastgäste

- Johann Ackermann, Triathlet
- Maik Becker, Extremsportler
- Daniela Bleymehl, Triathletin (Hoka)
- Sandra Bradley, stärkste Frau Europas
- Alexandra Burghardt, Sprinterin (On)
- Miriam Dattke, Langstreckenläuferin (adidas)
- Jonas Deichmann, Extremsportler (Hoka)
- BeneDetsch, Trailläufer (Salomon)
- Ida-Sophie Hegemann (The North Face)
- Hahner Twins (adidas, adidas TERREX)
- Joey Kelly, Extremsportler
- Sebastian Kienle, Triathlet (Red Bull)
- Sven Knipphals, Sprinter
- Lord Jens Kramer, Trailläufer
- Ali Lacin, Sprinter (adidas)
- Meg Lane, Trailläuferin (Salomon)
- Sandra Mastropietro, Ultraläuferin
- Lea Meyer, Hindernisläuferin (New Balance)
- Sabrina Mockenhaupt-Gregor, Langstreckenläuferin
- Hannes Namberger, Ultraläufer (Dynafit)
- Flo Neuschwander, Ultraläufer (Red Bull, On)
- Daniela Oemus, Ultraläuferin (Salomon)
- Hendrik Pfeiffer, Langstreckenläufer (Puma)
- Aoife Quigly, Ultraläuferin
- Ingalena Schömburg-Heuck, Langstreckenläuferin
- David Schönherr, Langstreckenläufer (Hoka, Mizuno)
- Jan Stratmann, Triathlet (Hoka)
- Eva Maria Sperger, Ultraläuferin (Salomon)
- Michele Ufer, Extremsportler
- Maximilian Zeus, Trailläufer (Salomon)



Leistungsdaten

Quantität allein zählt nicht – entscheidend sind wertvolle Kontakte, die eine starke, engagierte Reichweite und kaufkräftige Kundinnen schaffen. Unsere fokussierte Community für Frauen 40+ bietet genau das.

Status Quo:



Visits

30.000 pro Monat



Streams Podcast

4.000 pro Monat



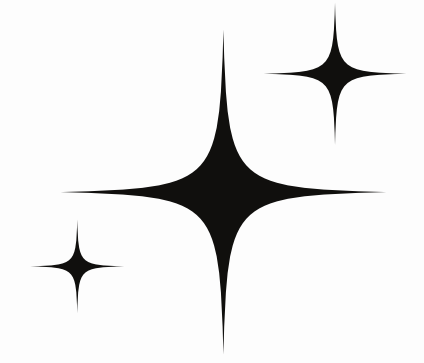
Newsletter

1.600 Abonnennten



Social


2.000 Follower




Lass uns zusammenarbeiten




Marit Böhmer

 +49 176 64000070

 marit.boehmer@run-times.de

 Adlerstraße 39/1 73760 Ostfildern

 run-times.de

 [@runtimes_mag](https://www.instagram.com/runtimes_mag)

 [@runtimesde](https://www.facebook.com/runtimesde)

 [@runtimesde](https://www.youtube.com/runtimesde)

Was uns antreibt

#wirrennenweiter, weil Laufen

... uns fit & fröhlich hält!

... frei & leicht macht!

... bedeutet, Luft zu holen & aufzutanken

... heißt, Abenteuer zu erleben &
Grenzen zu überwinden!

... das beste Mittel gegen Stress ist!

weil LAUFEN uns verbindet!



Foto: Sascha Prigge