

health  tv

# Content Katalog 2023

*Stand: 14.06.2023*

[www.healthtv.de](http://www.healthtv.de)

# Willkommen bei health tv



Ich freue mich, Sie bei uns begrüßen zu dürfen. Seit unserer Gründung im Jahr 2017 haben wir unermüdlich daran gearbeitet, informative und inspirierende Bewegbilder zu den Themen Medizin, (mentale) Gesundheit, Ernährung, Prävention und Bewegung zu produzieren. Mit mehr als 28.000 Sendeminuten sind wir zu einem vertrauenswürdigen Anlaufpunkt geworden, wenn es um qualitativ hochwertige Gesundheitsinhalte geht.

Verpassen Sie nicht die Chance, von unserem erstklassigen Bewegbild-Content zu profitieren. Unser umfangreicher Produktionskatalog bietet eine vielfältige Auswahl an Themen und Formaten, um den Bedürfnissen Ihrer Zielgruppe gerecht zu werden.

Gemeinsam können wir die Gesundheit der Menschen verbessern. Wir freuen uns darauf, Ihnen dabei zu helfen, Ihre Ziele zu erreichen.

## **Marina Gunesch**

*Geschäftsführerin health tv*

[m.gunesch@healthtv.de](mailto:m.gunesch@healthtv.de)

---

Vereinbaren Sie ein Gespräch mit uns! Wir beraten Sie umfassend zu unserem Angebot und finden den richtigen Content für Sie:

[programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## 3 gute Gründe, warum Sie mit uns zusammenarbeiten sollten



**health tv** ist eine 100-prozentige Tochter der Asklepios Kliniken. Durch unser enges Netzwerk innerhalb des Konzerns haben wir Zugriff auf über 10.000 Expertinnen und Experten aus verschiedenen medizinischen Fachgebieten. Dies ermöglicht uns, Inhalte von hoher medizinischer Qualität zu produzieren und gleichzeitig redaktionell unabhängig zu bleiben. Sie können sich darauf verlassen, dass unsere Inhalte objektiv und unvoreingenommen sind, wir aber die bestmögliche Expertise aus dem Gesundheitswesen im Hintergrund haben.



Im Internet ist es besonders wichtig, dass medizinische Laien beim Thema Gesundheit geschützt werden. Auch für unseren YouTube-Kanal bedeutet das, dass alles, was wir in unseren Videos zeigen, zu 100 Prozent medizinisch korrekt sein muss. Nur so können die Nutzerinnen und Nutzer die Gewissheit haben, dass sie unserem Informationsangebot bedingungslos vertrauen können. Aber wie erkennt man auf den ersten Blick, dass ein bestimmtes Gesundheitsangebot bei YouTube verlässlich ist? Um genau das deutlich zu machen, wurde das YouTube Health-Siegel eingeführt - erkennbar an diesem Balken:



Das YouTube Health-Siegel fungiert als Gütesiegel für Gesundheitskanäle. Dieses neue Siegel ist unter jedem unserer health tv Videos zu finden.

## Frag Doc Martin

Expertise, Vertrauen und Glaubwürdigkeit sind die Werte für die health tv steht. Unsere Inhalte werden deswegen stets auf medizinische Korrektheit und Aktualität geprüft. Dafür hat health tv unter anderem seinen eigenen Doc, Dr. med. Andreas Martin. Er ist als Facharzt für Anästhesie, Notfall- und Sportmediziner und Ernährungsexperte unser medizinisches Gesicht und prüft alle Sendungen auf Herz und Nieren.



# Inhaltsverzeichnis

## Reportagen

Seite	Serientitel	Kurzbeschreibung	Anzahl Episoden	Ø Dauer
9	<a href="#"><u>Reportagen</u></a>	Wir begleiten Menschen, erzählen deren Geschichte, ihre Nöte und den Umgang damit	87	26:30
12	<a href="#"><u>Kleine Reportage</u></a>	10- bis 12-minütige Beiträge über wichtige und interessante Gesundheitsthemen	51	13:30
14	<a href="#"><u>Hightech in der Medizin</u></a>	Geschichten der größten technischen Fortschritte in der Medizin	7	13:00
15	<a href="#"><u>Kosmos Klinik</u></a>	Hinter den Kulissen einer Klinik	10	25:00
16	<a href="#"><u>Der Körper des Menschen</u></a>	Dokumentationen rund um das Wunderwerk Mensch	5	30:00
17	<a href="#"><u>Hausbesuch</u></a>	Geschichten die Mut machen, von Menschen mit außergewöhnlichen Lebensläufen	10	19:00
18	<a href="#"><u>Gesundheit Global</u></a>	Von welchen gesellschaftlichen Faktoren unser Wohlbefinden abhängt	5	19:00
19	<a href="#"><u>Doc Pod TV</u></a>	Medizin mal anders -Von der Darmkrebsvorsorge übers Kiffen bis zum Pflegenotstand	10	20:30
20	<a href="#"><u>Macher der Gesundheitswirtschaft</u></a>	Medizintechnik unter der Lupe	1	25:00

## Reisereportagen

22	<a href="#"><u>Gesund reisen</u></a>	Ausgewählte Präventionsurlaube zum Stressabbau und für ein optimales Wohlbefinden	11	00:11:30
23	<a href="#"><u>health tv unterwegs</u></a>	Wir entdecken für Sie das Königreich Dänemark - kommen Sie mit!	11	00:23:00
24	<a href="#"><u>Heilbäder &amp; Wellnessoasen</u></a>	Von Beautybehandlungen bis Badelandschaft - hier finden Sie eine Auszeit vom Alltag!	8	00:25:30

## Portraits

26	<a href="#"><u>Was macht eigentlich... ?</u></a>	In diesem Format nehmen wir Organisationen, Initiativen und Verbände unter die Lupe!	10	00:10:30
27	<a href="#"><u>Was geht, Alter?</u></a>	Menschen, die ihr Leben auf beeindruckende Weise genießen und gestalten	22	00:12:00

### Interviews

Seite	Serientitel	Kurzbeschreibung	Anzahl Episoden	Ø Dauer
30	<a href="#"><u>VIP Visite</u></a>	Interviews über ereignisreiches Leben, Karrieren, Glück und natürlich die Gesundheit.	11	00:26:30
31	<a href="#"><u>health tv trifft</u></a>	Ein Blick hinter die Kulissen von Promis und der Einstellung zur eigenen Gesundheit	16	00:11:30
32	<a href="#"><u>health tv Stammtisch</u></a>	Philosophische Gespräche, Diskussionen und spannende Themen	2	00:37:00
33	<a href="#"><u>Time Out</u></a>	Wo schalten Stars ab, tanken auf und vor allem, wie halten sie sich gesund?	30	00:23:30

### Kochsendungen

36	<a href="#"><u>Rachs 5€-Küche</u></a>	Große Küche für kleines Geld, mit Star Koch Christian Rach	59	00:42:00
39	<a href="#"><u>Gesund Kochen und genießen</u></a>	Küchenprofs und Hobbyköche geben Tipps und Tricks fürs Selberkochen	11	00:12:00
40	<a href="#"><u>Gesund Kochen super schnell</u></a>	Schnelle Rezepte für gesunde und leckere Mahlzeiten	6	00:07:30
41	<a href="#"><u>Gesund Kochen ohne Zucker</u></a>	Genuss ohne Zucker - Vom Frühstück bis zum Abendessen	3	00:23:00
42	<a href="#"><u>Kochen Leicht Gemacht</u></a>	Grundlagen und Techniken der Kochkunst - Für Anfänger und Fortgeschrittene	111	00:03:30

### Talk Sendungen

47	<a href="#"><u>Bwegt</u></a>	Gäste die Mut machen, mit Lebensgeschichten die berühren und Hoffnung geben	71	00:19:00
50	<a href="#"><u>Gesund Lesen</u></a>	Gespräche mit Autoren über Bücher für das Wohlbefinden und die Gesundheit	50	00:26:30
52	<a href="#"><u>Gesund TV</u></a>	Informative Gespräche mit Fachleuten aus der Welt der Gesundheit	168	00:22:00
57	<a href="#"><u>Pralles Leben mit Gewicht</u></a>	Leben mit Übergewicht - Expertengespräche mit Gästen	61	00:23:30
60	<a href="#"><u>Onkologie kompakt</u></a>	Gespräche über Krebsforschung- und -behandlung, präzise und verständlich vermittelt	34	00:05:00
62	<a href="#"><u>Lechtermann – Gesundheit &amp; Leben</u></a>	Unterhaltsame Informationen rund um Prävention und Gesundheitsförderung	11	00:23:30
63	<a href="#"><u>Kardiologie kompakt</u></a>	Komprimiertes Wissen über Herzerkrankungen und Herzgesundheit	10	00:04:30
64	<a href="#"><u>Habitat Mensch</u></a>	Faszinierende Einblicke in die Welt des Mikrobioms	22	00:20:30
66	<a href="#"><u>Campus Gesundheit</u></a>	Ärzte geben Einblicke in ihre Arbeit und liefern Hintergründe zu Krankheitsbildern	43	00:19:00
68	<a href="#"><u>Adipositas Verband</u></a>	Unterstützung, Informationen und Inspiration für Menschen mit Adipositas	12	00:17:30

### Beiträge

70	<a href="#"><u>health tv checkt</u></a>	Fakten aus dem Gesundheitssektor auf dem Prüfstand	4	00:10:30
71	<a href="#"><u>Kurz &amp; knapp</u></a>	Auf den Punkt - Kompakte Beiträge zu Gesundheitsthemen	64	00:04:30

# Fitness

Seite	Serientitel	Kurzbeschreibung	Anzahl Episoden	Ø Dauer
76	<a href="#"><u>Alenas Asanas</u></a>	Sanfte Yoga-Übungen und Entspannungstechniken für die innere Balance	20	00:01:50
78	<a href="#"><u>Alenas Basis Yoga</u></a>	Yoga-Übungen für die innere Ausgeglichenheit und körperliches Wohlbefinden	10	00:09:30
79	<a href="#"><u>Ayur Yoga</u></a>	Yoga-Praktiken die Körper, Geist und Seele in Einklang bringen	10	00:18:30
80	<a href="#"><u>Ayur Yoga für Best Ager</u></a>	Altersgerechtes Yoga für die Gesundheit, Flexibilität und Vitalität	10	00:15:30
81	<a href="#"><u>Bauch Beine Po</u></a>	Gezielte Übungen und effektive Workouts für die Problemzonen	20	00:19:30
83	<a href="#"><u>Bauch Pur</u></a>	Gezieltes Training und intensive Übungen für einen definierten Bauchbereich	10	00:15:30
84	<a href="#"><u>Best Ager</u></a>	Inspirierendes Training für eine aktive und gesunde zweite Lebenshälfte	10	00:17:30
85	<a href="#"><u>Body Fit</u></a>	Energiegeladene Workouts für einen fitten und gesunden Körper	10	00:18:15
86	<a href="#"><u>Büro Fit</u></a>	Einfache Übungen um fit und aktiv im Büroalltag zu bleiben	20	00:05:30
88	<a href="#"><u>Extrem Fit</u></a>	Herausfordernde Workouts und intensives Training für den ganzen Körper	10	00:08:00
90	<a href="#"><u>Feldenkrais</u></a>	Sanfte Bewegungs- und Achtsamkeitsübungen für das Wohlbefinden	10	00:18:50
91	<a href="#"><u>Fit durchs Alter</u></a>	Maßgeschneiderte Übungen um im Alter fit zu bleiben	10	00:15:30
92	<a href="#"><u>Fit in 10 Minuten</u></a>	Schnelle und effektive Workouts um sich in kurzer Zeit fit und energiegeladen zu fühlen	10	00:11:00
93	<a href="#"><u>Fit in der Schwangerschaft</u></a>	Sicheres und angepasstes Training für werdende Mütter	10	00:15:30
94	<a href="#"><u>Fit und Aktiv</u></a>	Effektives Training für die Fitness und das Wohlbefinden	20	00:15:30
96	<a href="#"><u>Functional Training</u></a>	Vielseitige und komplexe Übungen für den ganzen Körper	10	00:17:30
97	<a href="#"><u>Gesunder Rücken</u></a>	Gezielte Übungen um Rückenbeschwerden vorzubeugen	20	00:17:00
99	<a href="#"><u>Pilates</u></a>	Ganzheitliches Training für eine verbesserte Körperhaltung	10	00:18:10
100	<a href="#"><u>Pranayama und Meditation</u></a>	Atemtechniken und meditative Praktiken für die innere Ruhe	20	00:10:00
102	<a href="#"><u>QiGong</u></a>	Fließenden Bewegungen, Atemübungen und meditative Elemente	15	00:14:00
103	<a href="#"><u>Skigymnastik</u></a>	Gezieltes Training für die Muskulatur, zur Vorbereitung auf die Piste	5	00:12:00
104	<a href="#"><u>Tai Chi</u></a>	Fließende Bewegungen, Atemkontrolle und Meditation für die geistige Gelassenheit	10	00:10:30
106	<a href="#"><u>Workout mit Miniband</u></a>	Intensive und abwechslungsreiche Übungen für Kraft, Ausdauer und Mobilität	10	00:18:30
107	<a href="#"><u>Yoga</u></a>	Ganzheitliche Yoga-Übungen für die körperlicher Stärke und innere Ausgeglichenheit	20	00:18:30
109	<a href="#"><u>Yoga mit Byron de Marse</u></a>	Trainingserlebnis für Körper und Geist mit dem Yoga-Meister aus Los Angeles	6	00:01:20
110	<a href="#"><u>Yoga am Morgen</u></a>	Sanfte Yoga-Praktiken für einen Tag voller Energie und innerer Ausgeglichenheit	10	00:19:00
111	<a href="#"><u>Yogilates</u></a>	Kombinierte Elemente aus Yoga und Pilates für mehr Flexibilität und innere Balance	10	00:15:30
112	<a href="#"><u>Zirkeltraining</u></a>	Abwechslungsreiche Übungen und intensive Trainingseinheiten für die Fitness	10	00:18:30

### Sonstiges

114	<u>Service Schwangerschaft</u>	Umfassende Informationen und praktische Tipps für werdende Eltern	4	00:10:30
115	<u>Healthy Top 10</u>	Die besten Tipps für ein gesundes und ausgewogenes Leben	3	00:26:30
116	<u>The One Miss Healthy</u>	Gesundheitsshow mit Fitness- und Ernährungs-Coach Detlef Soost	3	00:38:00

# Reportagen



In unseren spannenden Reportagen und informativen Dokumentationen berichten wir allgemeinverständlich und kompetent über Gesundheit, Ernährung, Wohlbefinden und Medizin.

Seite	Art	Anzahl Episoden	Ø Dauer/ Episode
9	<a href="#"><u>Reportagen</u></a>	87	00:26:30
12	<a href="#"><u>Kleine Reportage</u></a>	51	00:13:30
14	<a href="#"><u>Hightech in der Medizin</u></a>	7	00:13:00
15	<a href="#"><u>Kosmos Klinik</u></a>	10	00:25:00
16	<a href="#"><u>Der Körper des Menschen</u></a>	5	00:30:00
17	<a href="#"><u>Hausbesuch</u></a>	10	00:19:00
18	<a href="#"><u>Gesundheit Global</u></a>	5	00:19:00
19	<a href="#"><u>Doc Pod TV</u></a>	10	00:20:30
20	<a href="#"><u>Macher der Gesundheitswirtschaft</u></a>	1	00:25:00

## Reportagen



Genre	Reportagen
Kurzbeschreibung	Einen Knoten in der Brust haben doch nur Frauen. Oder doch nicht? Wie lebt es sich mit einem fremden Herzen in der Brust? Und wie können bestimmte Bewegungsabfolgen die Selbstheilungskräfte aktivieren? Die Reportagen von health tv sind ganz nah dran. Sie begleiten Menschen, erzählen deren Geschichte, zeigen ihre Nöte und den Umgang damit. Die Reportagen informieren, geben Einblick in Medizin und Forschung und stellen alternative Behandlungsmethoden vor.
Produktionsjahr(e)	2017 - 2020
Durchschnittliche Länge	26:30 Minuten
Episoden	87
Trailer	<a href="https://youtu.be/dT_o29zapoY">https://youtu.be/dT_o29zapoY</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Wenn <b>Zucker</b> Zucker macht	00:26:00	<a href="#">REP 0001</a>
Leben mit <b>Demenz</b>	00:26:00	<a href="#">REP 0002</a>
Keine Frauensache - Wenn Männer <b>Brustkrebs</b> kriegen	00:30:00	<a href="#">REP 0003</a>
Und immer lockt die <b>Loipe</b>	00:24:00	<a href="#">REP 0004</a>
Daheim statt Heim - Mit dem <b>Pflegedienst</b> unterwegs	00:24:00	<a href="#">REP 0005</a>
<b>Yoga</b> - der Weg zu sich	00:25:10	<a href="#">REP 0006</a>
<b>Gesund im Alter</b> dank Bewegung	00:27:30	<a href="#">REP 0007</a>
<b>Bluthochdruck</b> , die zerstörerische Kraft	00:28:30	<a href="#">REP 0008</a>
Was tun bei <b>Erkältung</b> ?	00:24:29	<a href="#">REP 0009</a>
<b>Therapien</b> gegen <b>Tinnitus</b>	00:24:29	<a href="#">REP 0010</a>
Wie <b>Kinder mit Rheuma</b> leben	00:24:50	<a href="#">REP 0011</a>
<b>Diabetikerwarnhunde</b> - Die Helfer mit der feinen Nase	00:29:30	<a href="#">REP 0012</a>
<b>Schnelles Handeln</b> rettet Leben	00:27:07	<a href="#">REP 0013</a>
<b>Schlaf gut</b> und träum süß	00:25:30	<a href="#">REP 0014</a>
Nichts geht mehr - Wie man sich einen <b>Burnout</b> erarbeitet	00:30:00	<a href="#">REP 0015</a>

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Reportagen | health tv Reportagen

Serientitel	Dauer	Referenz
Ist jeder seines <b>Alters</b> Schmied?	00:24:30	REP 0016
Der vorletzte Wille: <b>Patientenverfügung</b>	00:25:50	REP 0017
Leben mit <b>neuem Herzen</b>	00:27:00	REP 0018
<b>Stress</b> ab 50	00:26:20	REP 0019
<b>Bewegung</b> gegen das Vergessen	00:25:00	REP 0020
In großer Gesellschaft - <b>Kleinwuchs</b>	00:29:00	REP 0021
Wie <b>Heileurythmie</b> die <b>Selbsteilung</b> anregt	00:24:00	REP 0022
<b>Tierische Therapeuten</b>	00:26:50	REP 0023
Ran an den <b>Speck</b>	00:27:00	REP 0024
Online ins <b>Abseits</b>	00:27:30	REP 0025
Wenn <b>junge Eltern</b> Hilfe brauchen	00:26:56	REP 0026
Wenn <b>Magensäure</b> zu <b>Sodbrennen</b> führt	00:25:55	REP 0027
<b>Tauchen</b> als Therapie	00:25:40	REP 0028
<b>Reisen</b> mit Risiko	00:26:00	REP 0029
Schonend <b>Skifahren</b> trotz <b>Gelenkproblemen</b> , Teil 1	00:25:20	REP 0030
Schonend <b>Skifahren</b> trotz <b>Gelenkproblemen</b> , Teil 2	00:25:30	REP 0031
Leben und Sport mit <b>Prothesen</b>	00:25:00	REP 0032
Kampf dem <b>Kopfschmerz</b>	00:27:00	REP 0033
Kinderleicht bewegen mit <b>Feldenkrais</b>	00:26:21	REP 0034
Leben mit <b>Depression</b>	00:26:30	REP 0035
<b>Sucht</b> im Alter	00:25:00	REP 0036
<b>Sehtraining</b> eröffnet Perspektiven	00:23:00	REP 0037
Die gesunde Geschichte der <b>Weihnachtsgewürze</b>	00:24:20	REP 0038
Von Nikoläusen, Tannenbäumen und <b>Weihnachtsmärkten</b>	00:26:40	REP 0039
<b>Hygiene im Krankenhaus</b>	00:24:30	REP 0040
Viel <b>Lärm</b> um uns	00:24:50	REP 0041
Wenn die <b>Schmerzen</b> unerträglich werden	00:24:54	REP 0042
<b>Alternative Medizin</b> in der <b>Türkei</b>	00:20:18	REP 0043
<b>Spinnenseide</b> in der Medizin	00:24:40	REP 0044
<b>Schichtarbeit</b> - <b>Stress</b> für den Körper	00:23:32	REP 0045
<b>Klinikclowns</b> : - vom Lachen und Weinen	00:24:00	REP 0046
<b>Fasten</b> auf <b>Sylt</b>	00:20:07	REP 0047
<b>Wellness und radeln</b> im Salzburger Land I	00:23:09	REP 0048
<b>Wellness und radeln</b> im Salzburger Land II	00:20:22	REP 0049
<b>Schwangerschaft</b> - zwischen Hoffnung, Hebamme und Hightech	00:23:40	REP 0050
<b>Zecken</b> als Bedrohung	00:23:40	REP 0051
<b>Herzkatheter</b> - kleiner Eingriff mit großer Wirkung	00:22:15	REP 0052
Wenn die Natur nicht will - <b>Unerfüllter Kinderwunsch</b>	00:44:50	REP 0053
<b>Hildegard von Bingen</b> - Prophetin durch die Zeiten	00:42:00	REP 0054
<b>Demut</b> – unterwegs auf dem <b>Franziskus Pilgerweg</b>	00:42:00	REP 0055

Weiter auf der nächsten Seite

## Reportagen | health tv Reportagen

Serientitel	Dauer	Referenz
Sehnsucht <b>Mystik</b>	00:42:00	R5K 0056
<b>Marathon</b> am Everest	00:42:00	R5K 0057
<b>Dr. Digital</b> – Aufbruch in die <b>Zukunft der Medizin</b>	00:26:00	R5K 0058
<b>Liebe</b> und <b>Sex im Alter</b>	00:24:20	R5K 0059
<b>Angst</b> vorm <b>Zahnarzt</b>	00:22:29	R5K 0060
<b>Ayurveda</b> im Himalaya	00:22:04	R5K 0061
<b>Wandern</b> mit Schneeschuhen	00:21:16	R5K 0062
<b>Retter</b> in der Not	00:24:22	R5K 0063
Die rätselhafte Krankheit - Behandlungswege bei <b>Arthrose</b>	00:24:40	R5K 0064
Leben mit <b>Neurodermitis</b>	00:24:49	R5K 0065
<b>Im Glück</b> mit André Schumacher	00:28:00	R5K 0066
<b>Sommerjob</b> als <b>Sennerin</b>	00:25:05	R5K 0067
<b>Unterwegs</b> mit dem <b>E-Bike: Südtirol</b>	00:26:23	R5K 0068
<b>Unterwegs</b> mit dem <b>E-Bike: Luxemburg</b>	00:25:02	R5K 0069
<b>Unterwegs</b> mit dem <b>E-Bike in Slowenien</b>	00:26:52	R5K 0070
<b>Kahle Köpfe</b> – Keine Frage des Alters	00:23:18	R5K 0071
Begegnungen mit <b>Nobelpreisträgern: Prof. Dr. Harald zur Hausen</b>	00:42:00	R5K 0072
<b>Anti Aging</b> - Das Geheimnis der <b>Langlebigkeit</b>	00:23:20	R5K 0073
Außergewöhnliche Ärzte: <b>Gefängnisarzt</b>	00:24:30	R5K 0074
Außergewöhnliche Ärzte: <b>Schiffsarzt</b>	00:24:04	R5K 0075
Außergewöhnliche Ärzte: <b>Ringarzt</b>	00:24:03	R5K 0076
<b>Gesund mit Hund</b>	00:23:22	R5K 0077
<b>Sixpack</b> im Kopf - <b>Meditation und Heilung</b>	00:42:00	R5K 0078
Zwischen <b>Genie und Chaos</b> - Wie <b>ADHS</b> das Leben bestimmt	00:25:09	R5K 0079
<b>Wandern XXL</b> - Der 100 Kilometer <b>Rhein-Ahr-Marsch</b>	00:22:27	R5K 0080
Von <b>Heilquellen</b> und <b>Wellnessoasen</b>	00:25:00	R5K 0081
<b>Ikaria: Forever young</b> , eine Reise in die blauen Zonen	00:27:00	R5K 0082
<b>Loma Linda: Forever young</b> , eine Reise in die blauen Zonen	00:20:12	R5K 0083
<b>3 Beine</b> , 2 Mädels, 1 Ziel	00:25:27	R5K 0084
Außergewöhnliche Ärzte: Der <b>Fernseharzt</b>	00:25:00	R5K 0085
Der König von Asikam - <b>Gesundheitssystem</b> und <b>Bildung in Ghana</b>	00:42:08	R5K 0086
Außergewöhnliche Ärztin - Die <b>Landärztin</b>	00:22:20	R5K 0087



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Reportagen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Reportagen



### Kleine Reportage

Genre	Reportagen
Kurzbeschreibung	AIDS ist kein Thema mehr, oder etwa doch? Was können Rettungshunde leisten und warum sollte man mit Lamas wandern? Wie entwickeln Kinder einen gesunden Geschmack? Kann die E-Zigarette einen Beitrag zur Rauch-Entwöhnung leisten und wie profitieren Patienten von Cannabis? Diese und viele andere Themen betrachtet health tv in seinen 10 bis 12-minütigen Reportagen.
Produktionsjahr(e)	2017 - 2020
Durchschnittliche Länge	13:30 Minuten
Episoden	51
Trailer	<a href="https://youtu.be/c4bjZ_EfCH0">https://youtu.be/c4bjZ_EfCH0</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
<b>Aids &amp; HIV</b> - immer noch ein Thema	00:12:43	<a href="#">KLREP 0001</a>
<b>Fit mit dem Hund</b>	00:15:00	<a href="#">KLREP 0002</a>
<b>Gourmets</b> von morgen - Wie <b>Kinder</b> lernen auf den Geschmack zu kommen	00:14:17	<a href="#">KLREP 0003</a>
<b>Wandern</b> auf dem Hansaweg	00:15:00	<a href="#">KLREP 0004</a>
Das Geheimnis der <b>Faszien</b> - Hype oder Hilfe?	00:11:10	<a href="#">KLREP 0005</a>
<b>Wie sag ich's</b> meinem Patienten?	00:12:00	<a href="#">KLREP 0006</a>
<b>Wandern</b> in der <b>Rureifel</b>	00:15:00	<a href="#">KLREP 0007</a>
<b>Wandern</b> auf der <b>Schwäbischen Alb</b>	00:14:30	<a href="#">KLREP 0008</a>
Weihnachten im <b>Krankenhaus</b>	00:11:20	<a href="#">KLREP 0009</a>
Das heilsame Geheimis der <b>Weihnachtsbäckerei</b>	00:14:50	<a href="#">KLREP 0010</a>
<b>Parkinson</b> - Mit Musik und Tanz gegen das Zittern	00:14:00	<a href="#">KLREP 0011</a>
<b>Wandern</b> in der <b>Lüneburger Heide</b>	00:15:00	<a href="#">KLREP 0012</a>
<b>Slow Food</b> - bewusst genießen	00:12:20	<a href="#">KLREP 0013</a>
<b>Schüßlersalze</b> - Placebo oder Wundermittel?	00:11:00	<a href="#">KLREP 0014</a>
<b>Wandern</b> mit <b>Lamas</b>	00:11:00	<a href="#">KLREP 0015</a>
Auf der Suche nach dem Chi - Wie <b>Qigong</b> auf Körper und Geist wirkt	00:15:00	<a href="#">KLREP 0016</a>

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Reportagen | Kleine Reportage

Serientitel	Dauer	Referenz
<b>Alaaaf</b> inklusive - Singen und gebärden im <b>Karneval</b>	00:13:10	<i>KLREP 0017</i>
<b>Trimm dich</b> am <b>Arbeitsplatz</b>	00:13:40	<i>KLREP 0018</i>
<b>Stress</b> , lass nach!	00:14:10	<i>KLREP 0019</i>
<b>Cannabis</b> auf Rezept	00:11:00	<i>KLREP 0020</i>
<b>Fitness</b> von morgen	00:14:20	<i>KLREP 0021</i>
Heimat, Herzblut, Hausbesuch - Unterwegs mit <b>Landarzt Dr. Drahonovsky</b>	00:13:40	<i>KLREP 0022</i>
<b>Wandern</b> im <b>Ruhrgebiet</b>	00:15:00	<i>KLREP 0023</i>
Dampfen statt rauchen - Was bringt die <b>E-Zigarette</b>	00:10:40	<i>KLREP 0024</i>
Allein auf weiter Flur - <b>Ärztmangel</b> auf dem Land	00:13:00	<i>KLREP 0025</i>
<b>Wandern</b> in <b>Nordhessen</b>	00:15:00	<i>KLREP 0026</i>
<b>Epilepsie</b> - Aktiv gegen Vorurteile	00:13:10	<i>KLREP 0027</i>
Beet statt Beton - <b>Urban Gardening</b>	00:14:30	<i>KLREP 0028</i>
<b>Heilwald</b> auf <b>Usedom</b>	00:13:40	<i>KLREP 0029</i>
Von <b>Tieren und Menschen</b> - Begegnungen im türkischen <b>Maçka Park</b>	00:14:40	<i>KLREP 0030</i>
<b>Wandern</b> im <b>Harz</b>	00:15:00	<i>KLREP 0031</i>
Tabuthema <b>Inkontinenz</b>	00:12:30	<i>KLREP 0032</i>
<b>Virtuelle Welten</b> - neue Möglichkeiten für die Medizin	00:12:30	<i>KLREP 0033</i>
<b>Vitiligo</b> - plötzlich weiße Fleck	00:11:20	<i>KLREP 0034</i>
<b>Zeitumstellung</b> - Menschen aus dem Takt	00:12:17	<i>KLREP 0035</i>
Mit Hilfen <b>hören</b>	00:11:40	<i>KLREP 0036</i>
<b>Ruhestand</b> gleich Stillstand?	00:11:40	<i>KLREP 0037</i>
Frisch auf den Tisch - <b>Landwirtschaft in den USA</b>	00:11:57	<i>KLREP 0038</i>
Was taugt <b>Do-it-yourself-Medizin</b> ?	00:13:00	<i>KLREP 0039</i>
<b>Autismus</b> -Leben mit einem anderen Betriebssystem	00:12:03	<i>KLREP 0040</i>
<b>Organspende</b> - Entscheidung fürs Leben	00:12:00	<i>KLREP 0041</i>
Doc Slam - <b>Medizin im Minutentakt</b>	00:10:15	<i>KLREP 0042</i>
<b>Fünf Sterne Heilfasten</b> - Klinik und Hotel St. Wolfgang	00:12:30	<i>KLREP 0043</i>
<b>Fünf Sterne Krankenhaus</b> - Klinik und Hotel St. Wolfgang	00:11:30	<i>KLREP 0044</i>
Alleskönner <b>Hanf</b>	00:12:45	<i>KLREP 0045</i>
<b>Gute Verdauung</b> in jedem Alter	00:12:39	<i>KLREP 0046</i>
Wir lernen Oma und Opa - Tipps für <b>junge Großeltern</b>	00:12:00	<i>KLREP 0047</i>
Erwachsen werden mit <b>ADHS</b>	00:12:00	<i>KLREP 0048</i>
<b>Hanf in der Medizin</b> : Weniger Schmerzen – weniger Nebenwirkungen	00:12:00	<i>KLREP 0049</i>
<b>Gesunder Schlaf</b>	00:12:31	<i>KLREP 0050</i>
Praxis + Award: Ausgezeichnete <b>Arztpraxen</b>	00:12:01	<i>KLREP 0051</i>
Die Kraft der <b>Krimmler Wasserfälle</b>	00:14:22	<i>KLREP 0052</i>
<b>Internetspielsucht</b> - Raus aus der Onlinefalle	00:12:00	<i>KLREP 0053</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Reportagen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Reportagen



Genre	Reportagen
Kurzbeschreibung	Detailgenaue Bilder aus dem Inneren des Körpers sind heute selbstverständlich in der Medizin. Es ist viel Hightech nötig, damit wir mit Ultraschall das Baby im Bauch der Mutter sehen, das MRT ein Bild des Gehirns zeigt und im CT feinste Knochen abbildbar sind. Krankheiten besser erkennen, Therapien besser steuern – das gelingt mittels moderner Bildgebung. „Hightech in der Medizin“ erzählt die Geschichten der größten technischen Fortschritte in der Medizin.
Produktionsjahr(e)	2018
Durchschnittliche Länge	13:00 Minuten
Episoden	7
Trailer	<a href="https://youtu.be/W7BFj5n_yw0">https://youtu.be/W7BFj5n_yw0</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Entdeckung der <b>Röntgenstrahlen</b>	00:12:45	<i>KLREP HIDM 0001</i>
Entwicklung der <b>Magnet-Resonanz-Tomographie</b>	00:11:15	<i>KLREP HIDM 0002</i>
Entwicklung der <b>Computer-Tomographie</b>	00:12:45	<i>KLREP HIDM 0003</i>
Entdeckung des <b>Ultraschalls</b>	00:13:40	<i>KLREP HIDM 0004</i>
Entwicklung des <b>PET</b>	00:12:30	<i>KLREP HIDM 0005</i>
Entwicklung von <b>Stents</b>	00:13:30	<i>KLREP HIDM 0006</i>
Entwicklung der <b>künstlichen Aortenklappe</b>	00:12:15	<i>KLREP HIDM 0007</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Reportagen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Reportagen



Genre	Reportagen
Kurzbeschreibung	Besucher und Patienten bekommen bei einem Klinikbesuch nur einen kleinen Einblick in den Alltag eines Krankenhauses. Ärzte und Schwestern sind allgegenwärtig, dabei sind ganze Heerscharen von Menschen nötig, damit in einem Krankenhaus alles rund läuft. health tv hat Mitarbeiter der Uniklinik Bonn mit der Kamera begleitet und zeigt, was in dem gut funktionierenden Räderwerk zum Wohle der Patienten alles ineinandergreift.
Produktionsjahr(e)	2019
Durchschnittliche Länge	25:00 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/VxdMR-vZZNM">https://youtu.be/VxdMR-vZZNM</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
<b>Kinderherzen</b>	00:25:00	REP KK 0001
<b>Heilen, operieren und reparieren</b>	00:25:20	REP KK 0002
<b>Der letzte Weg</b>	00:25:50	REP KK 0003
<b>Schaltzentren</b>	00:25:20	REP KK 0004
<b>Von Knochenarbeit und Kochkünsten</b>	00:26:55	REP KK 0005
<b>Alles sauber - alles klar</b>	00:26:00	REP KK 0006
<b>Mit Charme und Skalpell</b>	00:25:00	REP KK 0007
<b>Kinder und Gärtner</b>	00:24:01	REP KK 0008
<b>Assistenten zum OP und im OP</b>	00:23:03	REP KK 0009
<b>Klinikkarrieren</b>	00:22:08	REP KK 0010



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Reportagen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Reportagen



Genre	Reportagen
Kurzbeschreibung	Der Körper des Menschen – einzigartig, geheimnisvoll, ein Wunder der Natur. Im Laufe der Evolution entwickelte er Fähigkeiten, die ihm eine besondere Stellung in der Entwicklungsgeschichte der Säugetiere einräumt: vom aufrechten Gang bis hin zu einem Verstand, der den Weltraum erobert. Was aber brachte ihm diese Veränderungen, wo hat er bis heute noch Vorteile gegenüber anderen Säugetieren. Die Serie "Körper des Menschen" gibt Antworten auf viele Fragen.
Produktionsjahr(e)	2017
Durchschnittliche Länge	30:00 Minuten
Episoden	5
Trailer	<a href="https://youtu.be/uUc7ZJPmK4o">https://youtu.be/uUc7ZJPmK4o</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
<b>Bewegung</b>	00:29:30	<i>REP DKdM 0001</i>
Das <b>Gehirn</b>	00:29:30	<i>REP DKdM 0002</i>
Das <b>Herz</b>	00:30:00	<i>REP DKdM 0003</i>
Die <b>Haut</b>	00:30:00	<i>REP DKdM 0004</i>
Die <b>Sinne</b>	00:30:00	<i>REP DKdM 0005</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Reportagen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Reportagen



Genre	Reportagen
Kurzbeschreibung	Der health tv „Hausbesuch“ ist ein einzigartiges Reportage-Format, das aus nächster Nähe die außergewöhnlichen Lebensgeschichten von Menschen erzählt. Iris Budowsky besucht diese Menschen und begleitet sie durch ihren Alltag. Wie schafft man es, trotz einer schweren Erkrankung oder anderen Schicksalsschlägen, die Lebensfreude zu erhalten? „Hausbesuch“ hat beeindruckende Antworten auf diese Frage und macht anderen Betroffenen Mut.
Produktionsjahr(e)	2017 - 2018
Durchschnittliche Länge	19:00 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/v79oBpTjwMw">https://youtu.be/v79oBpTjwMw</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
<b>Julias Welt</b>	00:21:32	<i>HB 0001</i>
Das <b>Herz</b> einer <b>Kämpferin</b>	00:26:52	<i>HB 0002</i>
Mama Schulze - Ein fast normales Leben trotz <b>Multipler Sklerose</b>	00:27:35	<i>HB 0003</i>
Langer Atem - Wie ein Sehbehinderter durch das Laufen neuen <b>Lebensmut</b> fand	00:22:30	<i>HB 0004</i>
<b>Glück</b> kennt keine Behinderung	00:23:56	<i>HB 0005</i>
Gegen alle Prognosen - Yulyias <b>Kampf zurück ins Leben</b>	00:23:05	<i>HB 0006</i>
Fressen statt Essen - Janas Kampf gegen die <b>Esstörung</b>	00:24:31	<i>HB 0007</i>
Angelika Trabert – <b>Ohne Beine</b> durchs Leben	00:21:17	<i>HB 0008</i>
Der Feind in meinem Kopf – Michelles Leben mit <b>Tourette-Syndrom</b>	00:22:30	<i>HB 0009</i>
Leben mit <b>künstlicher Beatmung</b> – Maria-Cristina gibt nicht auf	00:22:20	<i>HB 0010</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Reportagen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Reportagen



Genre	Reportagen
Kurzbeschreibung	Das Gesundheitssystem in Deutschland gilt weltweit als vorbildlich. Doch wer über den Tellerrand hinaus schaut, wird erkennen, dass es wenig Sinn macht, nur die medizinischen Versorgungsstrukturen zu vergleichen. Gesundheit ist viel mehr und hängt von vielen Faktoren einer Gesellschaft ab: der Lebensform, den Ernährungsgewohnheiten, dem „Bewusst-sein“ für Gesundheit. Und fehlt es an moderner Technik, macht die Menschlichkeit vieles wett.
Produktionsjahr(e)	2019
Durchschnittliche Länge	19:00 Minuten
Episoden	5
Trailer	<a href="https://youtu.be/t-UsNlbtK50">https://youtu.be/t-UsNlbtK50</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Iran	00:18:28	GG 0001
Italien	00:21:39	GG 0002
Pakistan	00:16:30	GG 0003
Schweiz	00:23:09	GG 0004
USA	00:18:42	GG 0005



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Reportagen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Reportagen



Genre	Reportagen
Kurzbeschreibung	Medizin unterhaltsam und authentisch vermitteln, das will DocPod TV. Doc Falk Stirkat ist Allgemeinmediziner, Notarzt und Bestsellerautor und bei DocPod TV für den Körper zuständig. Doc Pablo Hagemeyer ist Psychiater, Fachbuchautor und der Experte für Seele und Geist. In jeder Folge spielen sich die Docs mit Humor und Selbstkritik gegenseitig die Medizin-Bälle zu, informieren und duellieren sich: von der Darmkrebsvorsorge über das Kiffen bis hin zum Pflegenotstand.
Produktionsjahr(e)	2019 - 2020
Durchschnittliche Länge	20:30 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/GleHNHr1bkQ">https://youtu.be/GleHNHr1bkQ</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Alarm im <b>Darm</b>	00:25:20	<i>DPTV 0001</i>
Hö, hö, <b>Höhenangst</b>	00:26:20	<i>DPTV 0002</i>
<b>Ernste Hilfe</b>	00:25:30	<i>DPTV 0003</i>
Die Docs kommen ins <b>Heim</b>	00:25:40	<i>DPTV 0004</i>
Beef mit dem <b>Fleisch</b>	00:24:20	<i>DPTV 0005</i>
<b>Canna</b> bis der Arzt kommt	00:25:20	<i>DPTV 0006</i>
<b>Gefangen</b> im eigenen <b>Körper</b>	00:24:50	<i>DPTV 0007</i>
Besuch beim <b>Echokammerjäger</b>	00:26:10	<i>DPTV 0008</i>
A <b>Docwork Orange</b>	00:25.20	<i>DPTV 0009</i>
Diagnose <b>Saccharose</b>	00:27.50	<i>DPTV 0010</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Reportagen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Reportagen



Genre	Reportagen
Kurzbeschreibung	Nicht nur Menschen, sondern auch Institutionen und Unternehmen arbeiten in und an unserem Gesundheitssystem. Und genau um sie geht es, wenn Axel Link die "Macher der Gesundheitswirtschaft" kennenlernt, moderne Medizintechnik unter die Lupe nimmt und kritisch nachfragt.
Produktionsjahr(e)	2018
Durchschnittliche Länge	25:00 Minuten
Episoden	1
Trailer	<a href="https://youtu.be/RTLHL7GWCvk">https://youtu.be/RTLHL7GWCvk</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Siemens Healthineers	00:25:00	MdG 0001



Ihnen gefällt einer oder mehrere unserer Reportagen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

# Reisereportagen



Mit unseren Reisereportagen nehmen wir sie mit auf eine Auszeit vom Alltag. Ob Kurztrip oder verlängertes Wochenende, wir zeigen die schönsten Plätze für einen erholsamen Urlaub und geben Tipps und nützliche Informationen für die schönste Zeit des Jahres.

Seite	Art	Anzahl Episoden	Ø Dauer/ Episode
22	<a href="#">Gesund reisen</a>	11	00:11:30
23	<a href="#">health tv unterwegs</a>	11	00:23:00
24	<a href="#">Heilbäder &amp; Wellnessoasen</a>	8	00:25:30

## Reisereportagen



Genre	Reisereportagen
Kurzbeschreibung	Reisen an sich ist ja schon gesund. Die Seele baumeln lassen und dem Alltagsstress entfliehen - gut so! Wie gut ist es erst, wenn Sie ihren Kurzurlaub nutzen, um zertifizierte Präventionskurse in den Urlaubstag einzuflechten und ihre Krankenkasse das auch noch bezuschusst. Das geht! In unserer Reihe Gesund reisen stellen wir mit unserem Partner AKON Aktivkonzept ausgewählte Reisen vor. AKON ist Deutschlands führender Präventionsveranstalter und Kooperationspartner zahlreicher gesetzlicher sowie privater Krankenkassen.
Produktionsjahr(e)	2018 - 2019
Durchschnittliche Länge	11:30 Minuten
Episoden	11
Trailer	<a href="https://youtu.be/U1NtNqIbLHc">https://youtu.be/U1NtNqIbLHc</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Bad Lippspringe	00:13:10	GR 0001
Bad Mergentheim	00:10:23	GR 0002
Radebeul	00:10:13	GR 0003
Dangast	00:11:18	GR 0004
Neukirchen	00:11:00	GR 0005
Starnberger See	00:12:46	GR 0006
Hitzacker	00:12:06	GR 0007
Fulda	00:12:00	GR 0008
Altenberg	00:11:23	GR 0009
Bayerischer Wald	00:10:25	GR 0010
Königstein	00:11:15	GR 0011



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Reisereportagen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Reisereportagen



Genre	Reisereportagen
Kurzbeschreibung	In Dänemark gibt es für Touristen viele interessante Orte zu entdecken. Ob Blavand, Fünen, Bornholm, Skagen oder Aalborg, unser Nachbarland hat viele schöne Seiten zu bieten. health tv nimmt sie mit auf eine Entdeckungsreise durch das Königreich Dänemark. Unsere Moderatoren erkunden nicht nur die Schönheiten der Gegend, sondern treffen auch Menschen, die Interessantes zu erzählen haben, ob über das dänische Gesundheitssystem oder das Steinbuttangeln.
Produktionsjahr(e)	2017
Durchschnittliche Länge	23:00 Minuten
Episoden	11
Trailer	<a href="https://youtu.be/j7RluMajBSq">https://youtu.be/j7RluMajBSq</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Märcheninsel <b>Fünen</b>	00:24:23	<i>HTVuw 0001</i>
Rund um <b>Skagen</b>	00:23:42	<i>HTVuw 0002</i>
<b>Samsø</b> - Erlebnisse der besonderen Art	00:26:47	<i>HTVuw 0003</i>
<b>Dänische Riviera</b>	00:26:06	<i>HTVuw 0004</i>
Ferienparadies <b>Djursland</b>	00:23:08	<i>HTVuw 0005</i>
<b>Aalborg</b> – Stadt des guten Geschmacks	00:21:41	<i>HTVuw 0006</i>
<b>Bornholm</b> – Perle der dänischen Ostsee	00:24:33	<i>HTVuw 0007</i>
Sommersonnenwende in <b>Skagen</b>	00:18:08	<i>HTVuw 0008</i>
<b>Rømø</b> und <b>Tønder</b> Festival	00:20:55	<i>HTVuw 0009</i>
<b>Blåvand</b>	00:21:59	<i>HTVuw 0010</i>
<b>Ostseeradweg</b>	00:21:28	<i>HTVuw 0011</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Reisereportagen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Reisereportagen



Genre	Reisereportagen
Kurzbeschreibung	Wer eine Auszeit vom Alltag sucht, muss nicht unbedingt sehr weit reisen. Es gibt zahlreiche Wellness-Oasen in Deutschland, die Entspannung für Körper und Seele bieten. Die Angebote reichen von Beautybehandlung, Spa, Badelandschaften, Sport und Fitness und natürlich auch kulinarischen Erlebnissen. Jede dieser Anlagen hat ihren eigenen Charme und individuelle Handschrift, von der Architektur über ausgefallene Pflegeprogramme bis zur regionalen Küche. health tv stellt sie vor.
Produktionsjahr(e)	2018 - 2020
Durchschnittliche Länge	25:30 Minuten
Episoden	8
Trailer	<a href="https://youtu.be/en7b3Q9Rd1A">https://youtu.be/en7b3Q9Rd1A</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Wald- und Schlosshotel <b>Friedrichsruhe</b>	00:26:03	<i>HBWO 0001</i>
<b>Mawell</b> Resort	00:26:00	<i>HBWO 0002</i>
<b>Bollants</b>	00:26:18	<i>HBWO 0003</i>
Deutsche Heilbäder <b>Westerland</b>	00:18:00	<i>HBWO 0004</i>
The Grand <b>Ahrenshoop</b>	00:22:12	<i>HBWO 0005</i>
<b>Gräflicher Park</b>	00:22:14	<i>HBWO 0006</i>
<b>Sylt</b> Spezial	00:44:15	<i>HBWO 0007</i>
Wellness-Oase Quellness- und Golfhotel <b>Fürstenhof</b>	00:20:34	<i>HBWO 0008</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Reisereportagen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

# Portrait



Geschichten die Mut machen, von Menschen, die etwas zu erzählen haben. Wir lernen Organisationen kennen, die sich für andere Menschen einsetzen und treffen Menschen, die auch im hohen Alter noch aktiv sind.

Seite	Art	Anzahl Episoden	Ø Dauer/ Episode
26	<a href="#">Was macht eigentlich... ?</a>	10	00:10:30
27	<a href="#">Was geht, Alter?</a>	22	00:12:00

## Portrait



Genre	Portrait
Kurzbeschreibung	Zahlreiche Organisationen, Initiativen und Verbände befassen sich mit Gesundheit, Wohlbefinden und Rechten von Verbrauchern oder Patienten. health tv schaut hinter die Kulissen und gibt einen Einblick in Aufgaben, Ziele und die Arbeit der Unternehmen.
Produktionsjahr(e)	2017 - 2018
Durchschnittliche Länge	10:30 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/bDW918rJ9KA">https://youtu.be/bDW918rJ9KA</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Ein <b>Ernährungsrat</b>	00:07:30	<a href="#">WME 0001</a>
Der Deutsche <b>Allergie- und Asthmabund</b>	00:11:43	<a href="#">WME 0002</a>
Die <b>Stiftung Warentest</b>	00:12:00	<a href="#">WME 0003</a>
<b>DKMS LIFE</b>	00:07:36	<a href="#">WME 0004</a>
Die Deutsche <b>Diabetes-Hilfe</b>	00:13:49	<a href="#">WME 0005</a>
Die <b>Verbraucher Initiative</b>	00:10:48	<a href="#">WME 0006</a>
Die <b>DKMS</b>	00:09:37	<a href="#">WME 0007</a>
<b>Ärzte ohne Grenzen</b>	00:10:29	<a href="#">WME 0008</a>
Die Deutsche <b>Alzheimer</b> Gesellschaft	00:10:25	<a href="#">WME 0009</a>
Die Deutsche <b>Zöliakie</b> Gesellschaft	00:11:16	<a href="#">WME 0010</a>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Portraits und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Portrait



Genre	Portrait
Kurzbeschreibung	Alter, dieser Lebensabschnitt wird allgemein mit dem Nachlassen von Aktivität und körperlichem Abbau verbunden. Doch die reiferen Jahre haben ihren ganz besonderen Reiz. Aus der Erfahrung heraus leben, etwas Neues ausprobieren, Grenzen neu ausloten – vieles ist möglich. „Was geht, Alter?“ zeigt Menschen, die ihr Leben auf beeindruckende Weise in vollen Zügen bewusst genießen und gestalten. Geschichten, die Mut machen.
Produktionsjahr(e)	2017 - 2019
Durchschnittliche Länge	12:00 Minuten
Episoden	22
Trailer	<a href="https://youtu.be/ilZaYb08Njg">https://youtu.be/ilZaYb08Njg</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
<b>Fritz Pechovsky (92)</b> macht Theater	00:10:40	<a href="#">WGA 0001</a>
<b>Leopoldo Chariarse (89)</b> lebt achtsam	00:09:56	<a href="#">WGA 0002</a>
<b>Wolfgang Ritte (64)</b> springt Rekorde	00:13:44	<a href="#">WGA 0003</a>
<b>Sonja Thiemann (97)</b> bleibt neugierig	00:13:40	<a href="#">WGA 0004</a>
<b>Marie -Luise Nikuta (79)</b> sorgt für Stimmung	00:11:10	<a href="#">WGA 0005</a>
<b>Bonaventura Makoi (77)</b> läuft Marathon	00:13:50	<a href="#">WGA 0006</a>
<b>Kristin Kunze (76)</b> bewegt Menschen	00:15:00	<a href="#">WGA 0007</a>
<b>Helene Murray (80)</b> möchte 100 Jahre werden	00:13:50	<a href="#">WGA 0008</a>
<b>Hans-Jürgen Jürgens (91)</b> ...lebt für seine Insel	00:10:30	<a href="#">WGA 0009</a>
<b>Lilli Kopetz (86)</b> ... kämpft sich durch	00:11:00	<a href="#">WGA 0010</a>
<b>Ilse Storb (88)</b> ... jazzt durchs Leben	00:14:00	<a href="#">WGA 0011</a>
<b>Leopold Kuchwalek (100)</b> schwimmt dem Alter davon	00:10:40	<a href="#">WGA 0012</a>
<b>Walter Kuchler (85)</b> fährt Ski	00:12:00	<a href="#">WGA 0013</a>
<b>Berbé Schmidt (76)</b> ...gibt den Takt an	00:10:30	<a href="#">WGA 0014</a>
<b>Fritz Pechovsky (92)</b> macht Theater	00:10:40	<a href="#">WGA 0015</a>

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Portrait | Was geht Alter

Serientitel	Dauer	Referenz
<b>Torben Andersen (70)</b> macht die Welle	00:11:27	WGA 0016
<b>60 Rentner</b> starten durch mit der Condor	00:11:40	WGA 0017
<b>Marianne Frielingsdorf (64)</b> bewahrt die heimische Natur	00:15:00	WGA 0018
<b>Wilfried Fischer (66)</b> sucht das Bernsteinzimmer	00:11:39	WGA 0019
<b>Helmut Arnold (70)</b> radelt auf hohem Niveau	00:13:00	WGA 0020
<b>Drei Damen vom Adel</b> residieren in der Schloss-WG	00:13:00	WGA 0021
<b>Margrit Westphal (80)</b> formt Kunstkeramik	00:13:05	WGA 0022
<b>Franz-Josef Knipschild (84)</b> rezitiert in Berlin	00:11:20	WGA 0023



Ihnen gefällt ein oder mehrere unserer Portraits und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

# Interviews



Mit unseren Interviews nehmen wir die Zuschauer mit in ganz private Welten. Wir treffen prominente Persönlichkeiten, die von ihrem ereignisreichen Leben erzählen und manchen Schicksalsschlag gemeistert haben.

Seite	Art	Anzahl Episoden	Ø Dauer/ Episode
30	<a href="#">VIP Visite</a>	11	00:26:30
31	<a href="#">health tv trifft</a>	16	00:11:30
32	<a href="#">health tv Stammtisch</a>	2	00:37:00
33	<a href="#">Time Out</a>	30	00:23:30

## Interviews



Genre	Interview
Kurzbeschreibung	Dass er lebensbedrohlich an Diabetes erkrankt war, hat Harry Wijnvoord nicht gespürt. Hugo Egon Balder lässt sich alle sechs Monate durchchecken, um einem Schlaganfall vorzubeugen. Grit Böttcher nutzt ihren uneinsehbaren Garten zur Gymnastik. VIP VISITE besucht prominente Persönlichkeiten und bittet zum Gespräch: über ihr ereignisreiches Leben und ihre Karriere, über Glück und Zufriedenheit und natürlich über die Gesundheit.
Produktionsjahr(e)	2019
Durchschnittliche Länge	26:30 Minuten
Episoden	11
Trailer	<a href="https://youtu.be/HNyWqGtbmLg">https://youtu.be/HNyWqGtbmLg</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Harry Wijnvoord	00:26:50	VV 0001
Grit Boettcher	00:26:40	VV 0002
Hugo Egon Balder	00:27:00	VV 0003
Marijke Amado	00:27:00	VV 0004
Claus Theo Gärtner	00:26:30	VV 0005
Biggi Lechtermann	00:27:00	VV 0006
Hella von Sinnen	00:26:50	VV 0007
Wolfgang Niedecken	00:26:30	VV 0008
Andrea Spatzek	00:26:40	VV 0009
Tetje Mierendorf	00:25:00	VV 0010
Wolfgang Bosbach	00:25:00	VV 0011



Ihnen gefällt ein oder mehrere unserer Interviews und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Interviews



Genre	Interview
Kurzbeschreibung	Warum engagieren sich Prominente für kranke und bedürftige Menschen? Kann man mit Diabetes die Welt umsegeln und wie wird man eigentlich Sternekoch? Persönlichkeiten, die im Rampenlicht stehen, einen besonderen Werdegang haben oder Vorbilder sind, haben Einfluss auf die öffentliche Meinung. health tv schaut hinter die Kulissen und fragt nach Aktivitäten, Engagement sowie Einstellungen zu Gesundheit, Fitness und Wohlbefinden.
Produktionsjahr(e)	2017 - 2020
Durchschnittliche Länge	11:30 Minuten
Episoden	16
Trailer	<a href="https://youtu.be/GI3BdLKBLMs">https://youtu.be/GI3BdLKBLMs</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Joey Kelly	00:09:50	<i>HTVtrifft 0001</i>
Weltumsegler Bastian Hauck	00:11:06	<i>HTVtrifft 0012</i>
Daniel Bahr	00:28:34	<i>HTVtrifft 0013</i>
Chefkoch Sebastian Pruessmann	00:06:35	<i>HTVtrifft 0014</i>
UdoWalz	00:09:26	<i>HTVtrifft 0015</i>
Christian Rach	00:13:22	<i>HTVtrifft 0016</i>
ISPG Alzheimerstudie	00:11:59	<i>HTVtrifft 0017</i>
Byron de Marse	00:08:24	<i>HTVtrifft 0018</i>
Dr. Tim Hagenacker - wadenkrampf	00:05:45	<i>HTVtrifft 0019</i>
Ralf Moeller	00:11:47	<i>HTVtrifft 0020</i>
Alena Gerber	00:09:18	<i>HTVtrifft 0021</i>
Detlef Soost	00:11:55	<i>HTVtrifft 0022</i>
Victoria Jancke	00:10:57	<i>HTVtrifft 0023</i>
Julius Brink	00:13:26	<i>HTVtrifft 0024</i>
Carolina Noeding	00:09:23	<i>HTVtrifft 0025</i>
Anja Steffen	00:09:33	<i>HTVtrifft 0026</i>

## Interviews



Genre	Interview
Kurzbeschreibung	Ist Bier am Ende gesund? Was zieht Menschen von der Stadt aufs Land? Lässt sich alkoholfreies Bier schon am Geruch erkennen? Beim health tv-Stammtisch philosophieren und diskutieren unterhaltsame Gäste und Moderator Axel Link über aktuelle Themen, die Sie bestimmt auch schon einmal zum Nachdenken gebracht haben.
Produktionsjahr(e)	2018
Durchschnittliche Länge	37:00 Minuten
Episoden	2
Trailer	<a href="https://youtu.be/TMyZXKVuqvM">https://youtu.be/TMyZXKVuqvM</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Hopfen und Malz, Gott erhalt's	00:53:42	<i>HTV ST 0001</i>
Landlust - Landfrust	00:21:35	<i>HTV ST 0002</i>



Ihnen gefällt ein oder mehrere unserer Interviews und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Interviews



Genre	Interview
Kurzbeschreibung	Moderatorin Nina-Marlisa Lenzi trifft prominente Gäste in ihrer Heimatstadt und besucht zusammen mit ihnen die Orte, wo sie abschalten, aber auch auftanken können, sich die Energie für aufreibende Drehtage, die Bühne oder das Stadion holen. Dabei erfahren die Zuschauer einiges aus dem Leben der Stars, aber erhalten auch interessante Tipps für ein Gleichgewicht zwischen Karriere und gesundem Leben, denn das Thema Gesundheit in all seinen Facetten findet in jeder Folge passenden Raum. Humorvoll und dabei informierend unterhält das Format Time Out auf health tv.
Produktionsjahr(e)	2017 - 2020
Durchschnittliche Länge	23:30 Minuten
Episoden	30
Trailer	<a href="https://youtu.be/k2r-vJiFRfI">https://youtu.be/k2r-vJiFRfI</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
mit Hardy Krüger jr.	00:27:06	<a href="#">TO 0001</a>
mit Ulli Potofski	00:22:07	<a href="#">TO 0002</a>
mit Marek Erhardt	00:22:51	<a href="#">TO 0003</a>
Kicken mit Herz	00:21:17	<a href="#">TO 0004</a>
mit Rhea Harder-Vennewald	00:22:37	<a href="#">TO 0005</a>
mit Till Demtroeder	00:23:55	<a href="#">TO 0006</a>
mit Eva Habermann	00:19:53	<a href="#">TO 0007</a>
mit Yasmina Filiali	00:23:40	<a href="#">TO 0008</a>
mit Tetje Mierendorf	00:24:31	<a href="#">TO 0009</a>
mit Stefan Schnorr	00:25:09	<a href="#">TO 0010</a>
mit Hakim-Michael Meziani	00:23:42	<a href="#">TO 0011</a>
mit Ralf Bauer	00:24:36	<a href="#">TO 0012</a>
mit Klaus Baumgart	00:24:31	<a href="#">TO 0013</a>
mit Karlheinz Hauser	00:19:39	<a href="#">TO 0014</a>
mit Markus Ertelt	00:24:34	<a href="#">TO 0015</a>

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Interviews | Time Out

Serientitel	Dauer	Referenz
mit Ben Blaskovic	00:23:28	TO 0016
mit Annabelle Mandeng	00:23:38	TO 0017
mit Kai Schwarz	00:18:43	TO 0018
mit Petra van Bremen	00:24:46	TO 0019
mit Kristina Lüdtko	00:23:14	TO 0020
mit Marcell Jansen	00:24:50	TO 0021
mit Ina Menzer	00:24:23	TO 0022
mit Carlo von Tiedemann	00:22:57	TO 0023
mit Neil Malik Abdullah	00:21:15	TO 0024
mit Yared Dibaba	00:24:05	TO 0025
mit Ildikó von Kürthy	00:23:13	TO 0026
mit Imke Salander	00:24:53	TO 0027
mit Cornelia Poletto	00:24:39	TO 0028
mit Quarantäne	00:26:47	TO 0029
mit Fernanda Brandão	00:24:34	TO 0030



Ihnen gefällt ein oder mehrere unserer Interviews und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

# Kochsendungen



Das Glück liegt auf dem Teller! Hier gibt es tolle Rezepte zum Nachkochen oder einfach nur zum Zuschauen. Starkoch Christian Rach und Foodbloggerin Hannah Frey zeigen, das auch gesundes Essen Spaß macht!

Seite	Art	Anzahl Episoden	Ø Dauer/ Episode
36	<a href="#">Rachs 5€-Küche</a>	59	00:42:00
39	<a href="#">Gesund Kochen und genießen</a>	11	00:12:00
40	<a href="#">Gesund Kochen super schnell</a>	6	00:07:30
41	<a href="#">Gesund Kochen ohne Zucker</a>	3	00:23:00
42	<a href="#">Kochen Leicht Gemacht</a>	111	00:03:30

## Kochsendungen



Genre	Kochen
Kurzbeschreibung	Weniger als fünf Euro pro Person kosten Gerichte, die Christian Rach zubereitet. Unter dem Motto „Gewusst wie!“ präsentiert er leckere und gesunde Mahlzeiten. Beim Kochen wird der ehemalige Restauranttester von Gästen unterstützt – unter anderem von einer Feuerwehrfrau, einem Postboten und Lebensmittelkontrolleur. Zudem stellen die Food-Checker Laurens Carroux, Andreas Lingsch und Michael Krogmann vom Internetsender Rocket Beans knifflige Fragen, die den Spitzenkoch ganz schön ins Schwitzen bringen.
Produktionsjahr(e)	2019
Durchschnittliche Länge	42:00 Minuten
Episoden	59
Trailer	<a href="https://youtu.be/LBa7dudjQGE">https://youtu.be/LBa7dudjQGE</a>

Episodentitel	Dauer	Referenz
Gemüse-Bowl mit Schwarzwurzelchips	00:41:55	R5K 0001
Spaghetti mit Linsen-Salsiccia-Tomaten-Sauce	00:41:55	R5K 0002
Rosenkohl-Curry	00:41:55	R5K 0003
Serviettenknödel mit Champignon-Ragout	00:41:55	R5K 0004
Shakshouka	00:41:55	R5K 0005
Graupeneintopf mit Entenbrust	00:41:55	R5K 0006
Kartoffel-Linsensalat mit geräucherter Forelle	00:41:55	R5K 0007
Blumenkohl-Mangold-Frittata mit Schafskäse	00:41:55	R5K 0008
Gebackene Wurzeln mit Hummus	00:41:55	R5K 0009
Krautfleckerl mit Spitzkohl und Pilzen	00:41:55	R5K 0010
Karottentarte mit Grünkohlsalat	00:41:55	R5K 0011
Steckrübenstampf mit Würstchen und Rotkohl	00:41:55	R5K 0012
Ramen-Nudeln mit frittiertem Schweinenacken	00:41:55	R5K 0013
Wantans mit mariniertem Rotkohlsalat	00:41:55	R5K 0014
Geschmorte Aubergine mit Mandel-Couscous	00:41:55	R5K 0015

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Kochsendungen | Rachs 5€-Küche

Serientitel	Dauer	Referenz
Involtini mit Selleriepüree und gebratenen Kartoffeln	00:41:51	R5K 0016
Spinat-Käse-Knödel mit Tomatensauce	00:41:52	R5K 0017
Pfannkuchen mit Lauchfüllung und Salat	00:41:55	R5K 0018
Flammkuchen mit Kürbissuppe und Salat	00:41:55	R5K 0019
Kürbisrisotto mit Birne und Radicchio	00:41:55	R5K 0020
Minestrone mit Petersilienpesto	00:41:55	R5K 0021
Wirsingrouladen mit Kartoffelpüree	00:41:55	R5K 0022
Cassoulet mit Chorizo	00:41:55	R5K 0023
Fussili mit Seelachs und gebratenem Gemüse	00:41:55	R5K 0024
Überbackene Süßkartoffeln mit Tomatensalat	00:41:52	R5K 0025
Cremige Polenta mit Blattspinat	00:41:52	R5K 0026
Quinoa-Bohnen-Salat mit Lachs	00:41:52	R5K 0027
Reibekuchen mit Pilz-Stroganoff	00:41:51	R5K 0028
Polenta mit Rote Beete-Salat und Tarte Tatin	00:41:52	R5K 0029
Erbsenrisotto mit pochiertem Ei und Lachs	00:41:51	R5K 0030
Römersalat mit gekochter Hühnerkeule	00:41:50	R5K 0031
Glasnudeln mit mariniertem Tofu	00:41:52	R5K 0032
Hühnersuppe mit Pak-Choi	00:41:52	R5K 0033
Zander mit Sauerkraut	00:41:52	R5K 0034
Seelachs in Kartoffelkruste	00:41:55	R5K 0035
Sobanudeln mit gebratenem Romanesco	00:41:52	R5K 0036
Borschtsch mit Roter Bete und Weißkohl	00:41:52	R5K 0037
Tacos mit Rindfleisch-Bohnen-Füllung	00:41:50	R5K 0038
Hackfleischbällchen mit Petersilienwurzelpüree	00:41:51	R5K 0039
Sauerkraut-Kartoffel-Tarte	00:41:52	R5K 0040
Penne mit Brokkoli und Gremolata	00:41:52	R5K 0041
Auberginenröllchen mit gebratenen Kartoffelwürfeln	00:41:52	R5K 0042
Chickenwings mit Süßkartoffeln	00:41:52	R5K 0043
Erbsen Pariser Art, Spiegelei und Kartoffelpüree	00:41:52	R5K 0044
Zucchini-Kartoffel-Gratin und Bananenquark	00:41:52	R5K 0045
Kabeljaunocken auf Peperonata	00:41:52	R5K 0046
Falafel mit Spitzkohlsalat	00:41:52	R5K 0047
Satéspieße mit lauwarmem Linsensalat	00:41:52	R5K 0048
Vegetarische Bolognese	00:41:52	R5K 0049
Weltmeister-Veggie-Burger mit Hirse-Patties	00:41:52	R5K 0050
Gemüseragout mit Spargel und Kartoffeln	00:41:52	R5K 0051
Gebratenes Makrelenfilet mit Pellkartoffel-Blumenkohl-Salat	00:41:52	R5K 0052
Asiatische Spargelsuppe	00:41:52	R5K 0053
Zitronen-Pizza mit Babyspinat und Ziegenkäse	00:41:51	R5K 0054
Sauerkraut-Lachs-Strudel mit Apfel-Kartoffel-Stampf	00:41:53	R5K 0055

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Kochsendungen | Rachs 5€-Küche

Episodentitel	Dauer	Referenz
Bunter Nudelsalat mit Hackfleischbällchen	00:41:52	R5K 0056
Bali-Reisschale mit zweierlei Spargel	00:41:52	R5K 0057
Karotten-Apfel-Salat mit Garnelen-Crostini	00:41:52	R5K 0059
Cremige Polenta mit Paprika-Bohngemüse	00:41:52	R5K 0060



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Kochsendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Kochsendungen



Genre	Kochsendungen
Kurzbeschreibung	Gesund und lecker essen, das wollen die meisten. Selbst kochen nicht unbedingt. Wer bisher eher selten zum Kochlöffel griff, wird das in Zukunft vielleicht häufiger tun: Profi- und Hobby-Köche zeigen, wie's geht, geben wertvolle Tipps und verraten ganz persönliche Tricks. Worauf kommt es bei der Zubereitung an? Welche Zutaten sind gesund, welche nicht? Gesund kochen - unterhaltsam, informativ und einfach nur lecker!
Produktionsjahr(e)	2018
Durchschnittliche Länge	12:00 Minuten
Episoden	11
Trailer	<a href="https://youtu.be/rGZdHHIB7LM">https://youtu.be/rGZdHHIB7LM</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Paprika-Couscous mit Brokkoli und Sojajoghurt	00:14:07	<a href="#">GKG 0001</a>
Maishähnchenbrust mit eingelegtem Chicorée	00:12:56	<a href="#">GKG 0002</a>
Wildlachs mit Curry-Spinat und Sojasprossen	00:10:00	<a href="#">GKG 0003</a>
Bachsaibling mit Avocado, Oxalis und Tomaten	00:13:16	<a href="#">GKG 0004</a>
Rinderfilet mit Spargel-Risotto und Zuckerschoten	00:12:56	<a href="#">GKG 0005</a>
Pochierter Kabeljau mit Kresse und Dillsud	00:11:42	<a href="#">GKG 0006</a>
Gegrilltes Kalbskotelette mit Auberginenpüree	00:12:03	<a href="#">GKG 0007</a>
Gegrillte Romanasalatherzen mit Parmesan	00:11:00	<a href="#">GKG 0008</a>
Kartoffel-Spitzkohl-Pflanzerl	00:10:00	<a href="#">GKG 0009</a>
Blaue Garnele mit Salz-Sellerie	00:12:03	<a href="#">GKG 0010</a>
Gegrillter Roggen-Dinkel Fladen	00:12:23	<a href="#">GKG 0011</a>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Kochsendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Kochsendungen



Genre	Kochsendungen
Kurzbeschreibung	Beim Essen muss es für viele Menschen schnell gehen. Der Job, die Familie, Freunde und Hobbys – da bleibt kaum Zeit für Lebensmitteleinkauf und -zubereitung. Anja Göll und Nadine Lenz zeigen, wie gesunde und leckere Mahlzeiten trotz Alltagsstress gelingen können. Die Ernährungswissenschaftlerinnen stellen „schnelle“ Rezepte vor, die den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung und damit den Kriterien von IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung entsprechen.
Produktionsjahr(e)	2018
Durchschnittliche Länge	07:30 Minuten
Episoden	6
Trailer	<a href="https://youtu.be/i-xNwTU5yEM">https://youtu.be/i-xNwTU5yEM</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Lachssandwich mit Radieschen und Kresse	00:08:18	GKS 0001
Linsensuppe mit Kokos und Cashewkernen	00:07:16	GKS 0002
Bunter Glasnudelsalat	00:11:07	GKS 0003
Grüner Frühstücks-Smoothie mit Mandeljoghurt	00:05:18	GKS 0004
Pinacolada Porridge	00:05:16	GKS 0005
Shakshuka mit Vollkornbrot	00:08:45	GKS 0006



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Kochsendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Kochsendungen



Genre	Kochsendungen
Kurzbeschreibung	Ihr Buch „Zuckerfrei – Die 40 Tage Challenge“ gehörte zu den Bestsellern 2017. Für health tv steht Hannah Frey 2018 vor der Kamera. Die studierte Gesundheitswissenschaftlerin, ausgebildete Yoga-Lehrerin und Foodbloggerin zeigt, wie einfach und gesund Zucker ersetzt werden kann. Mit Verzicht hat das nichts zu tun - ganz im Gegenteil! Der zuckerfreie Speiseplan verspricht Genuss pur - vom Frühstück bis zum Abendessen.
Produktionsjahr(e)	2018
Durchschnittliche Länge	23:00 Minuten
Episoden	3
Trailer	<a href="https://youtu.be/5gQbLC2NT9I">https://youtu.be/5gQbLC2NT9I</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Joghurt mit Granola, Avocado-Ei-Salat und Kitchari	00:22:54	GKOZ 0001
Chia-Pudding, Kichererbseneintopf und Ofengemüse	00:24:44	GKOZ 0002
Hirse-Porridge, Soba-Nudelsalat und überbackener Chicorée	00:21:47	GKOZ 0003



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Kochsendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Kochsendungen



Genre	Kochsendungen
Kurzbeschreibung	Wie brät man eigentlich ein Steak und wann hat es die gewünschte Garstufe erreicht? In "Kochen leicht gemacht" geht es um die Grundlagen und Techniken der hohen Kochkunst. So wird Kochen nicht nur für Anfänger zum Erfolgserlebnis, sondern es gibt auch noch wertvolle Tricks und Tipps für Fortgeschrittene.
Produktionsjahr(e)	2017
Durchschnittliche Länge	03:30 Minuten
Episoden	111
Trailer	<a href="https://youtu.be/SM___-G5xTM8">https://youtu.be/SM___-G5xTM8</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Ausbackteig	00:04:54	<a href="#">KLG Dessert</a>
Brandteig	00:04:14	<a href="#">KLG Dessert</a>
Buchteln	00:03:21	<a href="#">KLG Dessert</a>
Creme Caramé	00:04:31	<a href="#">KLG Dessert</a>
Crepes	00:02:56	<a href="#">KLG Dessert</a>
Eischnee und Baiser	00:04:06	<a href="#">KLG Dessert</a>
Erdbeercreme	00:03:46	<a href="#">KLG Dessert</a>
Fruchtkompott	00:02:53	<a href="#">KLG Dessert</a>
Himbeersauce	00:01:38	<a href="#">KLG Dessert</a>
Maracujasorbet	00:04:16	<a href="#">KLG Dessert</a>
Mousse au Chocolat	00:03:05	<a href="#">KLG Dessert</a>
Parfait	00:04:02	<a href="#">KLG Dessert</a>
Rote Grütze	00:04:22	<a href="#">KLG Dessert</a>
Schokoladensauce	00:01:50	<a href="#">KLG Dessert</a>
Schokoladensouffle	00:05:11	<a href="#">KLG Dessert</a>

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Kochsendungen | Kochen leicht gemacht

Serientitel	Dauer	Referenz
Vanillecreme	00:03:00	<i>KLG Dessert</i>
Vanillepudding	00:04:55	<i>KLG Dessert</i>
Vanillesauce	00:02:38	<i>KLG Dessert</i>
Pfannkuchen	00:03:29	<i>KLG Eier</i>
Rührei	00:01:57	<i>KLG Eier</i>
Spiegelei	00:01:40	<i>KLG Eier</i>
Omelett	00:01:58	<i>KLG Eier</i>
Fisch im Ofen garen	00:02:45	<i>KLG Fisch</i>
Fisch in Salzkruste	00:04:30	<i>KLG Fisch</i>
Fischfilet hauten	00:01:13	<i>KLG Fisch</i>
Lachs beizen	00:04:37	<i>KLG Fisch</i>
Venusmuschel	00:03:37	<i>KLG Fisch</i>
Carpaccio	00:04:47	<i>KLG Fleisch</i>
Cordon bleu	00:04:02	<i>KLG Fleisch</i>
Filetsteak braten	00:02:50	<i>KLG Fleisch</i>
Frikadellen	00:04:10	<i>KLG Fleisch</i>
Garstufen	00:01:18	<i>KLG Fleisch</i>
Geschnetzeltes aus dem Wok	00:04:04	<i>KLG Fleisch</i>
Hackbraten	00:06:11	<i>KLG Fleisch</i>
Hirschrücken	00:03:29	<i>KLG Fleisch</i>
Kalbsschnitzel	00:03:45	<i>KLG Fleisch</i>
Lammkarree	00:05:56	<i>KLG Fleisch</i>
Lammkeule	00:04:11	<i>KLG Fleisch</i>
Putenvollbraten	00:05:17	<i>KLG Fleisch</i>
Rinderbruehe	00:03:54	<i>KLG Fleisch</i>
Rinderfilet pochieren	00:03:13	<i>KLG Fleisch</i>
Rinderroulade	00:05:01	<i>KLG Fleisch</i>
Satespieße	00:05:23	<i>KLG Fleisch</i>
Sauerbraten	00:05:05	<i>KLG Fleisch</i>
Brathähnchen	00:04:06	<i>KLG Geflügel</i>
Chicken Wings	00:02:31	<i>KLG Geflügel</i>
Coq au vin Geflügel schmoren	00:05:51	<i>KLG Geflügel</i>
Entenbrust braten	00:03:41	<i>KLG Geflügel</i>
Geflügel füllen	00:03:51	<i>KLG Geflügel</i>
Geflügelfarce	00:04:29	<i>KLG Geflügel</i>
Hähnchencurry	00:06:15	<i>KLG Geflügel</i>
Gemischter Blattsalat	00:02:59	<i>KLG Gemüse</i>
Gemüse dünsten	00:03:10	<i>KLG Gemüse</i>
Grüner Spargel	00:02:42	<i>KLG Gemüse</i>
Krautsalat	00:03:54	<i>KLG Gemüse</i>

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Kochsendungen | Kochen leicht gemacht

Serientitel	Dauer	Referenz
Kürbis	00:05:29	<i>KLK Gemüse</i>
Ofengemüse	00:04:25	<i>KLK Gemüse</i>
Pilze braten	00:04:14	<i>KLK Gemüse</i>
Pizza Mageritha	00:02:46	<i>KLK Gemüse</i>
Rotkohl	00:03:32	<i>KLK Gemüse</i>
Spinat garen	00:04:55	<i>KLK Gemüse</i>
Weißer Spargel	00:03:01	<i>KLK Gemüse</i>
Wokgemüse	00:05:59	<i>KLK Gemüse</i>
Zucchini braten	00:02:51	<i>KLK Gemüse</i>
Bratkartoffeln	00:02:40	<i>KLK Kartoffeln</i>
Gnocchi	00:03:47	<i>KLK Kartoffeln</i>
Kartoffelgratin	00:03:13	<i>KLK Kartoffeln</i>
Kartoffelknödel	00:03:55	<i>KLK Kartoffeln</i>
Kartoffelpüree	00:02:49	<i>KLK Kartoffeln</i>
Pellkartoffeln	00:02:05	<i>KLK Kartoffeln</i>
Pommes Frites	00:02:44	<i>KLK Kartoffeln</i>
Roesti	00:04:29	<i>KLK Kartoffeln</i>
Rosmarinkartoffeln	00:02:05	<i>KLK Kartoffeln</i>
Nudeln kochen	00:01:25	<i>KLK Nudeln</i>
Lasagne	00:03:25	<i>KLK Pasta</i>
Nudelteig	00:04:50	<i>KLK Pasta</i>
Ravioli Spinat Ricotta	00:03:50	<i>KLK Pasta</i>
Makisushi	00:04:32	<i>KLK Reis</i>
Milchreis	00:01:48	<i>KLK Reis</i>
Reis dämpfen	00:02:03	<i>KLK Reis</i>
Risotto	00:04:42	<i>KLK Reis</i>
Sushireis	00:02:59	<i>KLK Reis</i>
Aglio & Olio	00:02:46	<i>KLK S&amp;D</i>
Aromatisierte Butter	00:03:48	<i>KLK S&amp;D</i>
Bechamelsauce	00:02:56	<i>KLK S&amp;D</i>
Bernaise	00:04:35	<i>KLK S&amp;D</i>
Blue Cheese Dip	00:03:22	<i>KLK S&amp;D</i>
Bolognese	00:04:04	<i>KLK S&amp;D</i>
Braune Grundsauce	00:05:28	<i>KLK S&amp;D</i>
French Dressing	00:02:17	<i>KLK S&amp;D</i>
Mayonaise	00:02:49	<i>KLK S&amp;D</i>
Pesto Genovese	00:03:24	<i>KLK S&amp;D</i>
Sahnesauce	00:01:25	<i>KLK S&amp;D</i>
Salat Vinaigrette	00:02:56	<i>KLK S&amp;D</i>
Sauce abbinden	00:02:37	<i>KLK S&amp;D</i>

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Kochsendungen | Kochen leicht gemacht

Serientitel	Dauer	Referenz
Sauce Hollandaise	00:01:54	<i>KLG S&amp;D</i>
Sauce vom Bratenfond/Bratensatz	00:02:38	<i>KLG S&amp;D</i>
Tomatensauce	00:03:23	<i>KLG S&amp;D</i>
Bratensatz löschen	00:01:18	<i>KLG S&amp;F</i>
Erbsensuppe	00:02:32	<i>KLG S&amp;F</i>
Fischfond	00:03:23	<i>KLG S&amp;F</i>
Gazpacho	00:06:09	<i>KLG S&amp;F</i>
Hühnerbrühe	00:03:46	<i>KLG S&amp;F</i>
Linseneintopf	00:06:21	<i>KLG S&amp;F</i>
Minestrone	00:05:35	<i>KLG S&amp;F</i>
Steaksauce vom Bratensatz	00:02:05	<i>KLG S&amp;F</i>
Suppenhuhn zerteilen	00:02:23	<i>KLG S&amp;F</i>
Artischocken	00:05:05	<i>KLG Vorbereiten</i>
Gewürze	00:03:43	<i>KLG Vorbereiten</i>
Paprika häuten	00:03:35	<i>KLG Vorbereiten</i>
Tomaten häuten	00:02:03	<i>KLG Vorbereiten</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Kochsendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

# Talk Sendungen



In unseren Talk Sendungen treffen wir Menschen, die durch ihren Mut beeindrucken und trotz Krankheit niemals aufgeben. Unterhaltsam, spannend und informativ berichten wir über medizinische Themen, gesellschaftliche Entwicklungen und Menschen, die etwas zu erzählen haben.

Seite	Art	Anzahl Episoden	Ø Dauer/ Episode
47	<a href="#">Bwegt</a>	71	00:19:00
50	<a href="#">Gesund Lesen</a>	50	00:26:30
52	<a href="#">Gesund TV</a>	168	00:22:00
57	<a href="#">Pralles Leben mit Gewicht</a>	61	00:23:30
60	<a href="#">Onkologie kompakt</a>	34	00:05:00
62	<a href="#">Lechtermann – Gesundheit &amp; Leben</a>	11	00:23:30
63	<a href="#">Kardiologie kompakt</a>	10	00:04:30
64	<a href="#">Habitat Mensch</a>	22	00:20:30
66	<a href="#">Campus Gesundheit</a>	43	00:19:00
68	<a href="#">Adipositas Verband</a>	12	00:17:30

## Talk Sendungen



Genre	Talk Sendungen
Kurzbeschreibung	B.wegt - der Talk voller Emotionen bei health tv. Mit Gästen, deren Erlebnisse unter die Haut gehen, die durch ihren Mut beeindrucken und trotz Krankheit niemals aufgeben. Die sehr persönlichen Gespräche mit Moderatorin Iris Budowsky bestechen durch Offenheit und motivierende Botschaften. Ob Asperger-Autistin oder Lipödem-Patientin: bei „B.wegt“ kommen Menschen zu Wort, deren Lebensgeschichten berühren und Hoffnung geben.
Produktionsjahr(e)	2017 - 2020
Durchschnittliche Länge	19:00 Minuten
Episoden	71
Trailer	<a href="https://youtu.be/a_GlvSLEbj8">https://youtu.be/a_GlvSLEbj8</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Charlotte Link -Abschied von meiner Schwester	00:24:16	<i>BW 0001</i>
Kosmetik für krebserkrankte Frauen	00:19:26	<i>BW 0002</i>
Lipödem - Wenn die Beine immer dicker werden	00:19:19	<i>BW 0003</i>
Wie aus Yvonne der Balian wurde	00:20:31	<i>BW 0004</i>
Mein Leben mit Parkinson	00:15:42	<i>BW 0005</i>
Erste Hilfe für die Seele	00:24:14	<i>BW 0006</i>
Stressfrei mit Achtsamkeit	00:15:00	<i>BW 0007</i>
Steh auf und flieg	00:15:00	<i>BW 0008</i>
Mein Leben in zwei Welten	00:15:00	<i>BW 0009</i>
Auf der Seite der Schwachen	00:24:39	<i>BW 0010</i>
Die Schlagfertigkeits-Queen	00:25:00	<i>BW 0011</i>
Ironman mit Spenderherz	00:15:00	<i>BW 0012</i>
Wer nicht kämpft, hat schon verloren	00:14:52	<i>BW 0013</i>
Der Mann, der sein Gedächtnis verlor	00:15:00	<i>BW 0014</i>
Dieter Kürten - Hand aufs Herz	00:24:16	<i>BW 0015</i>

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Talk Sendungen | B.wegt

Serientitel	Dauer	Referenz
Dem Tod entronnen	00:24:44	BW 0016
Cybermobbing - Hass ohne Gesicht	00:24:32	BW 0017
Nicolette – im Körper eines Mannes geboren	00:24:08	BW 0018
Das Vermächtnis der Tochter	00:24:19	BW 0019
Wettlauf mit dem Tod	00:22:43	BW 0020
Unser Leben mit einem Angelman Kind	00:24:18	BW 0021
Vom Flüchtling zum Arzt	00:24:53	BW 0022
Kampf gegen Esstörung	00:14:50	BW 0023
Reiten ist die beste Therapie	00:24:47	BW 0024
Mit 15 Jahren ein Weltenbummler	00:24:38	BW 0025
Kampf gegen den eigenen Körper	00:15:00	BW 0026
Auf einen Schlag ist alles anders	00:14:51	BW 0027
Mutter, wann stirbst du endlich?	00:24:44	BW 0028
Neben der Spur	00:14:45	BW 0029
Versteinert im eigenen Körper	00:22:05	BW 0030
Mein intersexuelles Kind	00:14:44	BW 0031
Ironman statt Drogen	00:23:15	BW 0033
Bis es weh tut	00:19:25	BW 0034
Mit künstlichem Darmausgang zurück ins Leben	00:14:54	BW 0035
Vergewaltigt im „Namen Gottes“	00:23:22	BW 0036
Diabulimie – Die gefährlichste Esstörung der Welt	00:21:35	BW 0037
Plötzlich Glatze mit 15 Jahren	00:14:50	BW 0038
Nach Missbrauchsvorwurf unschuldig im Gefängnis	00:13:28	BW 0039
Kleinwüchsig glücklich	00:13:55	BW 0040
Alkoholsucht - in vier Jahren ganz nach unten	00:14:00	BW 0041
Wendemanöver aus der Drogensucht	00:21:23	BW 0042
50 Jahre Suche nach dem leiblichen Vater	00:14:00	BW 0043
Tumorpatient besucht Wunderheiler auf der ganzen Welt	00:13:50	BW 0044
Fotomodel mit Gesichtsspalte	00:14:03	BW 0045
Mit Rollstuhl und Humor für mehr Inklusion	00:19:25	BW 0046
Ein glückliches Leben in Blindheit	00:13:57	BW 0047
30 Jahre obdachlos – ein Leben auf der Straße	00:13:56	BW 0049
Künstliche Befruchtung – der lange Weg zum Wunschkind	00:13:45	BW 0050
Mit einem Bein und Krücken auf den Kilimandscharo	00:20:44	BW 0051
Burnout einer „Rabenmutter“	00:14:54	BW 0052
Tobias - Leben mit Kinderdemenz	00:14:27	BW 0053
Meine Depression und ich	00:14:58	BW 0054
Katholisches Kinderheim als Hölle auf Erden	00:15:00	BW 0055
In der Kindheit misshandelt	00:24:30	BW 0056
Ein Leben nach dem Flugzeugabsturz	00:23:42	BW 0057

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Talk Sendungen | B.wegt

Serientitel	Dauer	Referenz
Mein Leben mit Tourette - einen Tic anders	00:14:56	BW 0058
Mann an Krebs verloren	00:15:00	BW 0059
Aus dem Wachkoma erwacht	00:24:33	BW 0060
Schwanger trotz Dialyse	00:15:00	BW 0061
Muslimische Soldatin der Bundeswehr	00:21:47	BW 0062
Mein Leben mit Gedächtnisverlust	00:14:39	BW 0063
Wenn die Regel doppelt schmerzt	00:14:53	BW 0064
Hypochonder – leben mit ständiger Angst	00:14:56	BW 0065
Stalkingopfer – seit zehn Jahren verfolgt	00:14:41	BW 0066
„Ich war noch ein Kind“ – Staatsdoping in der DDR	00:13:44	BW 0067
Mit Multipler Sklerose um die Welt	00:14:55	BW 0068
25 Jahre ohne Kurzzeitgedächtnis	00:23:23	BW 0069
Magersucht - Zwangseinweisung mit 29 Kilogramm	00:23:06	BW 0070
Im Rollstuhl auf Reisen	00:15:00	BW 0071
Diagnose Hirntumor mitten im Abi	00:23:40	BW 0072
Schlauch-Magen-OP: Mein Leben mit Adipositas	00:18:34	BW 0073
Leukämie: dank Stammzellenspende gerettet	00:20:19	BW 0074



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Talk Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Talk Sendungen



Genre	Talk Sendungen
Kurzbeschreibung	Es sind lockere und ungezwungene Gespräche. Zu Gast sind ganz unterschiedliche Autor:innen. Moderator Axel Link ist neugierig und hakt nach, möchte es ganz genau wissen. Er fragt nach Hintergründen, Zusammenhängen, aktuellen Forschungen und welchen Gewinn ein Buch für den Leser hat. Im Fokus stehen die neuesten populärwissenschaftlichen Bücher aus Medizin, Psychologie, Ernährung, Sport, Lebenshilfe und Forschung.
Produktionsjahr(e)	2017 - 2020
Durchschnittliche Länge	26:30 Minuten
Episoden	50
Trailer	<a href="https://youtu.be/tVf59DCBZ-g">https://youtu.be/tVf59DCBZ-g</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Gefühl - was ist das eigentlich? - Torsten Adamski	00:28:00	<a href="#">GL 0001</a>
Letzte Lieder: Sterbende erzählen von der Musik ihres Lebens - Stefan We	00:27:23	<a href="#">GL 0002</a>
So bin ich eben - Stefanie Stahl	00:27:23	<a href="#">GL 0003</a>
Gesundes Selbstbewusstsein: Stresskiller Nr. 1 - Carmen Maria Polle	00:26:26	<a href="#">GL 0004</a>
Dein Körper belügt dich! - Dr. med. Thomas Kurscheid	00:26:08	<a href="#">GL 0005</a>
Irren ist nützlich - Hennig Beck	00:26:48	<a href="#">GL 0006</a>
Das zweite Gehirn - Emeran Mayer	00:29:42	<a href="#">GL 0007</a>
Frustschutzmittel - Dr. med. Roman F. Szeliga	00:26:23	<a href="#">GL 0008</a>
Gesund durch Yin Yoga - Stefanie Arend	00:23:04	<a href="#">GL 0009</a>
Das Kind in dir muss Heimat finden - Stefanie Stahl	00:26:22	<a href="#">GL 0010</a>
Unterrichten Sie sich glücklich - Simone Roemer	00:26:13	<a href="#">GL 0011</a>
Zeitmanagement im Takt der Persönlichkeit - Eva Brandt	00:26:46	<a href="#">GL 0012</a>
Der Selbstheilungscode - Prof. Dr. Tobias Esch	00:26:31	<a href="#">GL 0013</a>
Ziele erreichen - Susanne Nickel	00:27:34	<a href="#">GL 0014</a>
Gelassen Gewinnen - Dr. Martin Christian Morgenstern	00:27:04	<a href="#">GL 0015</a>

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Talksendungen | Gesund Lesen

Serientitel	Dauer	Referenz
Ich hab' da mal was vorbereitet - Jean Pütz	00:27:15	GL 0016
Unter Affen - Greogor Fauma	00:26:57	GL 0017
Und morgen treffen wir uns gestern - Dr. Carsten Lekatut	00:27:00	GL 0018
Der kleine Sporticus - Peter Großmann	00:26:30	GL 0019
Das Beste geben - Gabriel J. Schandl	00:26:09	GL 0020
Glücklich, schön & selbstbewusst - Carmen Maria Poller	00:22:56	GL 0021
Kittel, Keime, Katastrophen - Dr. Heinz-Wilhelm Esser	00:27:10	GL 0022
Sei DU der Leuchtturm deines Lebens - Nina Ruge	00:27:40	GL 0023
Jede Frau kann schlanker werden - Dr. Alexa Iwan	00:26:33	GL 0024
Aufleben! Kleine Schritte für mehr Resilienz - Monika Ruhl	00:25:22	GL 0025
Happy Healthy Food - Nathalie Gleitmann	00:24:18	GL 0026
So stärken Sie ihr Selbstwertgefühl - Stefanie Stahl	00:28:15	GL 0027
Das Turbo-Stoffwechsel-Prinzip - Prof. Dr. Ingo Froböse	00:22:00	GL 0028
Dr. Felds große Schlafschule - Dr. Michael Feld	00:21:54	GL 0029
Intervallfasten - Dr. Petra Bracht	00:25:00	GL 0030
LMAA: 66 Mini-Plädoyers für mehr Mut, Leichtigkeit und Gelassenheit - Ca	00:22:15	GL 0031
Gehirnspaziergang - Schritt für Schritt geistig fit - Dr. Katharina Turecek	00:23:40	GL 0032
Emotionale Stresskompetenz - Michael Kundermann	00:28:15	GL 0033
Sehnsucht bleib - Purple Schulz	00:39:09	GL 0034
Deutschland hat Rücken - Roland Liebscher-Bracht	00:27:00	GL 0035
Ich krieg dich! Menschen für sich gewinnen - Leo Martin	00:26:40	GL 0036
Meine Gesundheitsformel - Gesund, schlank, glücklich - Dr. Petra Bracht	00:25:24	GL 0037
small talk - Magda Bleckmann	00:26:25	GL 0038
Du weißt ja gar nicht, wie gut du es hast - Maria Bachmann	00:26:59	GL 0039
Ein Apfel macht gesund,drei Äpfel machen eine Fettleber - Dr. Carsten Lek	00:27:00	GL 0040
Schönheitsoperationen - Dr. Timo A. Spanholtz	00:26:00	GL 0041
Heilen mit Lebensmitteln - Dr. med. Franziska Rubin	00:26:29	GL 0042
Verzaubert und Verführt - Anton Michael Luchner	00:26:13	GL 0043
Der Schmetterlingseffekt - Falk Stirkat	00:25:35	GL 0044
Art of Fake - Christoph Zulehner	00:26:09	GL 0045
Beweg Dich! - Dr. Manuela Macedonia	00:25:20	GL 0046
Sixpack im Kopf - Florian Heinzmann/Nicole Roewers	00:26:10	GL 0047
Männeryoga - Dirk Bennewitz	00:26:40	GL 0048
Scheiss drauf, mach's einfach - Detlef Soost	00:25:32	GL 0049
Steht auf! - Boris Grundl	00:25:42	GL 0050



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Talk Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Talk Sendungen



Genre	Talk Sendungen
Kurzbeschreibung	Unterhaltsam, spannend, aber vor allem informativ sind die täglichen Gespräche der Moderatoren Annika de Buhr, Susanne von Hopffgarten und Marko Budowska mit Fachleuten aus der Welt der Gesundheit und des Wohlbefindens. Ob Fakten aus der Schulmedizin, Fragen zur seelischen Gesundheit, gesunder Ernährung, Fitness oder Hilfe zur Selbsthilfe – Gesund tv bietet Hintergründe, klärt auf, fragt nach, diskutiert. Denn es geht um viel, es geht um die Gesundheit.
Produktionsjahr(e)	2017 - 2019
Durchschnittliche Länge	22:00 Minuten
Episoden	168
Trailer	<a href="https://youtu.be/qfCUirhznRg">https://youtu.be/qfCUirhznRg</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Jede Minute zählt - Wie wichtig ist Notfallhilfe bei Unfällen und plötzlichen Gesundheitsleiden?	00:26:38	GTV 0001
Fit im Alter	00:20:55	GTV 0002
Wie das Wetter unsere Gefühle beeinflusst	00:20:22	GTV 0003
Patientenverfügung: selbstbestimmt bis zum Schluss	00:23:57	GTV 0004
Macht Glück gesund?	00:20:36	GTV 0006
Trend Senioren WG	00:22:37	GTV 0007
Volkskrankheit Diabetes	00:22:06	GTV 0008
Gesunde Mitarbeiter = Gesundes Unternehmen	00:21:15	GTV 0009
Keine Chance dem Sonnenbrand - frühlingss fitte Haut	00:20:44	GTV 0011
Richtiger Schutz vor Erkältung oder Grippe	00:22:24	GTV 0012
Sexualität im Alter	00:19:54	GTV 0013
Schönheitswahn bei Männern	00:21:36	GTV 0014
Smartphone-Sucht	00:21:43	GTV 0016
Krankes Kreuz - Wenn der Rücken ewig schmerzt	00:19:51	GTV 0017
Unterschätzte Gefahr: Brustkrebs bei Männern	00:20:35	GTV 0018

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Talk Sendungen | Gesund TV

Serientitel	Dauer	Referenz
Alarmstufe Rot: Wenn der Blutdruck außer Kontrolle gerät	00:21:08	GTV 0019
Rheuma - Wenn die Krankheit kleine Kinder trifft	00:22:26	GTV 0021
Noch vegetarisch oder schon vegan?	00:24:09	GTV 0022
Schlafstörung - Wenn die Nacht zum Albtraum wird	00:22:31	GTV 0023
Richtige Ernährung: Einfach statt kompliziert	00:25:05	GTV 0027
Allergische Reaktion: Wenn das Immunsystem verrückt spielt	00:22:34	GTV 0028
Kreuzallergien - Heuschnupfen durch Essen?	00:24:27	GTV 0030
Altenpflege in vertrauter Umgebung	00:23:09	GTV 0032
Ernährungsmythen: Was ist richtig, was ist falsch?	00:21:06	GTV 0035
Brainfood: Wie wichtig ist eine gesunde Ernährung für das Gehirn?	00:22:10	GTV 0036
Früher Tod – Warum auch junge Menschen an Herzversagen sterben	00:22:34	GTV 0037
Adipositas - Wenn das Übergewicht lebensbedrohlich wird	00:22:31	GTV 0039
Achtsamkeit: eine Lebenseinstellung	00:23:56	GTV 0040
Schamanismus und die Frage nach einem Leben nach dem Tod	00:23:39	GTV 0041
Weißer Hautkrebs - eine unterschätzte Gefahr	00:21:53	GTV 0044
Tinnitus - wenn es rauscht, pfeift, zischt oder rattert im Ohr und im Kopf	00:23:11	GTV 0045
Alleskönner Faszien	00:23:12	GTV 0047
Verstecken zwecklos!	00:26:08	GTV 0049
Herzinsuffizienz - Wenn das Herz Schwäche zeigt	00:23:46	GTV 0050
Atemnot – Was tun, wenn die Luft wegbleibt?	00:23:41	GTV 0052
Von Leistungsdruck zum Leistungsglück	00:25:27	GTV 0053
Stressjob Lehrer	00:23:58	GTV 0054
Stressfaktor Mensch - Warum wir immer seltener zur Ruhe kommen?	00:23:45	GTV 0056
Essen bis der Arzt kommt - Warum wir immer dicker werden	00:24:06	GTV 0057
Muße - Wie wichtig ist Innehalten für unsere Gesundheit?	00:24:36	GTV 0058
Narzissten - Sind sie wirklich so egoistisch?	00:24:45	GTV 0059
Reisen wie die Weltmeister - Warum es uns immer wieder in die Ferne zieht	00:23:45	GTV 0060
Warum irren nicht nur menschlich, sondern nützlich ist	00:23:23	GTV 0061
Demenz - Eine Brücke bauen	00:24:04	GTV 0062
Großstadtlärm - Macht uns das Leben in Metropolen krank?	00:22:42	GTV 0064
Heute schon gelacht? Mit Humor gesund durchs Leben	00:22:53	GTV 0065
Auf sanfte Tour - eine Therapie zu Pferd	00:23:11	GTV 0066
Yes i can - Wie kann ich meine Ziele erreichen	00:24:49	GTV 0067
Wie sehr beeinflussen Gene unsere Gesundheit?	00:24:33	GTV 0068
Trostspender in der Not - die kirchliche Seelsorge	00:23:04	GTV 0069
Im Takt der Persönlichkeit - Wie wir unsere Fähigkeiten am sinnvollsten ein	00:23:10	GTV 0070
Autoimmunkrankheit Zöliakie – Worauf Betroffene achten müssen	00:24:47	GTV 0072
Fasten - Ist das gesund? Oder von der Kunst nichts zu essen	00:23:40	GTV 0073
Volkskrankheit Kopfschmerzen - Wenn der Druck im Kopf zu groß wird.	00:24:15	GTV 0074
Leben mit Krebs - Was leisten Medizin-Apps?	00:21:16	GTV 0075

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Talk Sendungen | Gesund TV

Serientitel	Dauer	Referenz
Weniger ist mehr - Wie wichtig eine Zuckerreduktion für die Gesundheit un	00:24:35	GTV 0076
Reizdarm - Erkrankung oder Einbildung?	00:25:26	GTV 0077
Lebensfreude und Wohlbefinden trotz Krebs	00:23:19	GTV 0078
Diagnose Lungenkrebs - Warum die Erkrankung so gefährlich ist	00:22:18	GTV 0079
Ferien - Warum wir im Urlaub so schwer entspannen können	00:22:28	GTV 0080
Die Magie der positiven Psychologie	00:23:04	GTV 0081
Essen gegen Entzündungen: von Neurodermitis bis Rheuma	00:23:18	GTV 0082
Leben mit Brustkrebs - Wie gelingt die Rückkehr in den Alltag?	00:22:16	GTV 0083
Unter Affen: Warum das Büro ein Dschungel ist	00:22:53	GTV 0085
Eifersucht in der Partnerschaft - ein normales Gefühl?	00:23:18	GTV 0086
Herzschmerz - Wenn Liebeskummer das Gemüt trübt	00:22:40	GTV 0087
Parkinson - Was bedeutet die Diagnose für Betroffene?	00:22:57	GTV 0088
Superfood und Proteindrinks – Was ist für Sportler wirklich gut?	00:23:01	GTV 0089
Dicke Luft im Büro - Konflikte richtig lösen	00:21:52	GTV 0090
Sanfte Medizin für Kinder	00:22:53	GTV 0091
Schmerz lass nach - aus dem Alltag einer Schmerzpraxis	00:23:23	GTV 0092
Der Mensch, ein medizinisches Wunder?	00:22:03	GTV 0093
Trauer - das ewige Tabu?	00:20:32	GTV 0094
Leben mit Diabetes	00:20:55	GTV 0095
Nicht vegetarisch, nicht vegan: Der neue Essenstrend heißt Clean Eating!	00:21:24	GTV 0096
Das Ehrenamt - eine Win/Win- Situation!	00:21:49	GTV 0100
„Wie unser Herz gesund bleibt!“	00:19:02	GTV 0101
Kann ich meinen Partner für mein Glück verantwortlich machen?	00:23:14	GTV 0102
Alltag auf einer Palliativstation	00:20:48	GTV 0103
Selbstheilung – ist das möglich?	00:22:23	GTV 0104
Fit auf die Piste	00:19:44	GTV 0105
Achterbahnfahrt – leben mit ADS?	00:22:07	GTV 0106
Singen ist gesund	00:20:19	GTV 0107
Heilige Völlerei - Warum uns Essen an Festtagen so wichtig ist	00:18:38	GTV 0109
Durch Motivation zum Siegertyp	00:22:33	GTV 0110
Organspende - quo vadis?	00:22:28	GTV 0112
Die Geheimnisse der Naturkosmetik	00:22:10	GTV 0113
Prinzip Hoffnung – Was neue Krebstherapien leisten	00:19:59	GTV 0114
Früher Abschied - Wenn Kinder gehen	00:20:49	GTV 0115
Durch Achtsamkeit zum Erfolg?	00:22:17	GTV 0116
Leistungssport mit Handicap	00:22:05	GTV 0117
Krank – ohne Diagnose	00:22:04	GTV 0118
Geschenkte Gesundheit - kostenfreie Gesundheitsversorgung für Bedürftig	00:23:24	GTV 0119
Vorsorgen - Damit Arbeit nicht krank macht	00:24:05	GTV 0120
Wie Dürfte Handelungen steuern	00:25:00	GTV 0121

*Weiter auf der nächsten Seite*

Serientitel	Dauer	Referenz
Nahrungsmittelunverträglichkeiten – Vielfalt statt Verzicht	00:25:25	<a href="#">GTV 0122</a>
Trigeminus-Neuralgie. Wenn die Gesichtsnerven schmerzen	00:20:12	<a href="#">GTV 0123</a>
Fit für's Alter - gesunde Ernährung das A&O	00:24:18	<a href="#">GTV 0124</a>
Maschine hilft Herz	00:23:11	<a href="#">GTV 0125</a>
Trockene Augen - was schützt was hilft?	00:23:18	<a href="#">GTV 0126</a>
Alles propper - oder was? Haushaltshygiene auf dem Prüfstein	00:22:44	<a href="#">GTV 0127</a>
Sich erfolgreich verändern - das Muschelprinzip	00:24:51	<a href="#">GTV 0128</a>
Linsen statt Laser? Neuer Trend in der Augenchirurgie	00:24:56	<a href="#">GTV 0129</a>
Wenn die Leber versagt	00:19:19	<a href="#">GTV 0130</a>
Dr. Web	00:25:07	<a href="#">GTV 0132</a>
Wenn die Hormone versiegen	00:25:26	<a href="#">GTV 0133</a>
Osteoporose – die stille Volkskrankheit	00:21:51	<a href="#">GTV 0134</a>
Neurodermitis - was hilft wirklich?	00:21:56	<a href="#">GTV 0135</a>
Methadon - Hoffnung für Krebspatienten?	00:23:22	<a href="#">GTV 0136</a>
Wenn der Kiefer verspannt ist	00:22:05	<a href="#">GTV 0137</a>
Unsichtbare Gifte in Essen und Kosmetik?	00:22:05	<a href="#">GTV 0138</a>
Schlafstörungen - was raubt den Schlaf?	00:21:06	<a href="#">GTV 0139</a>
Schlaganfall - jede Minute zählt!	00:20:45	<a href="#">GTV 0140</a>
Leben ohne Müll	00:21:31	<a href="#">GTV 0141</a>
Glück im Darm (Thema noch nicht vorhanden)	00:21:49	<a href="#">GTV 0142</a>
Darm in Not	00:22:00	<a href="#">GTV 0143</a>
Fit bleiben mit Hund	00:21:55	<a href="#">GTV 0144</a>
Augen richtig schützen!	00:21:45	<a href="#">GTV 0145</a>
Was bedeutet Stress für unsere Augen	00:21:32	<a href="#">GTV 0146</a>
Therapien bei Prostatakrebs	00:21:55	<a href="#">GTV 0147</a>
Impotenz: Das Ende der Männlichkeit?	00:21:06	<a href="#">GTV 0148</a>
Gute Öle und giftig Fette	00:21:55	<a href="#">GTV 0149</a>
Stressfrei reisen	00:21:37	<a href="#">GTV 0150</a>
Salz - gesund oder ungesund?	00:21:55	<a href="#">GTV 0151</a>
Kinderernährung & die ersten 1000 Tage	00:22:00	<a href="#">GTV 0152</a>
Abnehmen - wie es richtig klappt!	00:22:00	<a href="#">GTV 0153</a>
Zucker - Geschenk oder Gift?	00:21:54	<a href="#">GTV 0154</a>
Pflegenotstand - was tun?	00:21:39	<a href="#">GTV 0155</a>
Exzessives Trostessen-Hunger oder Kummer?	00:20:39	<a href="#">GTV 0156</a>
Vitalstoffe - die Gesundheitsmacher?	00:20:30	<a href="#">GTV 0157</a>
Multiresistente Erreger durch Antibiotika?	00:22:03	<a href="#">GTV 0158</a>
Lachen als Therapie!	00:21:45	<a href="#">GTV 0159</a>
Besser hören mit Training	00:21:30	<a href="#">GTV 0160</a>
Stressabbau - aber wie?	00:22:06	<a href="#">GTV 0161</a>
Reisen 60 plus	00:22:04	<a href="#">GTV 0162</a>

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Talk Sendungen | Gesund TV

Serientitel	Dauer	Referenz
Der Bart ist die neue Glatze	00:21:55	GTV 0163
Inkontinenz: Wir sprechen drüber!	00:20:49	GTV 0164
Schönheit mit Botox oder Skalpell?	00:22:09	GTV 0165
Vom Messi zum Ordnungskoach?	00:21:54	GTV 0166
Schilddrüse - das vergessene Organ?	00:21:00	GTV 0167
Rheuma für Erwachsene	00:21:57	GTV 0168
Lärm macht krank	00:21:50	GTV 0169
Schwarzer Hautkrebs: Neue Therapien helfen	00:21:16	GTV 0170
Zeitumstellung	00:22:45	GTV 0171
Lebensretter - jede Minute zählt!	00:21:40	GTV 0172
Wie schädlich ist die E-Zigarette?	00:21:31	GTV 0173
Vegane Ernährung bei Kindern	00:20:50	GTV 0174
Vitamin D: Bedarf decken, Mangel vermeiden	00:18:03	GTV 0176
Erkältungsschutz - fit durch den Winter	00:20:20	GTV 0178
Weihnachtsbäckerei - leicht und gesund	00:21:04	GTV 0179
Fatigue – die rätselhafte Krankheit	00:21:28	GTV 0180
Die ausgezeichnete Arztpraxis	00:21:45	GTV 0181
Schwimmen – lebensrettend und gesund	00:24:16	GTV 0182
Richtig Laufen	00:22:35	GTV 0183
Von der Umwelt vergiftet - und dann?	00:24:08	GTV 0184
Low Carb + Ballaststoffe – neue Diät zum Abnehmen?	00:24:43	GTV 0185
Leitungswasser versus Mineralwasser	00:23:25	GTV 0186
Wenn Schwitzen zum Problem wird	00:23:55	GTV 0187
Teller statt Tonne: Tipps gegen Lebensmittelverschwendung	00:24:30	GTV 0188
Radfahren – fit und gesund	00:23:24	GTV 0189
Gesundes Grillen	00:24:23	GTV 0190
Wie süchtig ist Deutschland?	00:24:51	GTV 0191
Der elektronische Trainer	00:23:54	GTV 0192
Gesund im Büro	00:24:38	GTV 0193
Multimodale Schmerztherapie – dem Leiden ein Ende?	00:24:55	GTV 0194
Schwindel: Was tun?	00:23:24	GTV 0195
Die Psychologie des Geschmacks	00:23:31	GTV 0196
Veganismus – Lebensweise der Zukunft?	00:23:43	GTV 0197



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Talk Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Talk Sendungen



Genre	Talk Sendungen
Kurzbeschreibung	Was bedeutet es, wenn man mehr Kilos auf die Waage bringt? Wie ist es, wenn man deswegen gemobbt wird, weniger Gehalt, schlechtere Noten oder weniger Anerkennung bekommt? Im health tv-Podcast geht es einmal in der Woche um das Leben mit Übergewicht. Sylvia Kunert und Dr. Andreas Martin sprechen mit ihren spannenden Gästen über Leidensdruck und Diskriminierung, über Gesundheit und Krankheit, über Mode und Alltagshilfen, Wohlfühlen und Body Positivity, aber auch übers Abnehmen und Gewicht halten.
Produktionsjahr(e)	2020 – 2022
Durchschnittliche Länge	23:30 Minuten
Episoden	61
Trailer	<a href="https://youtu.be/c4Ln76Y4OVg">https://youtu.be/c4Ln76Y4OVg</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Von Magenband bis Magenbypass – Erfolge, Probleme, Kosten	00:19:50	PLG 0001
Diskriminierung und Mobbing wegen Übergewicht	00:20:24	PLG 0002
Darm-Hirn-Achse und Übergewicht	00:20:25	PLG 0003
Modetipps für Mollige	00:26:00	PLG 0004
Bluthochdruck und Übergewicht	00:24:09	PLG 0005
Schwitzen und Übergewicht	00:26:23	PLG 0006
Schlankheitsmittel auf dem Prüfstand	00:27:41	PLG 0007
Wechselwirkungen zwischen Psyche und Körpergewicht	00:27:17	PLG 0008
Make-up Tipps, Schmuck und Accessoires für mollige Frauen	00:27:55	PLG 0009
Schlafapnoe - wenn nachts die Atmung aussetzt	00:27:00	PLG 0010
Helfen Formula-Diäten beim Abnehmen?	00:27:17	PLG 0011
Dick und depressiv: Übergewichtige leiden oft doppelt	00:27:55	PLG 0012
Die richtige Matratze für Übergewichtige	00:26:08	PLG 0013
Übergewicht und Gelenkverschleiß - ein Teufelskreis	00:24:37	PLG 0014
Die Wahrheit über Sport und Abnehmen	00:27:40	PLG 0015

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Talk Sendungen | Pralles Leben mit Gewicht

Serientitel	Dauer	Referenz
Coping: Bewältigungsstrategien für Übergewichtige	00:26:19	PLG 0016
Übergewicht und soziale Medien	00:27:07	PLG 0017
Fettstoffwechselstörungen	00:27:54	PLG 0018
Tipps gegen den Jo-Jo-Effekt	00:25:28	PLG 0019
Adipositas und Essstörungen	00:27:55	PLG 0020
Liebe, Partnerschaft und Sexualität mit Übergewicht	00:28:00	PLG 0021
Diabetes Typ 2 – Symptome, Ursachen und Behandlung	00:26:15	PLG 0022
Plastische Chirurgie nach Gewichtsreduktion und bei Lipödem	00:27:15	PLG 0023
Weihnachtsspecial – mit Christian Rach und Dr. Anne Fleck	00:46:52	PLG 0024
Können Darmbakterien dick machen? Stuhltest gibt Anhaltspunkte.	00:27:15	PLG 0025
Partnerplattformen für Übergewichtige	00:26:58	PLG 0026
Körperfettwaagen	00:25:16	PLG 0027
Adipositas und Corona: wenn zwei Pandemien aufeinander treffen	00:26:00	PLG 0028
Abnehmen mit Probiotika	00:26:24	PLG 0029
Kinder mit Übergewicht	00:26:42	PLG 0030
Fitness-Tips und -Trends für Übergewichtige	00:26:31	PLG 0031
Übergewicht bei Haustieren	00:26:51	PLG 0032
Low Carb Produkte	00:23:00	PLG 0033
Ein Jahr Pralles Leben – die Geburtstagssendung	00:19:18	PLG 0034
Adipositas - Begleiterkrankungen im Überblick	00:17:52	PLG 0035
Schuhe für Übergewicht	00:20:05	PLG 0036
Das richtige Fahrrad für Übergewicht: E-Bike oder ohne Motor?	00:19:54	PLG 0037
Diskriminierung am Arbeitsplatz - ist Übergewicht ein Karrierekiller?	00:20:11	PLG 0038
Ernährungstrends: Was steckt dahinter und was bringen sie?	00:21:52	PLG 0039
Abnehmwundermittel: Was bringen Pillen, Pulver & Co. wirklich?	00:18:41	PLG 0040
Gibt es wirklich Dickmacher-Gene?	00:19:42	PLG 0041
Reiner Calmund nach Magenbypass-OP 90 kg leichter	00:22:11	PLG 0042
Notfall: wenn der Patient zu schwer ist	00:20:59	PLG 0043
Weihnachten mit Doc Esser: gesund gestorben ist trotzdem tot	00:21:43	PLG 0046
Hürden einer bariatrischen OP	00:22:17	PLG 0047
Adipositas und Schwangerschaft	00:20:38	PLG 0048
Gewichtszunahme und Hormonersatztherapie in den Wechseljahren der Fr	00:24:38	PLG 0049
Medikamente: Abnehmen auf Rezept	00:27:11	PLG 0050
Wie sage ich meinem Arzt, dass ich abnehmen will?	00:22:58	PLG 0051
Yoga für Dicke	00:23:50	PLG 0052
Adipositas und Typ-2-Diabetes: eine gefährliche Kombination	00:25:55	PLG 0053
Adipositas-Selbsthilfegruppen	00:19:40	PLG 0054
Übergewicht: Wie die Eltern so das Kind?	00:17:55	PLG 0055
Was bringen Abnehm-Apps	00:20:30	PLG 0056
Mode für Dicke - Tipps & Tricks von Plus-Size-Profis	00:21:47	PLG 0057

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Talk Sendungen | Pralles Leben mit Gewicht

Serientitel	Dauer	Referenz
Haut und Adipostias	00:21:24	PLG 0058
Ernährungsmythen	00:22:34	PLG 0059
Ungewollt kinderlos wenn man(n) zu viel wiegt	00:23:19	PLG 0060
Hashimoto - Macht meine Schilddrüse mich dick?	00:22:59	PLG 0061
Krebs durch Uebergewicht	00:18:49	PLG 0062
Robotik in der Adipositaschirurgie	00:19:46	PLG 0063



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Talk Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Talk Sendungen



Genre	Talk Sendungen
Kurzbeschreibung	Die Diagnose „Krebs“ ist für direkt Betroffene, aber auch für deren Angehörige oftmals ein Schock. Tausend Fragen gehen allen durch den Kopf: ist die Diagnose gesichert? Um was für einen Tumor genau handelt es sich? Gibt es Metastasen? Welche (neuartigen) Therapieformen gibt es? Habe ich Alternativen? Wozu einen Gentest? Wie ist meine Prognose? „Onkologie Kompakt“ mit Expertin Dr. Nona Shayegi klärt auf.
Produktionsjahr(e)	2022
Durchschnittliche Länge	05:00 Minuten
Episoden	34
Trailer	<a href="https://youtu.be/azh-bSpEfA4">https://youtu.be/azh-bSpEfA4</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Lungenkrebs	00:04:29	OK 0001
Diagnosestellung	00:04:31	OK 0002
Therapieentscheidung	00:05:04	OK 0003
Metastasen	00:04:29	OK 0004
Hautkrebs	00:04:49	OK 0005
ICI - Immuncheckpoint-Inhibitoren	00:04:57	OK 0006
Gentests bei Krebs	00:04:58	OK 0007
Darmkrebs	00:04:20	OK 0008
Nebenwirkungen	00:04:54	OK 0009
Therapieformen	00:04:22	OK 0010
Prostatakrebs	00:04:28	OK 0011
Blasenkrebs	00:04:47	OK 0012
Eierstockkrebs	00:05:01	OK 0013
Magenkrebs	00:04:34	OK 0014
Speiseröhrenkrebs	00:05:15	OK 0015

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Talk Sendungen | Onkologie kompakt

Serientitel	Dauer	Referenz
Hämato-onkologische Erkrankungen	00:04:40	OK 0016
Lymphome	00:04:50	OK 0017
CLL - Chronische lymphatische Leukämie	00:04:40	OK 0018
Hämato-onkologische Erkrankungen Nona-Vorstellung	00:05:13	OK 0019
Gebärmutterhalskrebs	00:04:56	OK 0020
Krebs und Genetik	00:04:19	OK 0021
Bauchspeicheldrüsenkrebs	00:05:10	OK 0022
Immunsystem und Krebserkrankung	00:04:48	OK 0023
Kopf-Hals-Krebs	00:05:17	OK 0024
Angehörige von Krebspatienten	00:05:10	OK 0025
Reha	00:05:08	OK 0026
Meolodysplastische Syndrome (MDS)	00:04:49	OK 0027
Nachsorge	00:04:51	OK 0028
CUP-Syndrom	00:05:08	OK 0029
Hirntumor	00:04:55	OK 0030
Vorsorge	00:05:09	OK 0031
Sarkome	00:05:17	OK 0032
Nierenkrebs	00:04:50	OK 0033
Leberkrebs	00:05:14	OK 0034



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Talk Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Talk Sendungen



Genre	Talk Sendungen
Kurzbeschreibung	LECHTERMANN GESUNDHEIT & LEBEN ist das Info- und Wissensmagazin für mehr Gesundheit und Wohlbefinden. Was macht ein glückliches und gesundes Leben aus und was können wir selbst dafür tun, dass es uns möglichst lange gut geht? Birgit Lechtermann trifft Mediziner, Wissenschaftler, Sportler und Prominente und präsentiert spannende und unterhaltsame Informationen rund um Prävention und Gesundheitsförderung für Körper, Geist und Seele.
Produktionsjahr(e)	2018 - 2020
Durchschnittliche Länge	23:30 Minuten
Episoden	11
Trailer	<a href="https://youtu.be/HjMdLScOOqA">https://youtu.be/HjMdLScOOqA</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Männergesundheit	00:23:40	<a href="#">LGL 0001</a>
Sport ist Mord, kein Sport ist Selbstmord?	00:22:00	<a href="#">LGL 0002</a>
Der Klosterstudie oder Warum leben Frauen im Schnitt länger als Männer?	00:22:19	<a href="#">LGL 0003</a>
Medizinischer Fortschritt	00:22:00	<a href="#">LGL 0004</a>
Mythen der Medizin	00:22:00	<a href="#">LGL 0005</a>
Iss Dich gesund!	00:22:00	<a href="#">LGL 0006</a>
Psychische Gesundheit - Was der Seele gut tut	00:21:40	<a href="#">LGL 0007</a>
Darüber spricht man nicht	00:22:00	<a href="#">LGL 0008</a>
Mit neuer Kraft zurück ins Leben	00:22:00	<a href="#">LGL 0009</a>
Gut zu wissen: Endometriose und HPV-Impfung	00:22:00	<a href="#">LGL 0010</a>
Seltene Erkrankungen	00:25:40	<a href="#">LGL 0011</a>



Ihnen gefällt einer oder mehrere unserer Talk Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Talk Sendungen



Genre	Talk Sendungen
Kurzbeschreibung	Was passiert bei einem Herzinfarkt und was ist eigentlich ein Schlaganfall? Dr. Andreas Martin erklärt in "Kardiologie Kompakt" verständlich und kurz die wichtigsten kardiovaskulären Erkrankungen: woran erkennt man sie, wie werden sie sicher diagnostiziert und welche therapeutischen Möglichkeiten gibt es.
Produktionsjahr(e)	2022
Durchschnittliche Länge	04:30 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/A2WTQ1bRxis">https://youtu.be/A2WTQ1bRxis</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Endokarditis	00:03:23	<i>KK 0001</i>
Myokarditis	00:04:24	<i>KK 0002</i>
pAVK	00:04:42	<i>KK 0003</i>
Lungenembolie	00:04:42	<i>KK 0004</i>
Schlaganfall	00:04:02	<i>KK 0005</i>
Vorhofflimmern	00:04:21	<i>KK 0006</i>
Angina pectoris	00:05:29	<i>KK 0007</i>
Herzinsuffizienz	00:05:00	<i>KK 0008</i>
Herzrhythmusstörungen	00:04:39	<i>KK 0009</i>
Aortenklappenstenose	00:05:07	<i>KK 0010</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Talk Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Talk Sendungen



Genre	Talk Sendungen
Kurzbeschreibung	Es ist winzig klein, für unser Auge unsichtbar und dennoch so wichtig für den Superorganismus Mensch - Das Mikrobiom. In der neuen Sendereihe „Habitat Mensch“ beschäftigen wir uns mit den Billionen Mikroben, die unseren Körper besiedeln und klären, welche Aufgabe sie haben, warum auch Gefahren von ihnen ausgehen und wie man sie positiv beeinflussen kann.
Produktionsjahr(e)	2021 - 2022
Durchschnittliche Länge	20:30 Minuten
Episoden	22
Trailer	<a href="https://youtu.be/Gt-N6nUqusg">https://youtu.be/Gt-N6nUqusg</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Mikrobiom-Stuhltests	00:13:35	<a href="#">HM 0001</a>
Darm-Hirn-Achse	00:19:58	<a href="#">HM 0002</a>
Übergewicht und Adipositas	00:15:51	<a href="#">HM 0003</a>
Verdauungsprobleme	00:19:56	<a href="#">HM 0004</a>
Typ-2-Diabetes	00:16:19	<a href="#">HM 0005</a>
Muttermilch wirkt positiv auf Darmmikrobiom	00:20:12	<a href="#">HM 0006</a>
Reisehygiene	00:20:00	<a href="#">HM 0007</a>
Darmkrebs	00:20:24	<a href="#">HM 0008</a>
Hautmikrobiom	00:27:38	<a href="#">HM 0009</a>
Vaginales Mikrobiom	00:24:22	<a href="#">HM 0010</a>
Orales Mikrobiom	00:24:28	<a href="#">HM 0011</a>
Fermentation	00:22:42	<a href="#">HM 0012</a>
Herz-Kreislauf-Erkrankungen	00:21:01	<a href="#">HM 0013</a>
Mikrobiom bei Hunden und Katzen	00:26:46	<a href="#">HM 0014</a>
Neurodermitis	00:20:44	<a href="#">HM 0015</a>

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Talk Sendungen | Habitat Mensch

Serientitel	Dauer	Referenz
Mikrobiom und ernährung	00:19:54	<i>HM 0016</i>
Mikrobiom und Diäten bei Adipositas	00:17:24	<i>HM 0017</i>
Depression	00:21:15	<i>HM 0018</i>
Allergien	00:18:44	<i>HM 0019</i>
Mikrobiom von Säuglingen	00:17:43	<i>HM 0020</i>
Autismus und Mikrobiom	00:20:48	<i>HM 0021</i>
Fermente und Mikrobiom	00:19:41	<i>HM 0022</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Talk Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Talk Sendungen



Genre	Talk Sendungen
Kurzbeschreibung	Mehr wissen, gesünder leben - Campus Gesundheit ist die health tv Wissensplattform. In rund 20 Minuten halten Ärzte und Fachleute gut verständliche Fachvorträge zu medizinischen Themen. Sie erklären Zusammenhänge, liefern Hintergründe zur Krankheitsentstehung, zu typischen Symptomen, moderner Diagnostik und aktuellen Therapien. Von A wie Arthrose bis Z wie Zahnschmerz - eine umfassende Aufklärung mit Tipps zur Selbsthilfe.
Produktionsjahr(e)	2017 - 2020
Durchschnittliche Länge	19:00 Minuten
Episoden	43
Trailer	<a href="https://youtu.be/LQgXj4vpjLU">https://youtu.be/LQgXj4vpjLU</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Bewegung trotz Arthrose	00:17:55	CG 0001
Fakten zu Aids & HIV	00:20:00	CG 0002
Klassische Infektionen	00:17:30	CG 0003
Dauergäste im Körper - Herpesviren	00:14:30	CG 0004
Hausgeburt oder Krankenhaus	00:18:30	CG 0005
Mit Bewegung gegen Diabetes	00:19:00	CG 0006
Wenn Atmen zur Qual wird - COPD	00:13:10	CG 0007
Wenn das Übergewicht lebensbedrohlich wird - Endstation OP?	00:16:59	CG 0008
Cholesterin - Lebensnotwendig oder lebensgefährlich?	00:18:20	CG 0009
Ich habe Rücken - Die Krux mit dem Kreuz	00:17:55	CG 0010
Schilddrüse - Die Hormonfabrik im Hals	00:18:15	CG 0011
Osteoporose - Die vernachlässigte Volkskrankheit	00:18:15	CG 0012
Die Haut - Unser größtes Organ	00:20:10	CG 0013
Lipödem - Fett an falscher Stelle	00:19:45	CG 0014
Herzrhythmusstörungen - Herz aus dem Takt	00:18:35	CG 0015

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Talk Sendungen | Campus Gesundheit

Serientitel	Dauer	Referenz
Immunologie - Abwehrmechanismen des Körper	00:18:40	CG 0016
Ballaststoffe - Mehr Effekt als gedacht!	00:12:20	CG 0017
Lebensmittel richtig kühlen	00:20:00	CG 0018
Das Sinnesorgan Nase	00:18:15	CG 0019
Hirn unter Druck - Fehldiagnose Demenz	00:14:50	CG 0020
Migräne - Hilflos ausgeliefert?	00:19:20	CG 0021
Kalkschulter - Sand im Getriebe	00:19:30	CG 0022
Bewegung im Alter	00:18:08	CG 0023
Wenn jede Minute zählt - Erste Hilfe bei Herzinfarkt	00:15:10	CG 0024
Notfall Brandverletzung	00:25:50	CG 0025
Multiple Sklerose - Die rätselhafteste Krankheit	00:19:55	CG 0026
Epilepsie – Gewitter im Kopf	00:19:52	CG 0027
Volkskrankheit Karies	00:19:00	CG 0028
Verstopfung - Wenn die Erleichterung schwerfällt	00:15:05	CG 0029
Schwerhörigkeit - Missverstehe ich Sie recht?	00:20:04	CG 0030
Alzheimer - Stand der Forschung	00:17:13	CG 0031
Bandscheibenvorfall - wenn Druck die Dämpfung demoliert	00:16:52	CG 0032
Borreliose, die unterschätzte Gefahr?	00:16:23	CG 0033
Bluthochdruck vermeiden	00:19:55	CG 0034
Herzschrittmacher	00:19:00	CG 0035
Organspende	00:17:15	CG 0036
Herzinfarkt	00:19:45	CG 0037
Ganzheitliche Zahnheilkunde	00:21:25	CG 0038
Hämorrhoiden	00:18:05	CG 0039
AD(H)S - Aufmerksamkeits-Defizit-Störung	00:45:00	CG 0041
Grauer und Grüner Star	00:22:01	CG 0042
Schlafapnoe	00:20:10	CG 0043
Ganzheitliche Augenheilkunde	00:20:18	CG 0044



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Talk Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Talk Sendungen



Genre	Talk Sendungen
Kurzbeschreibung	Der Adipositas Verband Deutschland e.V. wurde im März 2006 in Dinslaken von Betroffenen und Ärzten ins Leben gerufen. Ziel ist es, die Aufklärung über Adipositas und deren Begleiterkrankungen voranzutreiben. Betroffene, Fachleute und Interessierte finden in den bei health tv präsentierten Folgen der Reihe ein regelmäßiges Update rund um die Arbeit des Verbandes und das Thema Übergewicht.
Produktionsjahr(e)	2020 - 2022
Durchschnittliche Länge	17:30 Minuten
Episoden	12
Trailer	<a href="https://youtu.be/SrRiflpSu4s">https://youtu.be/SrRiflpSu4s</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Adipositas ist kein Figurproblem charakterschwacher Menschen	00:05:48	APV 0001
Selbsthilfegruppen Adipositas - Jeder darf so sein, wie er ist!	00:14:12	APV 0002
Adipositas-Chirurgie - der Körper ist schneller als die Seele	00:21:17	APV 0003
Geänderte Rechtsprechung trifft Adipositas-Patienten	00:12:40	APV 0004
Psychotherapie bei Adipositas - auch nach Gewichtsverlust wichtig	00:18:18	APV 0005
Adipöse Menschen im Rettungsdienst - Hilfsmittel und Schulung fehlen	00:19:56	APV 0006
Adipositas Selbsthilfe und die Deutsche Adipositas Allianz: eine starke Gemeinschaft	00:15:49	APV 0007
Leben mit Adipositas und die Wahrnehmung der Krankheit	00:27:50	APV 0008
Übergewicht bei Kindern	00:23:06	APV 0009
Mitmachaktion "Adipositas ist eine chronische Erkrankung"	00:17:06	APV 0010
Selbsthilfegruppen für Menschen mit Adipositas	00:19:35	APV 0011
Ernährung nach einer bariatrischen Operation	00:16:58	APV 0012

# Beiträge



Wir schauen hinter die Kulissen! Experten erklären Daten, Fakten und Hintergründe von aktuellen gesellschaftlichen Themen, die bewegen. Was ist gesund und was ist gefährlich für die Gesundheit - health tv deckt auf.

Seite	Art	Anzahl Episoden	Ø Dauer/ Episode
70	<a href="#">health tv checkt</a>	4	00:10:30
71	<a href="#">Kurz &amp; knapp</a>	64	00:04:30

## Beiträge



Genre	Beiträge
Kurzbeschreibung	Sind Bio-Lebensmittel gesund oder nur teuer? Welchen Einfluss haben die Gene auf unser Leben? Kann jeder Mensch ein Burnout bekommen? Wird man Asthma wieder los? Ist Diabetes gleich Diabetes und wer ist gefährdet? Helfen Diäten beim Abnehmen? Woran erkennt man eine qualifizierte Ernährungsberatung? Welche Chancen und Risiken bergen Nanotechnologien? Ist Superfood wirklich super? health tv checkt Daten, Fakten, Hintergründe.
Produktionsjahr(e)	2017 - 2020
Durchschnittliche Länge	10:30 Minuten
Episoden	4
Trailer	<a href="https://youtu.be/IYnurkCPBm4">https://youtu.be/IYnurkCPBm4</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Bio-Lebensmittel - gesund oder nur teuer?	00:11:47	<a href="#">HTVcheckt 0001</a>
Vorteile und Kennzeichnung regionaler Lebensmittel	00:10:46	<a href="#">HTVcheckt 0002</a>
Ist Diabetes gleich Diabetes?	00:09:50	<a href="#">HTVcheckt 0003</a>
Braucht Deutschland Ernährungsberater?	00:09:55	<a href="#">HTVcheckt 0004</a>



Ihnen gefällt einer oder mehrere unserer Beiträge und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Beiträge



Genre	Beiträge
Kurzbeschreibung	health tv schaut hinter die Kulissen, spricht mit Experten und begleitet Menschen, die etwas Besonderes zu erzählen haben. Kurz & Knapp zeigt beispielsweise auf, wie gefährlich Alkohol ist, was Apotheken leisten, wie die Zukunft schmeckt, warum Menschen so gerne Süßes essen und ob wir fürs Alter gerüstet sind.
Produktionsjahr(e)	2017 - 2020
Durchschnittliche Länge	04:30 Minuten
Episoden	64
Trailer	<a href="https://youtu.be/heQVt_ylums">https://youtu.be/heQVt_ylums</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Lebensmittelallergien	00:07:45	<a href="#">K&amp;K 0001</a>
Alkohol: Aufklärung hilft	00:04:50	<a href="#">K&amp;K 0002</a>
Kaschmir Yoga mit Leopoldo Chariarse	00:04:30	<a href="#">K&amp;K 0003</a>
Kundalini Yoga mit Angelina Marcaldo	00:04:30	<a href="#">K&amp;K 0004</a>
Vinyasa Yoga mit Markus eller	00:05:10	<a href="#">K&amp;K 0005</a>
Alkohol: Aufklärung hilft	00:03:10	<a href="#">K&amp;K 0006</a>
Deutschlands Apotheken	00:08:40	<a href="#">K&amp;K 0007</a>
Blutspende - der Selbstversuch	00:01:30	<a href="#">K&amp;K 0009</a>
Epigenetik - Hoffnung auf neue Therapien	00:07:30	<a href="#">K&amp;K 0010</a>
Lebensmittel - Allergien auf dem Vormarsch	00:07:47	<a href="#">K&amp;K 0011</a>
Burnout - Wenn Überlastung zur Depression führt	00:03:20	<a href="#">K&amp;K 0012</a>
Ernährungstrends der Zukunft	00:05:13	<a href="#">K&amp;K 0013</a>
Heilkräfte der Natur Schwarzer Knoblauch & Kurkuma	00:05:40	<a href="#">K&amp;K 0014</a>
Die Krisen-Profis - Ärzte ohne Grenzen	00:05:10	<a href="#">K&amp;K 0015</a>
Tanne auf den Teller - Der Nadelbaum als Brotaufstrich	00:05:00	<a href="#">K&amp;K 0016</a>

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Beiträge | Kurz & knapp

Serientitel	Dauer	Referenz
Ganzheitliche Behandlung soll Übergewichtswelle stoppen	00:03:41	K&K 0017
Brainfood am Arbeitsplatz	00:09:50	K&K 0019
Parkinson - Mit Bewegung beweglich bleiben	00:05:50	K&K 0020
richtig stehen	00:04:30	K&K 0021
Therapie statt Gelenk OP	00:06:30	K&K 0022
Meal Prep - Gesunde Mahrzeiten stressfrei vorkochen	00:06:00	K&K 0023
Glutenfreie Ernährung - Für Zöliakie-Patienten ein Muss	00:05:20	K&K 0024
Gesundheit und Pflege - Sind wir fürs Alter gerüstet?	00:04:45	K&K 0025
Grillen - Worauf sollte man achten?	00:05:42	K&K 0026
Glutenfrei kochen: Gemüsetarte	00:06:42	K&K 0027
Vegan: Genuss ohne tierische Produkte – geht das?	00:07:35	K&K 0028
Dr. Digital – Mit dem GPS durch die Leber	00:04:42	K&K 0029
Dr. Digital – Der mitdenkende OP	00:05:04	K&K 0030
Dr. Digital – Bakterien gegen Alzheimer	00:04:44	K&K 0031
Dr. Digital - Prothesen aus dem Drucker	00:05:22	K&K 0032
Dr. Digital – Diagnose per Bildschirm	00:05:20	K&K 0033
Zucker - lebenswichtig oder lebensgefährlich?	00:06:55	K&K 0034
Nudeln aus alten Saaten - neuer Trend auf Sizilien	00:07:29	K&K 0035
Burnout - Wenn Überlastung zur Depression führt	00:03:18	K&K 0036
Pollenallergie	00:03:15	K&K 0037
Prostatavorsorge	00:04:19	K&K 0038
Umweltgifte – die unsichtbare Gefahr	00:06:56	K&K 0041
Erdnuss-Spürhunde: Hilfe für Allergiker	00:06:25	K&K 0043
Multiple Sklerose	00:05:25	K&K 0045
Medizincheck bei den Löwen	00:07:39	K&K 0047
Magen-Darm-Störungen - Ursache	00:01:13	K&K 0048
Magen-Darm-Störungen - funktionell	00:01:35	K&K 0049
Magen-Darm-Störungen - Organursachen	00:02:16	K&K 0050
Was tun bei Verdauungsstörungen	00:02:40	K&K 0051
Pflanzliche Helfer bei Verdauungsstörungen	00:02:16	K&K 0052
Tipps für eine gesunde Verdauung	00:01:37	K&K 0053
Wie sieht gesunder Schlaf aus	00:01:12	K&K 0054
Natürliche Schlafrhythmen	00:00:51	K&K 0055
Sinn und Zwecke der Schlafphasen	00:02:58	K&K 0056
Ursachen für Schlafstörungen	00:00:59	K&K 0057
Was tun gegen Schlafstörungen	00:00:50	K&K 0058
Gesunder Schlaf - Hilfsmittel aus der Natur	00:01:52	K&K 0059
Schlafstörungen - Pflanzliche Hilfe und Wirkung	00:01:00	K&K 0060
Tipss für einen gesunden Schlaf	00:01:46	K&K 0061
Relativitätstheorie COVID	00:04:50	K&K 0063

*Weiter auf der nächsten Seite*

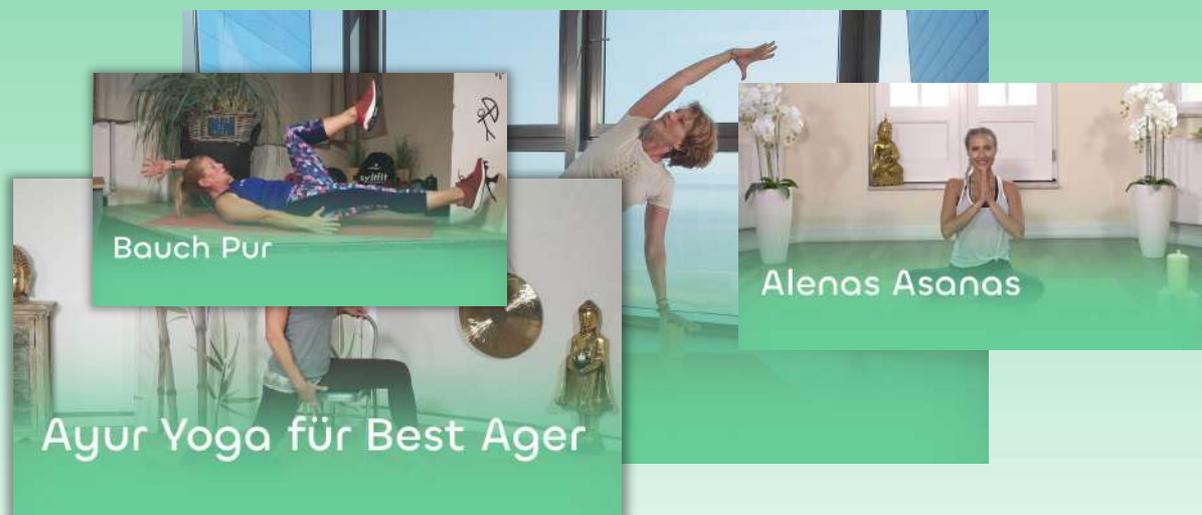
## Beiträge | Kurz & knapp

Serientitel	Dauer	Referenz
COVID 19 - Was im Körper passiert	00:05:00	<i>K&amp;K 0064</i>
Krimmler Wasserfälle	00:06:29	<i>K&amp;K 0065</i>
Felix hat Haemophilie	00:04:00	<i>K&amp;K 0066</i>
Corona und Adipositas	00:02:31	<i>K&amp;K 0067</i>
Plasmaspende für COVID-19-Patienten	00:05:49	<i>K&amp;K 0068</i>
Krebstherapie in Zeiten von Corona	00:06:35	<i>K&amp;K 0069</i>
Innovativer Hygiene-Schnellcheck	00:02:21	<i>K&amp;K 0070</i>
Die Wirkung der Düfte	00:07:17	<i>K&amp;K 0071</i>
Haemophilie	00:05:28	<i>K&amp;K 0072</i>



Ihnen gefällt einer oder mehrere unserer Beiträge und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

# Fitness



Fit durch Bewegung! Mit unseren Fitnesssendungen bieten wir Wege aus dem alltäglichen Stress und der Bewegungsarmut: Ob Yoga, Workout mit dem Miniband oder Bürogymnastik - hier ist für jeden etwas dabei!

Seite	Art	Anzahl Episoden	Ø Dauer/ Episode
76	<a href="#">Alenas Asanas</a>	20	00:01:50
78	<a href="#">Alenas Basis Yoga</a>	10	00:09:30
79	<a href="#">Ayur Yoga</a>	10	00:18:30
80	<a href="#">Ayur Yoga für Best Ager</a>	10	00:15:30
81	<a href="#">Bauch Beine Po</a>	20	00:19:30
83	<a href="#">Bauch Pur</a>	10	00:15:30
84	<a href="#">Best Ager</a>	10	00:17:30
85	<a href="#">Body Fit</a>	10	00:18:15
86	<a href="#">Büro Fit</a>	20	00:05:30
88	<a href="#">Extrem Fit</a>	10	00:08:00
90	<a href="#">Feldenkrais</a>	10	00:18:50
91	<a href="#">Fit durchs Alter</a>	10	00:15:30
92	<a href="#">Fit in 10 Minuten</a>	10	00:11:00
93	<a href="#">Fit in der Schwangerschaft</a>	10	00:15:30

## Fitness

Seite	Art	Anzahl Episoden	Ø Dauer/ Episode
94	<u>Fit und Aktiv</u>	20	00:15:30
96	<u>Functional Training</u>	10	00:17:30
97	<u>Gesunder Rücken</u>	20	00:17:00
99	<u>Pilates</u>	10	00:18:10
100	<u>Pranayama und Meditation</u>	20	00:10:00
102	<u>QiGong</u>	15	00:14:00
103	<u>Skigymnastik</u>	5	00:12:00
104	<u>Tai Chi</u>	10	00:10:30
106	<u>Workout mit Miniband</u>	10	00:18:30
107	<u>Yoga</u>	20	00:18:30
109	<u>Yoga mit Byron de Marse</u>	6	00:01:20
110	<u>Yoga am Morgen</u>	10	00:19:00
111	<u>Yogilates</u>	10	00:15:30
112	<u>Zirkeltraining</u>	10	00:18:30

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Im hektischen Alltag ruhig und gelassen zu bleiben, ist in unserer schnelllebigen Zeit nicht einfach. Alena Gerber ist Model, Moderatorin, Influencerin und Mutter einer kleinen Tochter. Um sich eine kleine Auszeit vom stressigen Alltag zu gönnen, hat sie Yoga für sich entdeckt und nimmt die Zuschauer mit auf ihren Weg.
Produktionsjahr(e)	2019
Durchschnittliche Länge	01:50 Minuten
Episoden	20
Trailer	<a href="https://youtu.be/lpcGjTQP4L4">https://youtu.be/lpcGjTQP4L4</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Alenas Asanas, Folge 1	00:01:50	F-AA
Alenas Asanas, Folge 2	00:01:50	F-AA
Alenas Asanas, Folge 3	00:01:50	F-AA
Alenas Asanas, Folge 4	00:01:50	F-AA
Alenas Asanas, Folge 5	00:01:50	F-AA
Alenas Asanas, Folge 6	00:01:50	F-AA
Alenas Asanas, Folge 7	00:01:50	F-AA
Alenas Asanas, Folge 8	00:01:50	F-AA
Alenas Asanas, Folge 9	00:01:50	F-AA
Alenas Asanas, Folge 10	00:01:50	F-AA
Alenas Asanas, Folge 11	00:01:50	F-AA
Alenas Asanas, Folge 12	00:01:50	F-AA
Alenas Asanas, Folge 13	00:01:50	F-AA
Alenas Asanas, Folge 14	00:01:50	F-AA
Alenas Asanas, Folge 15	00:01:50	F-AA

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Fitness | Alenas Asanas

Serientitel	Dauer	Referenz
Alenas Asanas, Folge 16	00:01:50	F-AA
Alenas Asanas, Folge 17	00:01:50	F-AA
Alenas Asanas, Folge 18	00:01:50	F-AA
Alenas Asanas, Folge 19	00:01:50	F-AA
Alenas Asanas, Folge 20	00:01:50	F-AA



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Alena Gerber ist Model, Moderatorin, Influencerin und Mutter einer kleinen Tochter. Da kann die Zeit für sich selbst ganz schön knapp werden. Um sich eine kleine Auszeit vom stressigen Alltag zu gönnen, hat sie Yoga für sich entdeckt. Alena Gerber steht am Anfang ihrer Yoga-Reise und nimmt die Zuschauer mit auf ihren Weg. In „Mein Basis-Yoga“ zeigt sie verschiedene Atemtechniken, die wichtigsten Asanas und führt in jeder Folge durch eine Abschlussmeditation.
Produktionsjahr(e)	2019
Durchschnittliche Länge	09:30 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/CkOzl7hggWw">https://youtu.be/CkOzl7hggWw</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Alenas Basis Yoga, Folge 1	00:09:30	<i>F-ABY</i>
Alenas Basis Yoga, Folge 2	00:09:30	<i>F-ABY</i>
Alenas Basis Yoga, Folge 3	00:09:30	<i>F-ABY</i>
Alenas Basis Yoga, Folge 4	00:09:30	<i>F-ABY</i>
Alenas Basis Yoga, Folge 5	00:09:30	<i>F-ABY</i>
Alenas Basis Yoga, Folge 6	00:09:30	<i>F-ABY</i>
Alenas Basis Yoga, Folge 7	00:09:30	<i>F-ABY</i>
Alenas Basis Yoga, Folge 8	00:09:30	<i>F-ABY</i>
Alenas Basis Yoga, Folge 9	00:09:30	<i>F-ABY</i>
Alenas Basis Yoga, Folge 10	00:09:30	<i>F-ABY</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Ayur Yoga verbindet traditionelle Atemtechniken mit fundiertem anatomischem Wissen und setzt diese in gezielte Körperhaltungen um. Die Übungssequenzen wurden von Anette Voelmy exklusiv für health tv erarbeitet. Ziel ist es, bestimmte Körperbereiche bewusster zu spüren und so mit der Zeit physisches und psychisches Gleichgewicht zu finden. Das Programm eignet sich für jedermann, egal ob mit oder ohne Yogaerfahrung.
Produktionsjahr(e)	2018
Durchschnittliche Länge	18:30 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/eFeT0G0oDyc">https://youtu.be/eFeT0G0oDyc</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Ayur Yoga, Folge 1	00:18:30	F-AY
Ayur Yoga, Folge 2	00:18:30	F-AY
Ayur Yoga, Folge 3	00:18:30	F-AY
Ayur Yoga, Folge 4	00:18:30	F-AY
Ayur Yoga, Folge 5	00:18:30	F-AY
Ayur Yoga, Folge 6	00:18:30	F-AY
Ayur Yoga, Folge 7	00:18:30	F-AY
Ayur Yoga, Folge 8	00:18:30	F-AY
Ayur Yoga, Folge 9	00:18:30	F-AY
Ayur Yoga, Folge 10	00:18:30	F-AY



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Ayur Yoga für Best Ager: Diese Yoga-Übungsreihe ist sehr gut geeignet für alle, die Yoga am Arbeitsplatz oder zwischendurch unkompliziert und spontan praktizieren möchten. Die Asanas, die verschiedenen Körperhaltungen, werden mit Hilfe eines Stuhls ausgeführt. Ayur Yoga ist ein atembewusstes Yoga, das sich den Bedürfnissen und Möglichkeiten jedes Einzelnen anpasst - nicht umgekehrt. Der Schwerpunkt der Übungen mit Anette Voelmy liegt auf der Wahrnehmung.
Produktionsjahr(e)	2018
Durchschnittliche Länge	15:30 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/U5EQSr0nNTw">https://youtu.be/U5EQSr0nNTw</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Ayur Yoga für Best Ager, Folge 1	00:15:30	F-AYBA
Ayur Yoga für Best Ager, Folge 2	00:15:30	F-AYBA
Ayur Yoga für Best Ager, Folge 3	00:15:30	F-AYBA
Ayur Yoga für Best Ager, Folge 4	00:15:30	F-AYBA
Ayur Yoga für Best Ager, Folge 5	00:15:30	F-AYBA
Ayur Yoga für Best Ager, Folge 6	00:15:30	F-AYBA
Ayur Yoga für Best Ager, Folge 7	00:15:30	F-AYBA
Ayur Yoga für Best Ager, Folge 8	00:15:30	F-AYBA
Ayur Yoga für Best Ager, Folge 9	00:15:30	F-AYBA
Ayur Yoga für Best Ager, Folge 10	00:15:30	F-AYBA



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Bauch-Beine-Po-Kurse, kurz BBP, gehören seit mehr als einem Vierteljahrhundert zu den Klassikern in den Fitnessstudios. Das ist selten in der schnelllebigen Fitnessszene. Wahrscheinlich liegt das daran, dass es sich hier um Körperregionen handelt, an denen sich häufig ungeliebte Polster befinden. Bitsy Hönscheid hat speziell für health tv ein Training für Bauch, Beine und Po ausgearbeitet, das zu einem straffen Körper und einer guten Körperhaltung verhilft.
Produktionsjahr(e)	2017
Durchschnittliche Länge	19:30 Minuten
Episoden	20, 2 Staffeln à 10 Folgen
Trailer	<a href="https://youtu.be/U4UyfiD69QE">https://youtu.be/U4UyfiD69QE</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Bauch Beine Po – Staffel 1, Folge 1	00:19:00	<a href="#">F-BBP</a>
Bauch Beine Po – Staffel 1, Folge 2	00:19:00	<a href="#">F-BBP</a>
Bauch Beine Po – Staffel 1, Folge 3	00:19:00	<a href="#">F-BBP</a>
Bauch Beine Po – Staffel 1, Folge 4	00:19:00	<a href="#">F-BBP</a>
Bauch Beine Po – Staffel 1, Folge 5	00:19:00	<a href="#">F-BBP</a>
Bauch Beine Po – Staffel 1, Folge 6	00:19:00	<a href="#">F-BBP</a>
Bauch Beine Po – Staffel 1, Folge 7	00:19:00	<a href="#">F-BBP</a>
Bauch Beine Po – Staffel 1, Folge 8	00:19:00	<a href="#">F-BBP</a>
Bauch Beine Po – Staffel 1, Folge 9	00:19:00	<a href="#">F-BBP</a>
Bauch Beine Po – Staffel 1, Folge 10	00:19:00	<a href="#">F-BBP</a>
Bauch Beine Po – Staffel 2, Folge 1	00:19:30	<a href="#">F-BBP</a>
Bauch Beine Po – Staffel 2, Folge 2	00:19:30	<a href="#">F-BBP</a>
Bauch Beine Po – Staffel 2, Folge 3	00:19:30	<a href="#">F-BBP</a>
Bauch Beine Po – Staffel 2, Folge 4	00:19:30	<a href="#">F-BBP</a>
Bauch Beine Po – Staffel 2, Folge 5	00:19:30	<a href="#">F-BBP</a>

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Fitness | Bauch Beine Po

Serientitel	Dauer	Referenz
Bauch Beine Po – Staffel 2, Folge 6	00:19:30	<i>F-BBP</i>
Bauch Beine Po – Staffel 2, Folge 7	00:19:30	<i>F-BBP</i>
Bauch Beine Po – Staffel 2, Folge 8	00:19:30	<i>F-BBP</i>
Bauch Beine Po – Staffel 2, Folge 9	00:19:30	<i>F-BBP</i>
Bauch Beine Po – Staffel 2, Folge 10	00:19:30	<i>F-BBP</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Bauch Pur: Von einem flachen, muskulösen Bauch träumt jeder. Der Weg dahin führt über ein effektives Bauchmuskeltraining, und das besteht aus viel mehr als nur den altbekannten Sit-ups. Die Bauchmuskulatur verläuft zwischen Brustkorb und oberem Beckenrand sowie an den Körperseiten bis hin zur Lendenwirbelsäule. Ein regelmäßiges und effektives Bauchmuskeltraining der schräg und quer verlaufenden Bauchmuskeln unterstützt die Taillenbildung und erzeugt die begehrte Waschbrett-Optik. Kräftige Bauchmuskeln sind aber auch aus gesundheitlichen Gründen ratsam, da sie die Wirbelsäule entlasten.
Produktionsjahr(e)	2018
Durchschnittliche Länge	15:30 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/zgiHzGXqsUo">https://youtu.be/zgiHzGXqsUo</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Bauch Pur, Folge 1	00:15:30	<i>F-BP</i>
Bauch Pur, Folge 2	00:15:30	<i>F-BP</i>
Bauch Pur, Folge 3	00:15:30	<i>F-BP</i>
Bauch Pur, Folge 4	00:15:30	<i>F-BP</i>
Bauch Pur, Folge 5	00:15:30	<i>F-BP</i>
Bauch Pur, Folge 6	00:15:30	<i>F-BP</i>
Bauch Pur, Folge 7	00:15:30	<i>F-BP</i>
Bauch Pur, Folge 8	00:15:30	<i>F-BP</i>
Bauch Pur, Folge 9	00:15:30	<i>F-BP</i>
Bauch Pur, Folge 10	00:15:30	<i>F-BP</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Best Ager: Wer gerne etwas für seine Fitness und Beweglichkeit tun will, sich aber dabei nicht auf den Boden legen möchte, für den ist das Trainingsprogramm von Christian Kreiss ideal. Der Personaltrainer hat für health tv Fitnessübungen ausgearbeitet, die im Stand oder im Sitzen ausgeführt werden. Ziel ist es, Gelenke geschmeidig und mobil zu halten, Balance und Koordination zu trainieren, Muskeln zu kräftigen und die gesamte Leistungsfähigkeit zu verbessern.
Produktionsjahr(e)	2018
Durchschnittliche Länge	17:30 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/KbGY1Gp9QWw">https://youtu.be/KbGY1Gp9QWw</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Best Ager, Folge 1	00:17:30	F-BA
Best Ager, Folge 2	00:17:30	F-BA
Best Ager, Folge 3	00:17:30	F-BA
Best Ager, Folge 4	00:17:30	F-BA
Best Ager, Folge 5	00:17:30	F-BA
Best Ager, Folge 6	00:17:30	F-BA
Best Ager, Folge 7	00:17:30	F-BA
Best Ager, Folge 8	00:17:30	F-BA
Best Ager, Folge 9	00:17:30	F-BA
Best Ager, Folge 10	00:17:30	F-BA



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Body Fit ist ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining, das sehr fordert, aber schnellen Erfolg bringt. Das Ziel ist klar: definierte Arme, Schultern und einen starken Rücken, sowie ein flacher Bauch, straffe Beine und ein sportlich-kräftiger Po. Das Training mit Annett Kötting stärkt die ganze Muskulatur und verbessert die Haltung. Jede Übungseinheit beginnt mit einem Warm-up, gefolgt von ganz unterschiedlichen Übungen und Ausdauereinheiten und endet mit einem kurzen Stretching.
Produktionsjahr(e)	2019
Durchschnittliche Länge	18:15 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/fISl7fB4LVU">https://youtu.be/fISl7fB4LVU</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Body Fit, Folge 1	00:18:15	<i>F-BF</i>
Body Fit, Folge 2	00:18:15	<i>F-BF</i>
Body Fit, Folge 3	00:18:15	<i>F-BF</i>
Body Fit, Folge 4	00:18:15	<i>F-BF</i>
Body Fit, Folge 5	00:18:15	<i>F-BF</i>
Body Fit, Folge 6	00:18:15	<i>F-BF</i>
Body Fit, Folge 7	00:18:15	<i>F-BF</i>
Body Fit, Folge 8	00:18:15	<i>F-BF</i>
Body Fit, Folge 9	00:18:15	<i>F-BF</i>
Body Fit, Folge 10	00:18:15	<i>F-BF</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Wer den ganzen Tag im Büro am Schreibtisch sitzt und auf den Computerbildschirm schaut, leidet oft an Verspannungen, Nacken- und Rückenschmerzen. Dabei können schon einige Minuten Bürogymnastik pro Tag helfen, solchen Beschwerden vorzubeugen. Außerdem fördert Gymnastik am Arbeitsplatz die Leistungsfähigkeit und Konzentration und hilft, den Tiefpunkt nach der Mittagspause zu überwinden. Die kurzen Büro-Fit-Folgen mit Annett Kötting eignen sich für jeden Tag und erfordern keine Hilfsmittel.
Produktionsjahr(e)	2019
Durchschnittliche Länge	05:30 Minuten
Episoden	20
Trailer	<a href="https://youtu.be/DK6ToqXDr7o">https://youtu.be/DK6ToqXDr7o</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Büro Fit, Folge 1	00:05:30	<a href="#">F-BUEF</a>
Büro Fit, Folge 2	00:05:30	<a href="#">F-BUEF</a>
Büro Fit, Folge 3	00:05:30	<a href="#">F-BUEF</a>
Büro Fit, Folge 4	00:05:30	<a href="#">F-BUEF</a>
Büro Fit, Folge 5	00:05:30	<a href="#">F-BUEF</a>
Büro Fit, Folge 6	00:05:30	<a href="#">F-BUEF</a>
Büro Fit, Folge 7	00:05:30	<a href="#">F-BUEF</a>
Büro Fit, Folge 8	00:05:30	<a href="#">F-BUEF</a>
Büro Fit, Folge 9	00:05:30	<a href="#">F-BUEF</a>
Büro Fit, Folge 10	00:05:30	<a href="#">F-BUEF</a>
Büro Fit, Folge 11	00:05:30	<a href="#">F-BUEF</a>
Büro Fit, Folge 12	00:05:30	<a href="#">F-BUEF</a>
Büro Fit, Folge 13	00:05:30	<a href="#">F-BUEF</a>
Büro Fit, Folge 14	00:05:30	<a href="#">F-BUEF</a>
Büro Fit, Folge 15	00:05:30	<a href="#">F-BUEF</a>

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Fitness | Büro Fit

Serientitel	Dauer	Referenz
Büro Fit, Folge 16	00:05:30	<i>F-BUEF</i>
Büro Fit, Folge 17	00:05:30	<i>F-BUEF</i>
Büro Fit, Folge 18	00:05:30	<i>F-BUEF</i>
Büro Fit, Folge 19	00:05:30	<i>F-BUEF</i>
Büro Fit, Folge 20	00:05:30	<i>F-BUEF</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Extrem Fit: Ein Power-Workout ist ein besonders intensives, dynamisches Ganzkörpertraining. Das klingt gut, ist aber auch ganz schön fordernd. Bei dem Training, das Annett Kötting für health tv ausgearbeitet hat, läuft die Uhr im Minutentakt mit: 50 Sekunden wird gepowert, 10 Sekunden ausgeruht. Und dann geht es auch schon weiter. Bei den dynamischen Übungen werden alle Körperpartien beansprucht und vor allem die Hauptmuskelgruppen gestärkt.
Produktionsjahr(e)	2017
Durchschnittliche Länge	00:08 Minuten
Episoden	30, 2 Staffeln
Trailer	<a href="https://youtu.be/uhMjdOMvMic">https://youtu.be/uhMjdOMvMic</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 1	00:11:00	<i>F-EF</i>
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 2	00:11:00	<i>F-EF</i>
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 3	00:11:00	<i>F-EF</i>
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 4	00:11:00	<i>F-EF</i>
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 5	00:11:00	<i>F-EF</i>
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 6	00:11:00	<i>F-EF</i>
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 7	00:11:00	<i>F-EF</i>
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 8	00:11:00	<i>F-EF</i>
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 9	00:11:00	<i>F-EF</i>
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 10	00:11:00	<i>F-EF</i>
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 11	00:11:00	<i>F-EF</i>
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 12	00:11:00	<i>F-EF</i>
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 13	00:11:00	<i>F-EF</i>
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 14	00:11:00	<i>F-EF</i>
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 15	00:11:00	<i>F-EF</i>

*Weiter auf der nächsten Seite*

Serientitel	Dauer	Referenz
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 16	00:11:00	F-EF
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 17	00:11:00	F-EF
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 18	00:11:00	F-EF
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 19	00:11:00	F-EF
Extrem Fit – Staffel 1, Folge 20	00:11:00	F-EF
Extrem Fit – Staffel 2, Folge 1	00:05:00	F-EF
Extrem Fit – Staffel 2, Folge 2	00:05:00	F-EF
Extrem Fit – Staffel 2, Folge 3	00:05:00	F-EF
Extrem Fit – Staffel 2, Folge 4	00:05:00	F-EF
Extrem Fit – Staffel 2, Folge 5	00:05:00	F-EF
Extrem Fit – Staffel 2, Folge 6	00:05:00	F-EF
Extrem Fit – Staffel 2, Folge 7	00:05:00	F-EF
Extrem Fit – Staffel 2, Folge 8	00:05:00	F-EF
Extrem Fit – Staffel 2, Folge 9	00:05:00	F-EF
Extrem Fit – Staffel 2, Folge 10	00:05:00	F-EF



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Feldenkrais: Wie hebe ich meinen Arm? Wie fühlt es sich an? Was kann ich anders machen? Beim Feldenkrais werden nur minimale Bewegungen ausgeführt. Hierbei geht es vor allem darum, sich auf den Körper zu konzentrieren, nachzuspüren und zu fühlen, was sich verändert. Feldenkraispädagogin Elke Mirbach leitet durch die Übungen mit feinen, bewusst durchgeführten Bewegungen, die helfen, beweglicher, entspannter und auch geistig fitter zu werden.
Produktionsjahr(e)	2017
Durchschnittliche Länge	18:50 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/QtdlAO_p09k">https://youtu.be/QtdlAO_p09k</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Feldenkrais, Folge 1	00:18:50	<a href="#">F-FK</a>
Feldenkrais, Folge 2	00:18:50	<a href="#">F-FK</a>
Feldenkrais, Folge 3	00:18:50	<a href="#">F-FK</a>
Feldenkrais, Folge 4	00:18:50	<a href="#">F-FK</a>
Feldenkrais, Folge 5	00:18:50	<a href="#">F-FK</a>
Feldenkrais, Folge 6	00:18:50	<a href="#">F-FK</a>
Feldenkrais, Folge 7	00:18:50	<a href="#">F-FK</a>
Feldenkrais, Folge 8	00:18:50	<a href="#">F-FK</a>
Feldenkrais, Folge 9	00:18:50	<a href="#">F-FK</a>
Feldenkrais, Folge 10	00:18:50	<a href="#">F-FK</a>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Fit durchs Alter: Mit zunehmendem Alter werden Bewegung und das richtige Training immer wichtiger. Vor allem für Herz, Lunge und den Gleichgewichtssinn. Um den negativen Begleiterscheinungen des Alterns frühzeitig gegenzusteuern ist eine Kombination aus Kraft- und Gleichgewichtstraining sehr geeignet und besonders effektiv. Genau das hat Annett Kötting für health tv ausgearbeitet. Mitmachen ist nicht nur gesund, sondern macht auch noch Spaß.
Produktionsjahr(e)	2018
Durchschnittliche Länge	15:30 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/17qjdxLIL94">https://youtu.be/17qjdxLIL94</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Fit durchs Alter, Folge 1	00:15:30	<i>F-FdA</i>
Fit durchs Alter, Folge 2	00:15:30	<i>F-FdA</i>
Fit durchs Alter, Folge 3	00:15:30	<i>F-FdA</i>
Fit durchs Alter, Folge 4	00:15:30	<i>F-FdA</i>
Fit durchs Alter, Folge 5	00:15:30	<i>F-FdA</i>
Fit durchs Alter, Folge 6	00:15:30	<i>F-FdA</i>
Fit durchs Alter, Folge 7	00:15:30	<i>F-FdA</i>
Fit durchs Alter, Folge 8	00:15:30	<i>F-FdA</i>
Fit durchs Alter, Folge 9	00:15:30	<i>F-FdA</i>
Fit durchs Alter, Folge 10	00:15:30	<i>F-FdA</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Fit in 10 Minuten: Der Alltag ist oft hektisch und voller Termine. Ein aufwändiges Sportprogramm bleibt dabei häufig auf der Strecke. Doch auch kurze Zeitfenster können sehr effektiv sein, um sich aktiv zu bewegen. Wie, das zeigt Christian Kreiss in „Fit in 10 Min.“. Das Programm führt von der Mobilisation über ein kurzes und intensives Workout bis hin zur Abschlussentspannung. Jede Übung wird in unterschiedlichen Varianten angeboten, so kann jeder seinen eigenen Schwierigkeitsgrad wählen.
Produktionsjahr(e)	2019
Durchschnittliche Länge	11:00 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/KtOoSbFbS40">https://youtu.be/KtOoSbFbS40</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Fit in 10 Minuten, Folge 1	11:00:00	<a href="#">F-F10M</a>
Fit in 10 Minuten, Folge 2	11:00:00	<a href="#">F-F10M</a>
Fit in 10 Minuten, Folge 3	11:00:00	<a href="#">F-F10M</a>
Fit in 10 Minuten, Folge 4	11:00:00	<a href="#">F-F10M</a>
Fit in 10 Minuten, Folge 5	11:00:00	<a href="#">F-F10M</a>
Fit in 10 Minuten, Folge 6	11:00:00	<a href="#">F-F10M</a>
Fit in 10 Minuten, Folge 7	11:00:00	<a href="#">F-F10M</a>
Fit in 10 Minuten, Folge 8	11:00:00	<a href="#">F-F10M</a>
Fit in 10 Minuten, Folge 9	11:00:00	<a href="#">F-F10M</a>
Fit in 10 Minuten, Folge 10	11:00:00	<a href="#">F-F10M</a>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Fit in der Schwangerschaft: Bitsy Sonntag-Hönscheid ist Fitnesstrainerin und schwanger. Sie weiß, welche Übungen guttun. Die Übungen ihres Trainingsprogramms stärken und dehnen die Körperpartien, die in der gesamten Schwangerschaft beansprucht werden. Auch die Ausdauer kommt nicht zu kurz. Yoga, Entspannung und Atemübungen runden das Programm ab. Das abwechslungsreiche Training beugt Schwangerschaftsbeschwerden vor und hilft nach der Geburt schnell wieder fit zu werden.
Produktionsjahr(e)	2018
Durchschnittliche Länge	15:30 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/BKJhK0A9u1U">https://youtu.be/BKJhK0A9u1U</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Fit in der Schwangerschaft, Folge 1	00:15:30	<a href="#">F-FidS</a>
Fit in der Schwangerschaft, Folge 2	00:15:30	<a href="#">F-FidS</a>
Fit in der Schwangerschaft, Folge 3	00:15:30	<a href="#">F-FidS</a>
Fit in der Schwangerschaft, Folge 4	00:15:30	<a href="#">F-FidS</a>
Fit in der Schwangerschaft, Folge 5	00:15:30	<a href="#">F-FidS</a>
Fit in der Schwangerschaft, Folge 6	00:15:30	<a href="#">F-FidS</a>
Fit in der Schwangerschaft, Folge 7	00:15:30	<a href="#">F-FidS</a>
Fit in der Schwangerschaft, Folge 8	00:15:30	<a href="#">F-FidS</a>
Fit in der Schwangerschaft, Folge 9	00:15:30	<a href="#">F-FidS</a>
Fit in der Schwangerschaft, Folge 10	00:15:30	<a href="#">F-FidS</a>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Fit und Aktiv: Bitsy Hönscheid ist Sylterin und kommt aus einer Surfer-Familie. Die zweifache Mutter gibt Unterricht im Stand-up-Paddling, führt als Guide bei Fahrradtouren über die abwechslungsreiche Inselandschaft und ist Fitnesstrainerin. In „Fit und Aktiv“ führt sie durch ein Übungsprogramm, das bei regelmäßigem Training zu mehr Fitness führt, Körperkonturen strafft und das Wohlbefinden fördert.
Produktionsjahr(e)	2017
Durchschnittliche Länge	15:30 Minuten
Episoden	20, 2 Staffeln à 10 Folgen
Trailer	<a href="https://youtu.be/88VLKj16JUs">https://youtu.be/88VLKj16JUs</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Fit und Aktiv – Staffel 1, Folge 1	00:15:30	F-F&A
Fit und Aktiv – Staffel 1, Folge 2	00:15:30	F-F&A
Fit und Aktiv – Staffel 1, Folge 3	00:15:30	F-F&A
Fit und Aktiv – Staffel 1, Folge 4	00:15:30	F-F&A
Fit und Aktiv – Staffel 1, Folge 5	00:15:30	F-F&A
Fit und Aktiv – Staffel 1, Folge 6	00:15:30	F-F&A
Fit und Aktiv – Staffel 1, Folge 7	00:15:30	F-F&A
Fit und Aktiv – Staffel 1, Folge 8	00:15:30	F-F&A
Fit und Aktiv – Staffel 1, Folge 9	00:15:30	F-F&A
Fit und Aktiv – Staffel 1, Folge 10	00:15:30	F-F&A
Fit und Aktiv – Staffel 2, Folge 1	00:15:45	F-F&A
Fit und Aktiv – Staffel 2, Folge 2	00:15:45	F-F&A
Fit und Aktiv – Staffel 2, Folge 3	00:15:45	F-F&A
Fit und Aktiv – Staffel 2, Folge 4	00:15:45	F-F&A
Fit und Aktiv – Staffel 2, Folge 5	00:15:45	F-F&A

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Fitness | Fit und Aktiv

Serientitel	Dauer	Referenz
Fit und Aktiv – Staffel 2, Folge 6	00:15:45	<i>F-F&amp;A</i>
Fit und Aktiv – Staffel 2, Folge 7	00:15:45	<i>F-F&amp;A</i>
Fit und Aktiv – Staffel 2, Folge 8	00:15:45	<i>F-F&amp;A</i>
Fit und Aktiv – Staffel 2, Folge 9	00:15:45	<i>F-F&amp;A</i>
Fit und Aktiv – Staffel 2, Folge 10	00:15:45	<i>F-F&amp;A</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Functional Training: Functional Fitness steht für eine Trainingsform, die komplexe Bewegungsabläufe beinhaltet, durch die mehrere Gelenk- und Muskelgruppen gleichzeitig beansprucht werden. Es wird also immer der ganze Körper trainiert und nicht nur einzelne Muskelgruppen, dadurch werden in kurzer Zeit viele Kalorien verbrannt. Mit den kurzen, knackigen Workout-Übungen lassen sich Ausdauer und Muskelkraft optimieren. Zusätzliche Trainingsgeräte werden nicht benötigt.
Produktionsjahr(e)	2019
Durchschnittliche Länge	17:30 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/X4xSQEHjvJA">https://youtu.be/X4xSQEHjvJA</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Functional Training, Folge 1	00:17:30	<i>F-FT</i>
Functional Training, Folge 2	00:17:30	<i>F-FT</i>
Functional Training, Folge 3	00:17:30	<i>F-FT</i>
Functional Training, Folge 4	00:17:30	<i>F-FT</i>
Functional Training, Folge 5	00:17:30	<i>F-FT</i>
Functional Training, Folge 6	00:17:30	<i>F-FT</i>
Functional Training, Folge 7	00:17:30	<i>F-FT</i>
Functional Training, Folge 8	00:17:30	<i>F-FT</i>
Functional Training, Folge 9	00:17:30	<i>F-FT</i>
Functional Training, Folge 10	00:17:30	<i>F-FT</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Gesunder Rücken: Rückenprobleme? Eine meist sitzende Lebensweise lässt die Muskeln erschlaffen. Ungewohnte Belastungen können dann leicht zu schmerzhaften Verspannungen führen. Tatsächlich ist eine zu schwache Rumpfmuskulatur häufig der Grund für Rückenschmerzen. Gut ausgebildete Rücken- und Bauchmuskeln bieten den besten Schutz vor Rückenbeschwerden. Denn kräftige Muskeln sind belastbar und bilden ein natürliches Stützkorsett für Knochen und Gelenke.
Produktionsjahr(e)	2017, 2019
Durchschnittliche Länge	17:00 Minuten
Episoden	20, 2 Staffeln à 10 Folgen
Trailer	<a href="https://youtu.be/Nf3atZXOjpU">https://youtu.be/Nf3atZXOjpU</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Gesunder Rücken – Staffel 1, Folge 1	00:18:30	<a href="#">F-GR</a>
Gesunder Rücken – Staffel 1, Folge 2	00:18:30	<a href="#">F-GR</a>
Gesunder Rücken – Staffel 1, Folge 3	00:18:30	<a href="#">F-GR</a>
Gesunder Rücken – Staffel 1, Folge 4	00:18:30	<a href="#">F-GR</a>
Gesunder Rücken – Staffel 1, Folge 5	00:18:30	<a href="#">F-GR</a>
Gesunder Rücken – Staffel 1, Folge 6	00:18:30	<a href="#">F-GR</a>
Gesunder Rücken – Staffel 1, Folge 7	00:18:30	<a href="#">F-GR</a>
Gesunder Rücken – Staffel 1, Folge 8	00:18:30	<a href="#">F-GR</a>
Gesunder Rücken – Staffel 1, Folge 9	00:18:30	<a href="#">F-GR</a>
Gesunder Rücken – Staffel 1, Folge 10	00:18:30	<a href="#">F-GR</a>
Gesunder Rücken – Staffel 2, Folge 1	00:15:30	<a href="#">F-GR</a>
Gesunder Rücken – Staffel 2, Folge 2	00:15:30	<a href="#">F-GR</a>
Gesunder Rücken – Staffel 2, Folge 3	00:15:30	<a href="#">F-GR</a>
Gesunder Rücken – Staffel 2, Folge 4	00:15:30	<a href="#">F-GR</a>
Gesunder Rücken – Staffel 2, Folge 5	00:15:30	<a href="#">F-GR</a>

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Fitness | Gesunder Rücken

Serientitel	Dauer	Referenz
Gesunder Rücken – Staffel 2, Folge 6	00:15:30	F-GR
Gesunder Rücken – Staffel 2, Folge 7	00:15:30	F-GR
Gesunder Rücken – Staffel 2, Folge 8	00:15:30	F-GR
Gesunder Rücken – Staffel 2, Folge 9	00:15:30	F-GR
Gesunder Rücken – Staffel 2, Folge 10	00:15:30	F-GR



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, mit dem tiefliegende, kleine und meist schwächere Muskelgruppen angesprochen werden. In den 1960er Jahren von dem Deutschen Joseph Hubert Pilates erfunden, entwickelte sich diese Trainingsmethode ab den 1990er Jahren zum Wellness-Trend. Annett Kötting zeigt Übungen, die die Muskulatur stärken sowie die Kondition und Körperhaltung verbessern sollen. Das Training umfasst Kraftübungen, Stretching und bewusste Atmung.
Produktionsjahr(e)	2017
Durchschnittliche Länge	18:10 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/BoDhBLT3-1A">https://youtu.be/BoDhBLT3-1A</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Pilates, Folge 1	00:18:10	F-PI
Pilates, Folge 2	00:18:10	F-PI
Pilates, Folge 3	00:18:10	F-PI
Pilates, Folge 4	00:18:10	F-PI
Pilates, Folge 5	00:18:10	F-PI
Pilates, Folge 6	00:18:10	F-PI
Pilates, Folge 7	00:18:10	F-PI
Pilates, Folge 8	00:18:10	F-PI
Pilates, Folge 9	00:18:10	F-PI
Pilates, Folge 10	00:18:10	F-PI



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Pranayama und Meditation: Meditation kommt aus dem Lateinischen und bedeutet so viel wie nachdenken, nachsinnen, überlegen. In vielen Religionen und Kulturen gehören meditative Übungen zur spirituellen Praxis. Durch Achtsamkeits- oder Konzentrationsübungen soll sich der Geist beruhigen. In unserer schnelllebigen Zeit ist es nicht immer ganz einfach, entspannt und gelassen zu bleiben. Tina Molsen führt durch die Meditation, die hilft, Alltagsstress abzubauen und zur inneren Ruhe zu finden.
Produktionsjahr(e)	2017
Durchschnittliche Länge	10:00 Minuten
Episoden	20, 2 Staffeln à 10 Folgen
Trailer	<a href="https://youtu.be/SOnuBL2kltg">https://youtu.be/SOnuBL2kltg</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Pranayama und Meditation – Staffel 1, Folge 1	00:10:00	<a href="#">F-P&amp;M</a>
Pranayama und Meditation – Staffel 1, Folge 2	00:10:00	<a href="#">F-P&amp;M</a>
Pranayama und Meditation – Staffel 1, Folge 3	00:10:00	<a href="#">F-P&amp;M</a>
Pranayama und Meditation – Staffel 1, Folge 4	00:10:00	<a href="#">F-P&amp;M</a>
Pranayama und Meditation – Staffel 1, Folge 5	00:10:00	<a href="#">F-P&amp;M</a>
Pranayama und Meditation – Staffel 1, Folge 6	00:10:00	<a href="#">F-P&amp;M</a>
Pranayama und Meditation – Staffel 1, Folge 7	00:10:00	<a href="#">F-P&amp;M</a>
Pranayama und Meditation – Staffel 1, Folge 8	00:10:00	<a href="#">F-P&amp;M</a>
Pranayama und Meditation – Staffel 1, Folge 9	00:10:00	<a href="#">F-P&amp;M</a>
Pranayama und Meditation – Staffel 1, Folge 10	00:10:00	<a href="#">F-P&amp;M</a>
Pranayama und Meditation – Staffel 2, Folge 1	00:10:00	<a href="#">F-P&amp;M</a>
Pranayama und Meditation – Staffel 2, Folge 2	00:10:00	<a href="#">F-P&amp;M</a>
Pranayama und Meditation – Staffel 2, Folge 3	00:10:00	<a href="#">F-P&amp;M</a>
Pranayama und Meditation – Staffel 2, Folge 4	00:10:00	<a href="#">F-P&amp;M</a>
Pranayama und Meditation – Staffel 2, Folge 5	00:10:00	<a href="#">F-P&amp;M</a>

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Fitness | Pranayama und Meditation

Serientitel	Dauer	Referenz
Pranayama und Meditation – Staffel 2, Folge 6	00:10:00	<i>F-P&amp;M</i>
Pranayama und Meditation – Staffel 2, Folge 7	00:10:00	<i>F-P&amp;M</i>
Pranayama und Meditation – Staffel 2, Folge 8	00:10:00	<i>F-P&amp;M</i>
Pranayama und Meditation – Staffel 2, Folge 9	00:10:00	<i>F-P&amp;M</i>
Pranayama und Meditation – Staffel 2, Folge 10	00:10:00	<i>F-P&amp;M</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Qi ist das chinesische Wort für Lebensenergie. QiGong ist eine fernöstliche Bewegungslehre, um die Gesundheit zu fördern. Regelmäßig durchgeführte QiGong-Übungen können sich wohltuend und stärkend auf die Psyche und den Körper auswirken. QiGong besteht aus langsamen, bewusst ausgeführten Bewegungsabfolgen und kann an jedem Ort und in jeder Bekleidung durchgeführt werden. Am besten ist es, die Übungen an der frischen Luft oder bei geöffneten Fenstern auszuführen.
Produktionsjahr(e)	2018
Durchschnittliche Länge	14:00 Minuten
Episoden	15, 2 Staffeln
Trailer	<a href="https://youtu.be/AkYkFxcdAOk">https://youtu.be/AkYkFxcdAOk</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
QiGong – Staffel 1, Folge 1	00:09:35	F-QG
QiGong – Staffel 1, Folge 2	00:09:35	F-QG
QiGong – Staffel 1, Folge 3	00:09:35	F-QG
QiGong – Staffel 1, Folge 4	00:09:35	F-QG
QiGong – Staffel 1, Folge 5	00:09:35	F-QG
QiGong – Staffel 1, Folge 6	00:09:35	F-QG
QiGong – Staffel 1, Folge 7	00:09:35	F-QG
QiGong – Staffel 1, Folge 8	00:09:35	F-QG
QiGong – Staffel 1, Folge 9	00:09:35	F-QG
QiGong – Staffel 1, Folge 10	00:09:35	F-QG
QiGong – Staffel 2, Folge 1	00:18:30	F-QG
QiGong – Staffel 2, Folge 2	00:18:30	F-QG
QiGong – Staffel 2, Folge 3	00:18:30	F-QG
QiGong – Staffel 2, Folge 4	00:18:30	F-QG
QiGong – Staffel 2, Folge 5	00:18:30	F-QG

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Skigymnastik: Körperlich gut vorbereitet macht Skifahren einfach mehr Spaß. Physiotherapeutin und Skilehrerin Meike Pittius entwickelte für health tv ein Skigymnastikprogramm zur Verletzungsprophylaxe. Der Schwerpunkt der Übungen liegt auf der Koordination, dem Gleichgewicht und der Dehnung. Wichtig ist es, bereits einige Wochen vor dem Skiurlaub mit dem Training zu beginnen. Das verringert die Verletzungsgefahr, beugt Muskelkater vor und gibt Sicherheit auf der Piste.
Produktionsjahr(e)	2018
Durchschnittliche Länge	12:00 Minuten
Episoden	5
Trailer	<a href="https://youtu.be/SOjGCnTW7lI">https://youtu.be/SOjGCnTW7lI</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Skigymnastik, Folge 1	00:12:00	<a href="#">F-SG</a>
Skigymnastik, Folge 2	00:12:00	<a href="#">F-SG</a>
Skigymnastik, Folge 3	00:12:00	<a href="#">F-SG</a>
Skigymnastik, Folge 4	00:12:00	<a href="#">F-SG</a>
Skigymnastik, Folge 5	00:12:00	<a href="#">F-SG</a>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Taijiquan, kurz Tai Chi, ist eine aus der Kampfkunst entwickelte chinesische Bewegungsmeditation. Regelmäßige Übung führt zu einer verbesserten Körperhaltung, tieferem Atem und Wohlbefinden. Ali Djassemi praktiziert die Tai Chi-Form des Alten Rahmens des Yang-Stils. In der ersten Folge zeigt er die komplette Form, in der zweiten Folge geht er auf die Einzelfiguren ein. Ab der dritten macht er vor, wie die Figuren miteinander verbunden werden.
Produktionsjahr(e)	2019
Durchschnittliche Länge	10:30 Minuten
Episoden	20
Trailer	<a href="https://youtu.be/E3kyvN0xruU">https://youtu.be/E3kyvN0xruU</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Tai Chi, Folge 1	10:30:00	<a href="#">F-TC</a>
Tai Chi, Folge 2	10:30:00	<a href="#">F-TC</a>
Tai Chi, Folge 3	10:30:00	<a href="#">F-TC</a>
Tai Chi, Folge 4	10:30:00	<a href="#">F-TC</a>
Tai Chi, Folge 5	10:30:00	<a href="#">F-TC</a>
Tai Chi, Folge 6	10:30:00	<a href="#">F-TC</a>
Tai Chi, Folge 7	10:30:00	<a href="#">F-TC</a>
Tai Chi, Folge 8	10:30:00	<a href="#">F-TC</a>
Tai Chi, Folge 9	10:30:00	<a href="#">F-TC</a>
Tai Chi, Folge 10	10:30:00	<a href="#">F-TC</a>
Tai Chi, Folge 11	10:30:00	<a href="#">F-TC</a>
Tai Chi, Folge 12	10:30:00	<a href="#">F-TC</a>
Tai Chi, Folge 13	10:30:00	<a href="#">F-TC</a>
Tai Chi, Folge 14	10:30:00	<a href="#">F-TC</a>
Tai Chi, Folge 15	10:30:00	<a href="#">F-TC</a>

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Fitness | Tai Chi

Serientitel	Dauer	Referenz
Tai Chi, Folge 16	10:30:00	F-TC
Tai Chi, Folge 17	10:30:00	F-TC
Tai Chi, Folge 18	10:30:00	F-TC
Tai Chi, Folge 19	10:30:00	F-TC
Tai Chi, Folge 20	10:30:00	F-TC



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Workout mit Miniband: Das Miniband wird oft als „das kleinste Fitnessstudio“ der Welt bezeichnet. Das Workout mit Annett Kötting gibt mehr Kraft, mehr Ausdauer und Stabilität. Der gesamte Körper wird gestärkt. Wichtig ist, dass das Band immer unter Spannung ist. Das Training eignet sich für jedes Fitnesslevel, vor allem auch für Einsteiger. Zudem ist das Training sehr gelenkschonend: Einerseits durch die geschmeidigen Bewegungen, andererseits weil auf Gewichte verzichtet wird.
Produktionsjahr(e)	2019
Durchschnittliche Länge	18:30 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/Cjk04yZhjyk">https://youtu.be/Cjk04yZhjyk</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Workout mit Miniband, Folge 1	00:18:30	<i>F-WmM</i>
Workout mit Miniband, Folge 2	00:18:30	<i>F-WmM</i>
Workout mit Miniband, Folge 3	00:18:30	<i>F-WmM</i>
Workout mit Miniband, Folge 4	00:18:30	<i>F-WmM</i>
Workout mit Miniband, Folge 5	00:18:30	<i>F-WmM</i>
Workout mit Miniband, Folge 6	00:18:30	<i>F-WmM</i>
Workout mit Miniband, Folge 7	00:18:30	<i>F-WmM</i>
Workout mit Miniband, Folge 8	00:18:30	<i>F-WmM</i>
Workout mit Miniband, Folge 9	00:18:30	<i>F-WmM</i>
Workout mit Miniband, Folge 10	00:18:30	<i>F-WmM</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Yoga hilft Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Yoga-Lehrerin Maren Schulz hat für health tv ein Übungsprogramm zusammengestellt, das Entspannung und Training miteinander kombiniert. Die Ursprünge der traditionellen Bewegungslehre liegen in Indien, im Westen wird Yoga seit dem 19. Jahrhundert praktiziert. Yoga verbessert Fitness, Beweglichkeit und Konzentrationsfähigkeit. Die positive Wirkung ist in zahlreichen wissenschaftlichen Studien dokumentiert.
Produktionsjahr(e)	2017, 2019
Durchschnittliche Länge	18:30 Minuten
Episoden	20, 2 Staffeln à 10 Folgen
Trailer	<a href="https://youtu.be/LI_Q2tuqA3Y">https://youtu.be/LI_Q2tuqA3Y</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Yoga – Staffel 1, Folge 1	00:18:30	F-Y
Yoga – Staffel 1, Folge 2	00:18:30	F-Y
Yoga – Staffel 1, Folge 3	00:18:30	F-Y
Yoga – Staffel 1, Folge 4	00:18:30	F-Y
Yoga – Staffel 1, Folge 5	00:18:30	F-Y
Yoga – Staffel 1, Folge 6	00:18:30	F-Y
Yoga – Staffel 1, Folge 7	00:18:30	F-Y
Yoga – Staffel 1, Folge 8	00:18:30	F-Y
Yoga – Staffel 1, Folge 9	00:18:30	F-Y
Yoga – Staffel 1, Folge 10	00:18:30	F-Y
Yoga – Staffel 2, Folge 1	00:18:30	F-Y
Yoga – Staffel 2, Folge 2	00:18:30	F-Y
Yoga – Staffel 2, Folge 3	00:18:30	F-Y
Yoga – Staffel 2, Folge 4	00:18:30	F-Y
Yoga – Staffel 2, Folge 5	00:18:30	F-Y

*Weiter auf der nächsten Seite*

## Fitness | Yoga

Serientitel	Dauer	Referenz
Yoga – Staffel 2, Folge 6	00:18:30	F-Y
Yoga – Staffel 2, Folge 7	00:18:30	F-Y
Yoga – Staffel 2, Folge 8	00:18:30	F-Y
Yoga – Staffel 2, Folge 9	00:18:30	F-Y
Yoga – Staffel 2, Folge 10	00:18:30	F-Y



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Yoga Byron de Marse: „Yoga ist eine Heilmethode und hat das Potenzial uns zu verändern. Wir verbringen mehr Zeit mit Dingen, die wir tun möchten und sondern Dinge aus, die unsere Zeit vergeuden“, sagt Byron de Marsé. Der Yoga-Master aus Los Angeles zeigt Übungen, die Stimmung, Konzentration, Körperwahrnehmung, Stärke und Flexibilität verbessern. „Yoga hilft jedem, der die richtige Form für sich findet.“ Davon ist Byron de Marsé überzeugt.
Produktionsjahr(e)	2019
Durchschnittliche Länge	01:20 Minuten
Episoden	6
Trailer	<a href="https://youtu.be/P2mAER2eu2M">https://youtu.be/P2mAER2eu2M</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Yoga mit Byron de Marse, Folge 1	00:01:20	F-BY
Yoga mit Byron de Marse, Folge 2	00:01:20	F-BY
Yoga mit Byron de Marse, Folge 3	00:01:20	F-BY
Yoga mit Byron de Marse, Folge 4	00:01:20	F-BY
Yoga mit Byron de Marse, Folge 5	00:01:20	F-BY
Yoga mit Byron de Marse, Folge 6	00:01:20	F-BY



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Yoga am Morgen: Gerade morgens, wenn unser Körper sich noch unbeweglich anfühlt, fällt es schwer, den Tag unbeschwert zu beginnen. Eine morgendliche Yoga-Routine kann helfen, den Körper schneller in Gang zu bringen und sorgt für die nötige Beweglichkeit. Die bewusste und vertiefte Atmung versorgt zudem alle Körpersysteme mit mehr Sauerstoff. Dadurch entsteht ein Gefühl von Frische und Klarheit. Eine kleine Yoga-Einheit am Morgen hilft, beweglich und entspannt in den Alltag zu starten.
Produktionsjahr(e)	2019
Durchschnittliche Länge	19:00 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/xMjLkLFNJKk">https://youtu.be/xMjLkLFNJKk</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Yoga am Morgen, Folge 1	00:19:00	<a href="#">F-YAM</a>
Yoga am Morgen, Folge 2	00:19:00	<a href="#">F-YAM</a>
Yoga am Morgen, Folge 3	00:19:00	<a href="#">F-YAM</a>
Yoga am Morgen, Folge 4	00:19:00	<a href="#">F-YAM</a>
Yoga am Morgen, Folge 5	00:19:00	<a href="#">F-YAM</a>
Yoga am Morgen, Folge 6	00:19:00	<a href="#">F-YAM</a>
Yoga am Morgen, Folge 7	00:19:00	<a href="#">F-YAM</a>
Yoga am Morgen, Folge 8	00:19:00	<a href="#">F-YAM</a>
Yoga am Morgen, Folge 9	00:19:00	<a href="#">F-YAM</a>
Yoga am Morgen, Folge 10	00:19:00	<a href="#">F-YAM</a>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Yogilates: Yoga hilft Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, mit dem tiefliegende, kleine und meist schwächere Muskelgruppen angesprochen werden. Die Kombination aus Yoga und Pilates verbindet körperorientierte und mentalorientierte Übungen zu einem ganzheitlichen Ansatz. Neben gezielter Entspannung werden durch diese Übungen sowohl die Ausdauer als auch die Durchblutung und der Kreislauf trainiert und gestärkt.
Produktionsjahr(e)	2017
Durchschnittliche Länge	15:30 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/bUeeON5Qrrq">https://youtu.be/bUeeON5Qrrq</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Yogilates, Folge 1	00:15:30	<i>F-YL</i>
Yogilates, Folge 2	00:15:30	<i>F-YL</i>
Yogilates, Folge 3	00:15:30	<i>F-YL</i>
Yogilates, Folge 4	00:15:30	<i>F-YL</i>
Yogilates, Folge 5	00:15:30	<i>F-YL</i>
Yogilates, Folge 6	00:15:30	<i>F-YL</i>
Yogilates, Folge 7	00:15:30	<i>F-YL</i>
Yogilates, Folge 8	00:15:30	<i>F-YL</i>
Yogilates, Folge 9	00:15:30	<i>F-YL</i>
Yogilates, Folge 10	00:15:30	<i>F-YL</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Fitness



Genre	Fitness
Kurzbeschreibung	Zirkeltraining: Sie wollen sich sportlich steigern, den Kalorienumsatz erhöhen oder Kraft und Ausdauer verbessern? Dann ist Zirkeltraining genau das Richtige. Innerhalb kurzer Zeit, die Trainingseinheiten dauern 16 Minuten, werden verhältnismäßig viele Kalorien verbrannt. Vier Übungen werden vier Mal für 40 Sekunden wiederholt, dazwischen gibt es 20 Sekunden Pause. Mitmachen kann jeder, denn es werden verschiedene Varianten gezeigt, die die Übung leichter oder auch schwerer machen.
Produktionsjahr(e)	2019
Durchschnittliche Länge	18:30 Minuten
Episoden	10
Trailer	<a href="https://youtu.be/enYzWiYXqWE">https://youtu.be/enYzWiYXqWE</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Zirkeltraining, Folge 1	00:18:30	<a href="#">F-ZT</a>
Zirkeltraining, Folge 2	00:18:30	<a href="#">F-ZT</a>
Zirkeltraining, Folge 3	00:18:30	<a href="#">F-ZT</a>
Zirkeltraining, Folge 4	00:18:30	<a href="#">F-ZT</a>
Zirkeltraining, Folge 5	00:18:30	<a href="#">F-ZT</a>
Zirkeltraining, Folge 6	00:18:30	<a href="#">F-ZT</a>
Zirkeltraining, Folge 7	00:18:30	<a href="#">F-ZT</a>
Zirkeltraining, Folge 8	00:18:30	<a href="#">F-ZT</a>
Zirkeltraining, Folge 9	00:18:30	<a href="#">F-ZT</a>
Zirkeltraining, Folge 10	00:18:30	<a href="#">F-ZT</a>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Fitness Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

# Sonstiges



Hier gibt es Anschaffungstipps für werdende Eltern, klären wir Mythen und Skandale, testen ihr Wissen und suchen in unserer Gesundheitsshow mit Motivationstrainer Detlef Soost nach "The One Miss Healthy", der fittesten Frau Deutschlands.

Seite	Art	Anzahl Episoden	Ø Dauer/ Episode
114	<a href="#"><u>Service Schwangerschaft</u></a>	4	00:10:30
115	<a href="#"><u>Healthy Top 10</u></a>	3	00:26:30
116	<a href="#"><u>The One Miss Healthy</u></a>	3	00:38:00

## Sonstiges



Genre	Sonstiges
Kurzbeschreibung	Kinderwagen, Autositz, Tragehilfe und Bettchen – vor der Geburt gibt es einiges zu besorgen. Oft sind werdende Eltern aber ratlos, was für sie und ihr Baby das richtige Produkt ist und worauf sie achten sollen. Von Sicherheit bis Komfort – was sind die entscheidenden Kriterien, was ist zu beachten? In „Service Schwangerschaft“ gibt health tv-Moderatorin Iris Budowsky wichtige Tipps für die passende Anschaffung.
Produktionsjahr(e)	2019
Durchschnittliche Länge	10:30 Minuten
Episoden	4
Trailer	<a href="https://youtu.be/L3c-HuDDa9o">https://youtu.be/L3c-HuDDa9o</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Babybettchen	00:08:12	SeS 0001
Babyschale	00:11:01	SeS 0002
Kinderwagen	00:12:20	SeS 0003
Babytrage	00:10:29	SeS 0004



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Sonstiges



Genre	Sonstiges
Kurzbeschreibung	DIE HEALTHY TOP 10 – so heißt Deutschlands gesündeste Show rund um Fakten, Legenden, Erfindungen, Irrtümer, Skandale und Kuriositäten. Ob Ernährung oder Haushalt, Sport oder Entspannung, Volkskrankheiten, Schulmedizin, Naturheilverfahren oder Hausmittel, Schlaftipps oder Muntermacher – health tv fragt nach und klärt auf. Was ist richtig, was ist falsch? Testen Sie Ihr Wissen und seien Sie gespannt. Unterhaltung und Lernerfolg sind garantiert.
Produktionsjahr(e)	2019
Durchschnittliche Länge	26:30 Minuten
Episoden	3
Trailer	<a href="https://youtu.be/efWAd3YyrRI">https://youtu.be/efWAd3YyrRI</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Ernährungsmythen	00:26:15	<i>DHT10 0001</i>
Krankheiten: Wen trifft es und warum?	00:27:00	<i>DHT10 0002</i>
Gendervergleich Gesundheit: Frauen vs. Männer	00:26:40	<i>DHT10 0003</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## Sonstiges



Genre	Sonstiges
Kurzbeschreibung	In der health tv-Gesundheitsshow THE ONE MISS HEALTHY geht es um Fitness, Wissen, Teamgeist und Kreativität. Vier tolle Kandidatinnen treten im Kampf um den Titel an: Moderatorin Nina-Marlisa Lenzi, Ex-Miss-Germany Carolina Noeding, Model Victoria Jancke und Tattoo-Queen Dana Diekmeier. Moderiert wird die vierteilige Infotainment-Serie von Motivationstrainer Detlef Soost, Deutschlands bekanntestem Fitness- und Ernährungs-Coach.
Produktionsjahr(e)	2021
Durchschnittliche Länge	38:00 Minuten
Episoden	4
Trailer	<a href="https://youtu.be/xzS_R6Whem4">https://youtu.be/xzS_R6Whem4</a>

Serientitel	Dauer	Referenz
Folge 1	00:38:00	<i>TOMH 0001</i>
Folge 2	00:38:00	<i>TOMH 0002</i>
Folge 3	00:38:00	<i>TOMH 0003</i>
Folge 4	00:38:00	<i>TOMH 0001</i>



Ihnen gefällt eine oder mehrere unserer Sendungen und Sie wollen mehr dazu erfahren oder sie in ihr Programm einbinden? Wir freuen uns über Ihre Anfrage an [programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

# Vielen Dank für ihr Interesse.

Vereinbaren Sie ein Gespräch mit uns! Wir beraten Sie umfassend zu unserem Angebot und finden den richtigen Content für Sie:

[programmvertrieb@healthtv.de](mailto:programmvertrieb@healthtv.de)

## **health tv Redaktion**

Paul-Ehrlich-Str. 1  
Gebäude 5  
22763 Hamburg

Marina Gunesch  
Geschäftsführerin health tv  
[m.gunesch@healthtv.de](mailto:m.gunesch@healthtv.de)

[www.healthtv.de](http://www.healthtv.de)