



170 309
EXEMPLAIRES
DIFFUSION

599 000
LECTEURS
AUDIENCE



Féminin,
30-60 ans



CSP+



Urbains



Revenus élevés



Actifs

N°1 DE LA PRESSE CUISINE

PROMESSE

Défendre la «bonne cuisine», celle qui régale, mais aussi celle qui est «bonne» pour soi et pour la planète : joyeuse, responsable et inspirée. Conjuguer les plaisirs de cuisiner, de consommer et de déguster.

BÉNÉFICE

Cuisiner maison des recettes inventives avec des produits de saison Au fil des numéros de **RÉGAL**, découvrez des recettes gourmandes et créatives, partez à la découverte des terroirs et de leurs spécialités, retrouvez des conseils et astuces de chefs, suivez les dernières tendances culinaires.

Le magazine responsable et inspiré, pour des menus de saison variés et équilibrés.



PLANNING (Sous réserve de modification)

DATÉ	PARUTION	TECHNIQUE
JANVIER-FÉVRIER	02 janvier	02 décembre
MARS-AVRIL	04 mars	02 février
MAI-JUIN	29 avril	27 mars
SPÉCIAL	17 juin	22 mai
JUILLET-AOÛT	1 ^{er} juillet	26 mai
SEPTEMBRE-OCTOBRE	26 août	27 juillet
NOVEMBRE-DÉCEMBRE	28 octobre	24 septembre
SPÉCIAL	12 novembre	28 septembre
JANVIER-FÉVRIER 2027	06 janvier	04 décembre

OFFRE BI•MEDIA (Print + Digital)



ACTIVATION DIGITALE
IMPACT OPTIMAL GARANTI !

Baptiste Mirande
bmirande@mediaobs.com
01 44 88 97 06

CONTACTS

Corinne Rougé
crouge@mediaobs.com
01 44 88 93 70

Sandrine Kirchthaler
skirchthaler@mediaobs.com
01 44 88 89 22

Alexandra Horsin
ahorsin@mediaobs.com
01 44 88 89 12

Jean-Benoit Robert
jbrobert@mediaobs.com
01 44 88 97 79

MEDIAOBS, 44 rue Notre-Dame-des-Victoires, 75002 Paris - 0144 88 9770

Conditions Générales de Vente disponibles sur notre site ou sur simple demande : www.mediaobs.com/titre/regal

www.MEDIAOBS.com

EMPLACEMENTS

STANDARDS	QUADRI
Simple Page	15 200
Double Page	30 400
1/2 Page	9 150
1/4 Page	6 100

PRÉFÉRENTIELS	QUADRI
SIMPLE PAGE	
4 ^e de couverture	29 300
2 ^e de couverture	25 000
3 ^e de couverture	23 400
Face édit	22 300
1 ^{er} Recto	19 900
2 ^e Recto	19 300
3 ^e Recto	18 850
4 ^e Recto	18 500
5 ^e Recto	17 900
Recto 1 ^{er} cahier	17 000
Recto 2 ^e cahier	15 800

ENCARTS

POUR 1000 EX.	RÉGIONAL
2 pages	70
4 pages	85
6 pages	115
8 pages	130
12 pages	150
Au delà	Nous consulter

Minimum asilage : 50 000 euros HT Net Net

FRAIS TECHNIQUES D'ENCARTAGE

POUR 1000 EX.	BROCHÉ	JETÉ*
	20	35

*Merci de nous consulter pour toute opération d'encartage spécifique (les tarifs s'entendent hors pliages, hors minimags et hors collages).

QTÉ À FOURNIR	NATIONAL	ABONNÉS
Nb. d'encarts	220 000 ex.	90 000 ex.

MAJORATION

	+15%
--	------

Emplacements de rigueur, emplacements conjugués, bons à découper, exclusivité dans la page, publi-communiqué,...

SURTAXE POSTALE	2,05/KG
-----------------	---------

REMISES ET DÉGRESSIFS

VOLUME	
Jusqu'à 32 500 €	5%
De 32 501 à 45 500 €	8%
De 45 501 à 65 000 €	12%
Au-delà de 65 000 €	15%

Tout annonceur s'engageant dans le magazine de janvier à décembre 2026 sur un nombre de parutions défini bénéficiera d'un dégressif selon le barème ci-dessus. Il s'applique sur le C.A. brut H.T. des pages, des droits d'asile des encarts, hors frais techniques et surtaxe postale.

AUTRES DÉGRESSIFS

NOUVELLE MARQUE	3%
-----------------	----

Ce dégressif s'applique uniquement sur le premier ordre d'insertion concernant l'année 2026 pour tout annonceur n'ayant pas communiqué en 2025 dans le titre ou dans un de ses hors-séries.

FIDÉLITÉ PROGRÈS	
< 100	2%
De 100 à 150	4%
> 150	6%

Ce dégressif s'applique pour tout annonceur présent en 2025 et 2026.

CUMUL DE MANDATS	3%
------------------	----

Ce dégressif s'applique à toutes les insertions ou encarts (à l'exception des frais techniques d'encartage, frais postaux et achat d'exemplaires en nombre) pour lesquels un mandataire a traité au moins 2 annonceurs dans le magazine. Ce dégressif, accordé en cours d'ordre, s'additionne aux dégressifs volumes et autres, la somme de ces dégressifs s'applique sur le brut tarif H.T.

REMISE PRO.	15%
-------------	-----

La remise professionnelle est accordée aux annonceurs ayant accrédité un mandataire professionnel auprès du titre pour leur achat d'espace (attestation de mandat signée par l'annonceur exigée). Elle s'applique sur le chiffre d'affaires net hors taxes, tous dégressifs tels que précédemment calculés déduits. Elle ne s'applique pas sur les frais techniques, les frais postaux et l'achat d'exemplaires en nombre, ni sur les échanges marchandises.



INFORMATIONS TECHNIQUES

Page	Double page	1/2 page L	1/2 page H	1/4 page
203 x 275 mm P.P. HS. 205 x 265 mm P.P.	406 x 275 mm P.P. 410 x 265 mm P.P.	203 x 137,5 mm F.U. 205 x 132,5 mm F.U.	101,5 x 275 mm F.U. 102,5 x 265 mm F.U.	101,5 x 137,5 mm F.U. 51,25 x 66,25 mm F.U.

- Remise des éléments : J-30
- Impression : **offset, trame 150**
- Mode de brochage : **dos carré collé**

STUDIO

Camille Plantade

cplantade@mediaobs.com
01 44 88 97 77

ÉLÉMENTS À FOURNIR : PDF 1.3 - Fogra 39L - CMJN - 300 DPI - 300% Taux d'encrage max.

Rajouter 5 mm de rogne et les traits de coupe pour les formats plein papier. Pour les doubles pages, nous fournir impérativement deux pages simples. Pour la double d'ouverture, prévoir un grecquage de 12 mm (6 mm de chaque côtés).