

# LABELCOPY

»LOSE YOURSELF«



© 2024 ARTWORK:  
ME & THE LION, ASHtunes

Photo: Paul Kruth  
Design: Leo Sieg

## ABOUT

ARTIST	<b>ME &amp; THE LION</b>
TITLE	<b>Lose Yourself</b>
GENRE	<b>Pop International</b>
LANGUAGE	<b>English</b>
RELEASE (VÖ)	<b>SA, 04.05.2024</b>

## META

LABEL	<b>ASHtunes</b>
LABEL CODE (LC)	<b>24387</b>
ISRC	<b>DENU82400001</b>
FORMAT AUDIO	<b>WAV Stereo, 16/24 Bit, 44.1khz</b>
FORMAT VIDEO	<b>MOV Cinemascope, 4K</b>
CONFIGURATIONS	<b>Single (audio), Single (video)</b>
TOTAL DURATION	<b>00:03:25</b>
GEMA WERKE-NR.	

## CREDITS

LYRICS	<b>Anika Sieg geb. Bollmann</b>	VOCALS	<b>Anika Sieg geb. Bollmann</b>
COMPOSITION	<b>Anika Sieg geb. Bollmann</b>	GUITARS	<b>Leo Sieg</b>
ARRANGEMENT	<b>Anika Sieg, Leo Sieg</b>	BASS	<b>Leo Sieg</b>
RECORDING	<b>Leo Sieg</b>	DRUMS	<b>Leo Sieg</b>
MIXING	<b>Leo Sieg</b>	PIANO	<b>Thomas Krüger</b>
MASTERING	<b>Leo Sieg</b>	CELLO	<b>Hagen Kuhr</b>
PRODUCER	<b>Leo Sieg, Anika Sieg</b>		

[English below↓]

»**Lose Yourself**« ist eine emotionale und zugleich kraftvolle Ballade, die Musik und mentale Gesundheit miteinander verbindet. Sie thematisiert Co-Abhängigkeit und zeigt auf, wie man sich in ungesunden Beziehungen verlieren und sich wieder daraus befreien kann. „Es ist wie das Einatmen von Kohlenmonoxid. Oft merkt man erst zu spät, dass etwas nicht stimmt.“ - so Songwriterin Anika.

**ME & THE LION** bieten nicht nur Unterhaltung, sondern vermitteln auch eine wichtige Botschaft. In einer Zeit, in der die Auseinandersetzung mit mentaler Gesundheit immer bedeutender wird, brechen sie Tabus und setzen ein Zeichen für Offenheit und Verständnis.

Weitere Informationen: [www.meandthelion.de](http://www.meandthelion.de)

---

“**Lose Yourself**” is an emotional yet powerful ballad that combines music and mental health. It addresses co-dependency and shows how you can lose yourself in unhealthy relationships and free yourself from them. “It's like breathing in carbon monoxide. You often don't realize until it's too late that something is wrong,” - says songwriter Anika.

**ME & THE LION** not only offer entertainment, but also convey an important message. At a time when dealing with mental health is becoming increasingly important, they are breaking taboos and setting an example of openness and understanding.

Further information: [www.meandthelion.com](http://www.meandthelion.com)