

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала CNM



@cnmrus

🎓 Лондонский Колледж Натуропатической Медицины CNM — ведущий в Великобритании и Европе колледж в сфере нутрициологии и натуропатии Узнать все о поступлении и обучении в CNM:...

ПОДПИСЧИКИ

5 909

-15 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

9.0%

за сутки 3.5%

ОХВАТ/ПОСТ

493

рекл. охват 206/24ч

— СОДЕРЖАНИЕ · 2026

Что внутри отчёта

01 Снимок канала

12 ключевых метрик · AI-резюме

02 Контент-анализ

Топ-5 постов · худшие 3 · выводы

03 Динамика подписчиков

График за год · прирост

04 Цитируемость

Кто и как упоминает канал

05 Рекламный потенциал

Как долго пост приносит охват

06 Конкуренты

Соседи по нише · ваше место

07 Динамика упоминаний

6 месяцев · ежемесячно

08 Сравнение с нишей

Позиция в категории «Образование»

09 Стратегия

5 приоритетных действий

РАЗДЕЛ 01 · СНИМОК КАНАЛА

Ключевые показатели канала

Каждая карточка — отдельный индикатор здоровья канала. Подзаголовок под цифрой говорит, за какой период она посчитана.

👤 подписчики 5 909 —	👁️ охват поста 8.34% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 493 медиана 476 · 10 дней	📅 постов/нед. 3.2 за период
💖 реакц./пост 5.8 всего 29 реакц., 26 реп., 3 комм.	📄 длина поста 651 зн. медиана 566 · 10 дней	⭐ постов в анализе 5 10 дней	📈 рекл. охват 206 среднее за 24ч
💖 отток / месяц -15 за последний месяц	📄 цитируемость 18 индекс цитирования · 59 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 7 месяцев создан 25.02.2022	

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «CNM» — 5 909 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 493 человек (8% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 3 постов в неделю (~0 в день) — редкие публикации.

РАЗДЕЛ 02 · КОНТЕНТ-АНАЛИЗ

Что заходит лучше всего

Топ постов по вовлечению и аутсайдеры — чтобы было видно, что повторять, а что убрать из ротации.

ЧТО ОБЩЕГО У УСПЕШНЫХ ПОСТОВ

- 01 Анализ построен по 5 постам за 10 дней.
- 02 Доминирующий формат — Видео (3/5 постов).
- 03 Средняя длина поста — 651 знаков (медиана 566).
- 04 Пик активности аудитории — пятница, 14:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 1 раз больше просмотров, чем самые слабые (523 в среднем у топа vs 456 у худших) — среди 5 постов за 10 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 04.09 · 11:52 ФОТО Колледж CNM приглашает вас на первый ДЕНЬ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ В КАЗАХСТАНЕ, в городе Алматы. 26 сентября 2026 ⌚ 11:00 —...	ПРОСМ. 598 РЕП. 5 РЕАКЦ. 7 ER 10.1%
№2 03.09 · 19:14 ВИДЕО 📺 МИФЫ О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ: Эфир с семейным нутрициологом Ольгой Артемасовой. 🗣 Ведущая эфира: Анна Строганова, нутрициолог-терапевт...	ПРОСМ. 497 РЕП. 14 РЕАКЦ. — ER 8.4%
№3 11.09 · 16:37 ВИДЕО 🏆 CNM получил престижную премию INCAN в области образования уже 6-й год подряд! Мы гордимся тем, что вновь признаны одним из лидеров в...	ПРОСМ. 476 РЕП. 3 РЕАКЦ. 16 ER 8.1%

№4 10.09 · 14:45 ВИДЕО Станьте квалифицированным нутрициологом-терапевтом с британским дипломом! 🧑🍳 Запишитесь на консультацию по обучению — @CNMinternational ...	ПРОСМ. 460 РЕП. 2	РЕАКЦ. — ER 7.8%
№5 14.09 · 16:42 ФОТО Колледж CNM приглашает вас на первый ДЕНЬ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ В КАЗАХСТАНЕ, в городе Алматы. July 17 26 сентября 2026 🕒 11:00 —...	ПРОСМ. 434 РЕП. 2	РЕАКЦ. 6 ER 7.3%

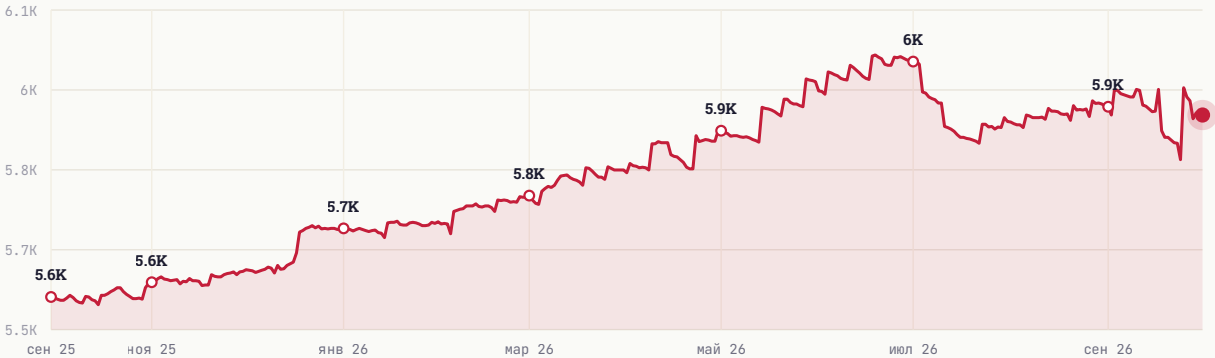
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 11.09 · 16:37 ВИДЕО 🏆 CNM получил престижную премию IHCAN в области образования уже 6-й год подряд! Мы гордимся тем, что вновь признаны одним из лидеров в...	ПРОСМ. 476 РЕП. 3	РЕАКЦ. 16 ER 8.1%
↓ 10.09 · 14:45 ВИДЕО Станьте квалифицированным нутрициологом-терапевтом с британским дипломом! 🧑🍳 Запишитесь на консультацию по обучению — @CNMinternational ...	ПРОСМ. 460 РЕП. 2	РЕАКЦ. — ER 7.8%
↓ 14.09 · 16:42 ФОТО Колледж CNM приглашает вас на первый ДЕНЬ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ В КАЗАХСТАНЕ, в городе Алматы. July 17 26 сентября 2026 🕒 11:00 —...	ПРОСМ. 434 РЕП. 2	РЕАКЦ. 6 ER 7.3%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.

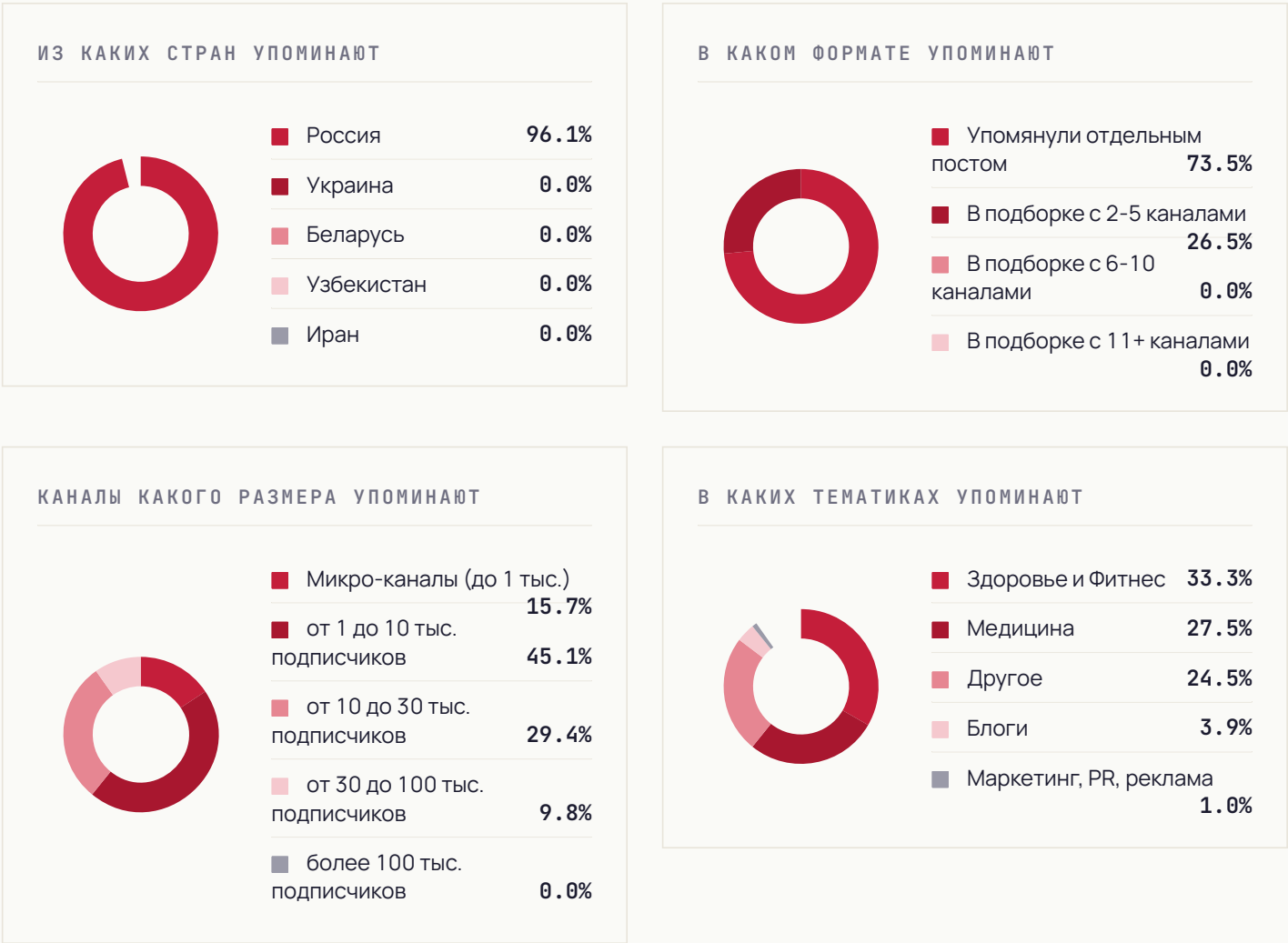


НАЧАЛО ПЕРИОДА	СЕЙЧАС	ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ
5 576	5 910	+334

— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

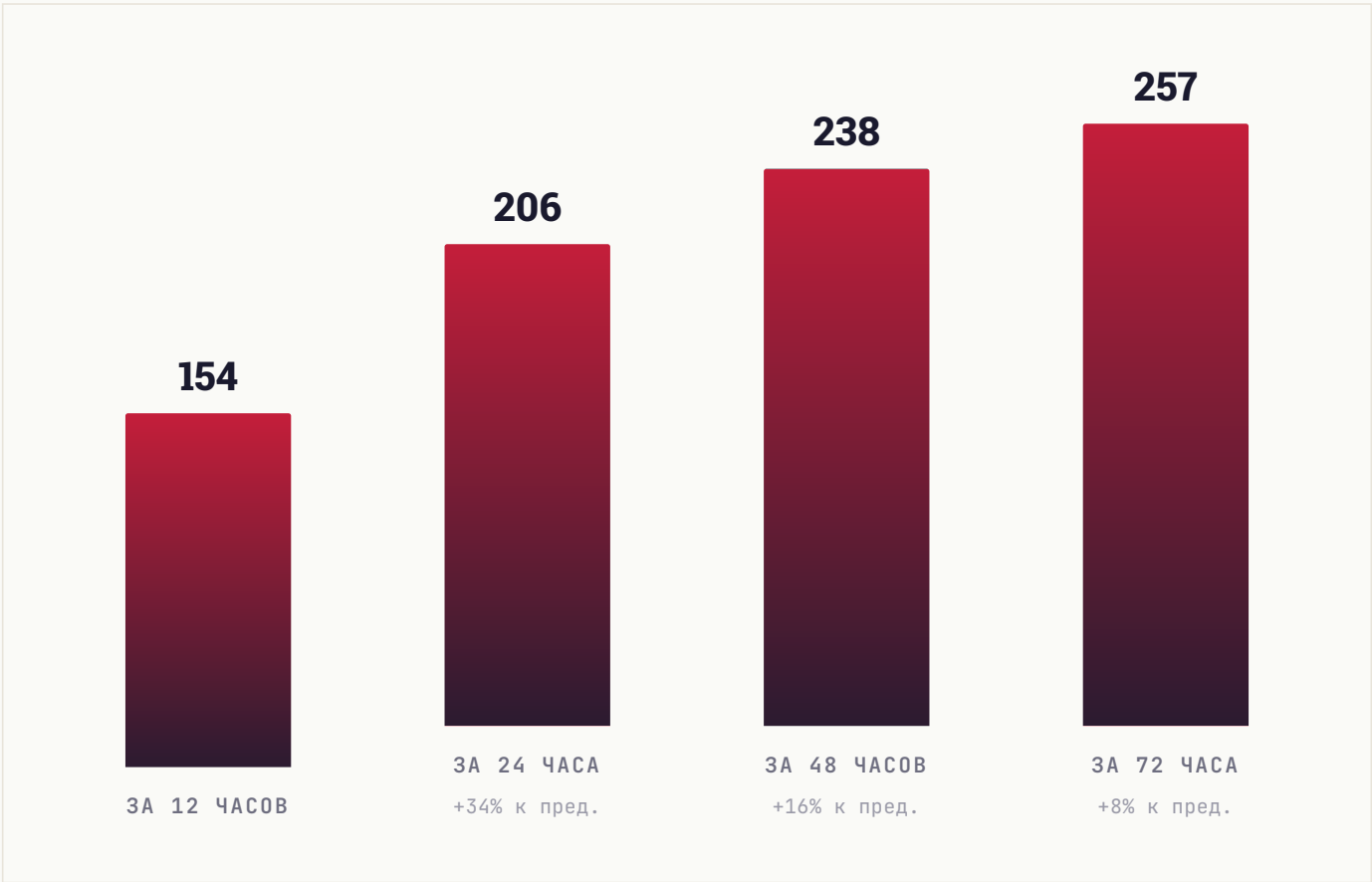
Индекс цитирования **18** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **59** разных каналов.



— РАЗДЕЛ 05 · РЕКЛАМНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

Как долго пост приносит охват

Средний охват рекламного поста по времени с публикации. Помогает оценить, сколько имеет смысл «жить» размещению.



— РАЗДЕЛ 06 · КОНКУРЕНТЫ

С кем вы конкурируете

8 ближайших каналов по тематике и аудитории. Подсветили ваш канал — видно, какое место он занимает среди соседей по нише.

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
уо УОМ	16.4K
мо Mornatural_store	15K
вн Высшее нутрициологическое	12.3K
иф Ирина Фаритова Нутритерапевт  CNM коуч  IIN	11.1K
мз Матрица здоровья УОМ	9.3K
сн CNM вы	5.9K
го Gourmanistic	4.9K
yj УОМ Just do eat	3.2K

| СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в нижней трети подборки (6-е место из 8). Крупнее — 5 каналов (лидер: УОМ, 16.4K); это ориентиры для роста, к ним заходим через платные размещения или партнёрские проекты. Мельче — 2 канала, для них вы уже партнёр-лидер.

— РАЗДЕЛ 07 · ДИНАМИКА УПОМИНАНИЙ

Как часто канал упоминают

Ежемесячно мы фиксируем посты в других каналах, где упомянули ваш канал.
За последние **6 месяцев** таких упоминаний было **8**, а канал за это время прибавил **584** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Апрель 2026	1	1	153
Март 2026	3	1	114
Февраль 2026	0	0	91
Январь 2026	0	0	53
Декабрь 2025	3	1	113
Ноябрь 2025	1	1	60

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
8	6	584

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **217 каналов** категории «Образование» от 2 тыс. до 18 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#131 / 217

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 131 из 217 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых по одному показателю — **индекс цитирования**. Это то, на чём стоит строить рост.

— РАЗДЕЛ 09 · СТРАТЕГИЯ

Что делать прямо сейчас

5 приоритетных действий, расставленных по ожидаемому эффекту. Можно отметить как чек-лист и вернуться к этому отчёту через месяц.

01

Увеличить частоту публикаций

Сейчас 3.2 постов/нед. У активных каналов норма 7-10. Регулярность — главный фактор удержания аудитории.

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в пятницу

В этот день и в 14:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

03

Системная закупка трафика

Три формата для вашего медиа: **Inhouse** (премиальные каналы), **Native** (естественные интеграции), **Premium** (целевая аудитория). PromptPress подбирает источники под нишу.

ЭФФЕКТ

**объём под
задачу**

04

Тестировать опросы и интерактивные форматы

Posts с опросами/реакциями обычно дают +5-15% к ER. Один опрос в неделю на «горячую» тему — лёгкая точка роста.

ЭФФЕКТ

+5-15% ER

05

Кросс-промо с соседними каналами

Раз в квартал обмениваться постами с каналами того же сегмента. Не нужно делать каждый день — 2-3 коллабы дают релевантный прирост.

ЭФФЕКТ

**Прирост из
релевантной
аудитории**

★ ЧТО ДАЛЬШЕ

Хотите, чтобы это сделал **PromptPress**?

Этот аудит мы сделали за несколько минут на основе публичных данных. Если хочется идти дальше, запустите рекламу через нас и закройте план роста за месяц.

01	Запустить рекламу в Telegram	https://panel.promptpress.com/register
----	---	---

02	Связаться с менеджером	t.me/PromptPress_manager
----	-------------------------------	---
