

— ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала КОСТЯ КОРТИЗОЛ ®



@cortisoljeans

www.cortisoljeans.ru Отзывы - <https://t.me/feedbackcortisol>
Поддержка - @cortisolsupportbot Группа в вк - <https://vk.com/cortisolj> РКН: № 6913942744

ПОДПИСЧИКИ

56 573

+28953 за месяц

ERR (% ВИДЯТ
ПОСТЫ)

50.0%

за сутки 32.3%

ОХВАТ/ПОСТ

27.7K

рекл. охват 18.3K/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 «Мода и красота»
- 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 56 573 —	👁️ охват подписчиков 49.02% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 27.7K медиана 27.5K · 29 дней	📅 постов/нед. 29.3 за период
📈 тренд 7д +5.4% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 494.0 всего 61 259 реакц., 4 152 реп., 14 859 комм.	📄 длина поста 134 зн. медиана 77 · 29 дней	☆ постов в анализе 124 29 дней
📈 рекл. охват 18.3K среднее за 24ч	💖 отток / месяц +28953 за последний месяц	📄 цитируемость 37 индекс цитирования · 66 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 1 год 10 месяцев создан 03.10.2024

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «кость кортизол ®» — 56 573 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 27.7K человек (49% от подписчиков), это широкий охват для канала такого размера. Публикует 29 постов в неделю (~4 в день) — активный режим публикаций. За неделю 10–16 августа охваты выросли на +5.4% к неделе 3–9 августа — позитивная динамика.

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 124 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Текст (62/124 постов).
- 03 Средняя длина поста — 134 знаков (медиана 77).
- 04 Пик активности аудитории — понедельник, 21:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (42К в среднем у топа vs 22.6К у худших) — среди 124 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 17.08 · 18:42 ВИДЕО КОНКУРС + ОТКРЫТИЕ ПРОДАЖ ГОЛУБЫХ ДЖИНС Открытие продаж 21 августа в 20:00 (по МСК) Цена первый час после открытия продаж: Голубые...	ПРОСМ. 42 473 РЕП. 652 РЕАКЦ. 1 401 ER 75.1%
№2 07.08 · 07:43 ВИДЕО Плачу 2.500.000Р тому, кто оденет Мистера Биста в мои Джинсы Морской Клёш!😡 Видео нихуя не шуточное, я реально выплачу эту сумму. Условие...	ПРОСМ. 42 065 РЕП. 210 РЕАКЦ. 727 ER 74.4%
№3 25.07 · 16:52 ФОТО Ресток черных Бэгги Джинс и Джинс Морской Клёш Открытие продаж 1 августа в 20:00 (по МСК) Цена первые 24 часа после открытия...	ПРОСМ. 41 529 РЕП. 425 РЕАКЦ. 244 ER 73.4%

№4 12.08 · 16:37 ФОТО Джинсовая рубашка на молнии Открытие продаж 15 августа в 20:00 (по МСК) Цена первые 4 часа после открытия продаж: 7290₽ ->...	ПРОСМ. 41 523 РЕП. 138	РЕАКЦ. 216 ER 73.4%
№5 06.08 · 17:04 ФОТО Джинсовая рубашка с коротким рукавом Открытие продаж 9 августа в 20:00 (по МСК) Цена первые 4 часа после открытия продаж: 6390₽ ->...	ПРОСМ. 37 997 РЕП. 106	РЕАКЦ. 157 ER 67.2%

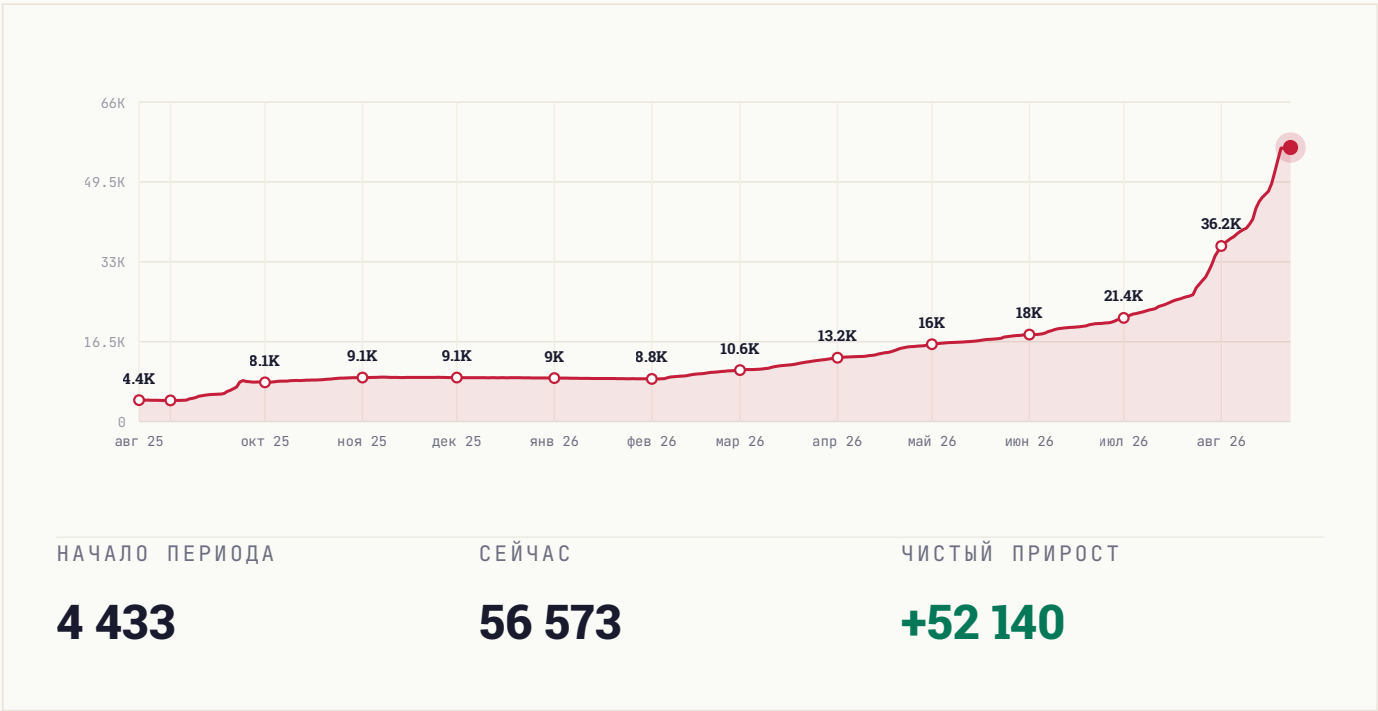
ХУДШИЕ 3

↓ 15.08 · 16:56 ТЕКСТ Дропаю?	ПРОСМ. 22 892 РЕП. —	РЕАКЦ. 117 ER 40.5%
↓ 01.08 · 16:54 ТЕКСТ 700 комментариев с просьбой подобрать размер, вы ёбнулись?	ПРОСМ. 22 624 РЕП. 3	РЕАКЦ. 135 ER 40.0%
↓ 01.08 · 16:48 ТЕКСТ 13 минут?	ПРОСМ. 22 371 РЕП. —	РЕАКЦ. 72 ER 39.5%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

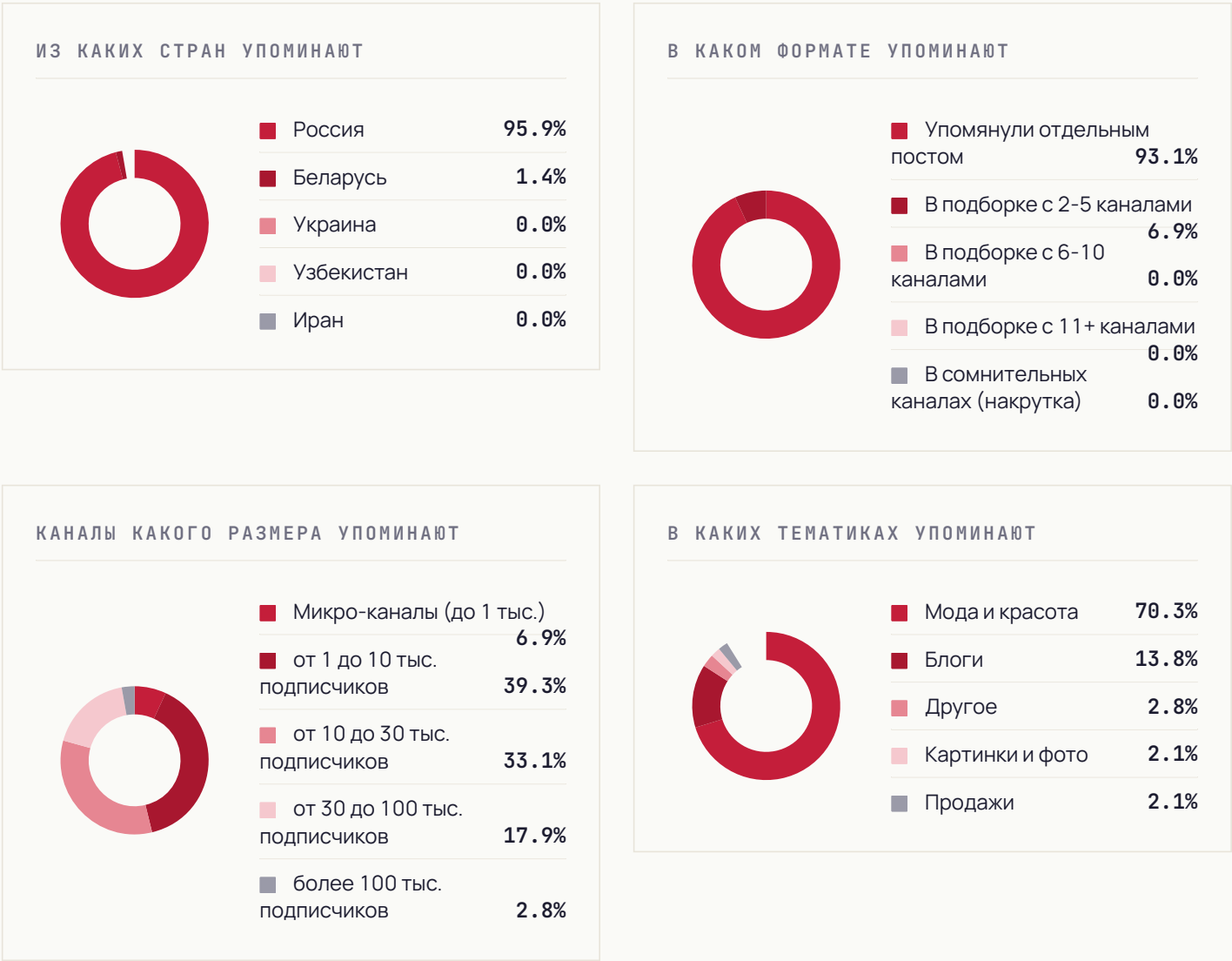
График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

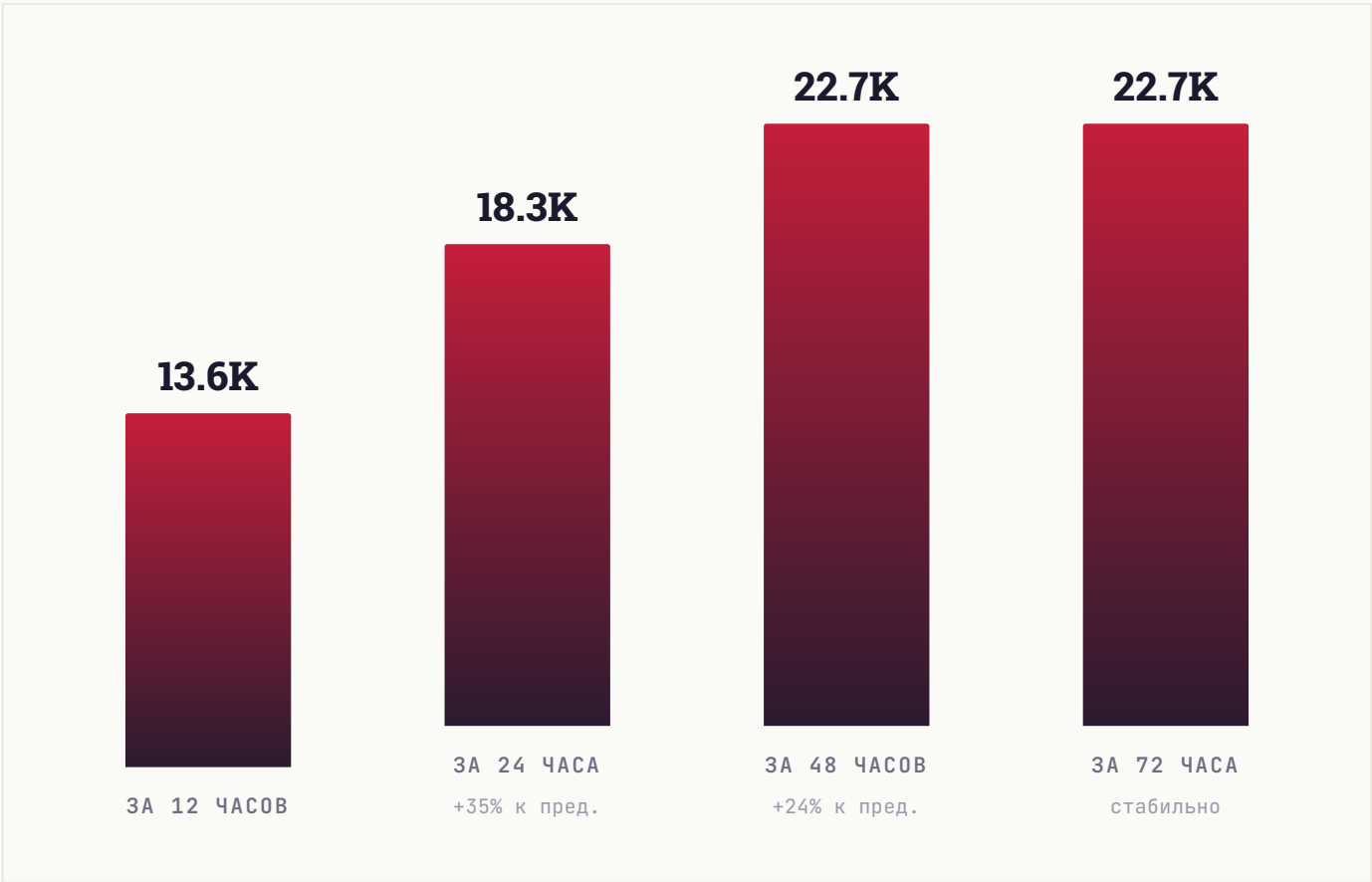
Индекс цитирования **37** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **66** разных каналов.



— 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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
зя Золотое Яблоко	1М
нн Нашла на Wildberries	616.3K
ми MIXIT.RU	570.5K
вт в тренде у девочек	568K
мн Маникюр Ногти	566.4K
ем Елена Mixit	526.9K
нн Находки на Wildberries / WB	523.5K
гд Гимнастика для лица	470.5K
пм По моде Тренды	430.4K
нw Находки WB OZON	411.5K
кк костьа кортизол® вы	56.6K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал пока вне топ-96 ниши — ранняя стадия роста. Лидер ниши — Золотое Яблоко (1М), медиана топ-96: 165.5K. Первая цель — войти в топ-96 через системную работу с трафиком и контентом.

— 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 **28**, они привели **7 110** новых подписчиков.

период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Февраль 2026	1	1	1 761
Январь 2026	0	0	24
Декабрь 2025	0	0	38
Ноябрь 2025	0	0	151
Октябрь 2025	3	3	1 012
Сентябрь 2025	24	17	4 124

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
28	6	7 110

— 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

Главный пост недели — в понедельник

В этот день и в 21:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

Увеличить долю видео-постов

Видео в Telegram удерживает аудиторию дольше и лучше воспринимается алгоритмом. Рекомендуем доводить долю до 15-25%.

ЭФФЕКТ

**Видео лучше
удерживает
аудиторию**

03

Системная закупка трафика

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

ЭФФЕКТ

**+1000-3000
подп.**

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 — то, что мы можем сделать 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
----	-------------------------------	---
