

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Fahrenheit



@fahrenheitplus

Fahrenheit — полезная вода и спортивное питание на каждый день Обратная связь (для пожеланий, предложений и замечаний): @Fahrenheitplus_hello Официальный сайт: www.fahrenheit-plus.ru

ПОДПИСЧИКИ

47 695

+26087 за месяц

ERR (% ВИДЯТ
ПОСТЫ)

12.0%

за сутки 17.3%

ОХВАТ/ПОСТ

6.3K

рекл. охват 8.9K/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 «Здоровье и Фитнес»
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 47 695 —	👁️ охват подписчиков 13.15% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 6.3K медиана 4.1K · 29 дней	📅 постов/нед. 6.0 за период
📈 тренд 7д +592.5% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 22.2 всего 555 реакц., 122 реп., 58 комм.	📄 длина поста 546 зн. медиана 570 · 29 дней	★ постов в анализе 25 29 дней
📈 рекл. охват 8.9K среднее за 24ч	💖 отток / месяц +26087 за последний месяц	📄 цитируемость 40 индекс цитирования · 124 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 3 года 5 месяцев создан 08.02.2023

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Fahrenheit» — 47 695 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 6.3K человек (13% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 6 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 29 июня – 5 июля охваты выросли на +592.5% к неделе 22–28 июня — 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 25 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (12/25 постов).
- 03 Средняя длина поста — 546 знаков (медиана 570).
- 04 Пик активности аудитории — пятница, 17:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 15 раз больше просмотров, чем самые слабые (18.9K в среднем у топа vs 1.3K у худших) — среди 25 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 04.07 · 08:01 ВИДЕО Лето — идеальное время для летних прогулок, лимонадов и создания красивого контента 📸 Вот локации в Москве, где фото получаются особенно...	ПРОСМ. 23 345 РЕП. 20	РЕАКЦ. 48 ER 48.9%
№2 03.07 · 14:04 ФОТО Где найти Fahrenheit в июле 😊 Весь месяц будем на самых ярких спортивных событиях столицы. 4 июля — День Московского спорта Тренировки по...	ПРОСМ. 19 919 РЕП. 13	РЕАКЦ. 32 ER 41.8%
№3 06.07 · 16:31 ФОТО Питер, Дмитрий Неделин и Fahrenheit — идеально 🙌 4 июля прошёл марафон «Белые ночи». На экспо СберПрайм марафона мы вместе с Lamoda...	ПРОСМ. 13 492 РЕП. 5	РЕАКЦ. 49 ER 28.3%

№4 02.07 · 17:35 ФОТО Июнь провожали на Московском марафоне тренировок Fahrenheit был частью масштабного спортивного фестиваля, который собрал 50 тысяч...	ПРОСМ. 11 001 РЕП. 3 РЕАКЦ. 17 ER 23.1%
№5 07.07 · 13:23 ОПРОС (пост без подписи — опрос)	ПРОСМ. 10 430 РЕП. 4 РЕАКЦ. 18 ER 21.9%

|

ХУДШИЕ 3

↓ 24.06 · 12:40 ФОТО Лимонный сезон открыт🍋🍋 Литровый Vitamin Power Boost— теперь в Самокате! Больше объём, больше свежести и летнего настроения в одной...	ПРОСМ. 1 465 РЕП. 3 РЕАКЦ. 24 ER 3.1%
↓ 23.06 · 16:01 ТЕКСТ 24 июня в Москве особенный день для тех, кто давно хотел провести время среди искусства 🏛️ Fahrenheit приглашает посетить Московский музей...	ПРОСМ. 1 225 РЕП. 13 РЕАКЦ. 15 ER 2.6%
↓ 29.06 · 11:35 ВИДЕО Летом отдельный вид удовольствия — это тренировки на свежем воздухе 🏋️ Если вы в Москве и Лужники уже немного надоели, вот несколько...	ПРОСМ. 1 149 РЕП. 3 РЕАКЦ. 20 ER 2.4%

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

5 234

СЕЙЧАС

47 695

ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+42 461

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

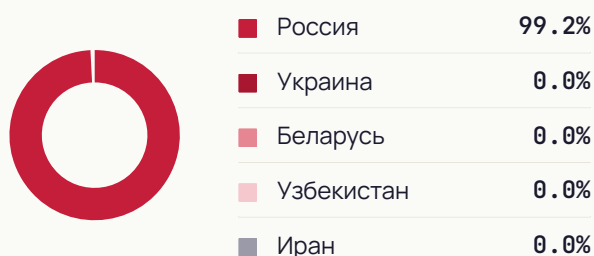
Индекс цитирования **40** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний.

Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала

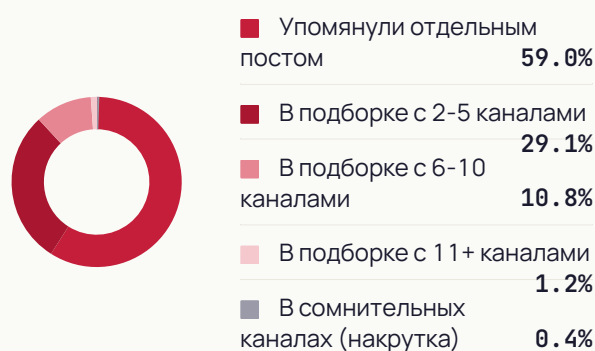
на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время

канал упоминали **124** разных каналов.

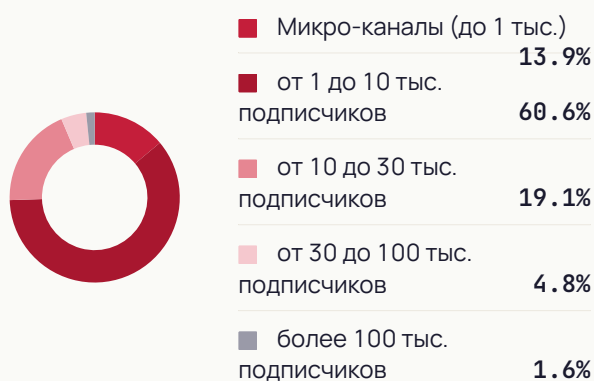
ИЗ КАКИХ СТРАН УПОМИНАЮТ



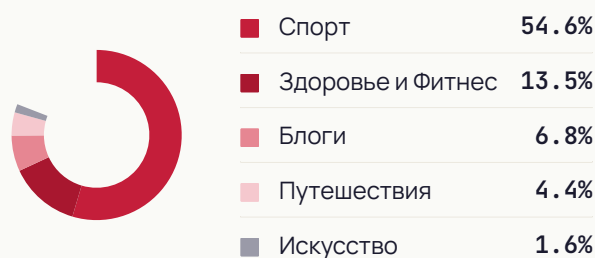
В КАКОМ ФОРМАТЕ УПОМИНАЮТ



КАНАЛЫ КАКОГО РАЗМЕРА УПОМИНАЮТ



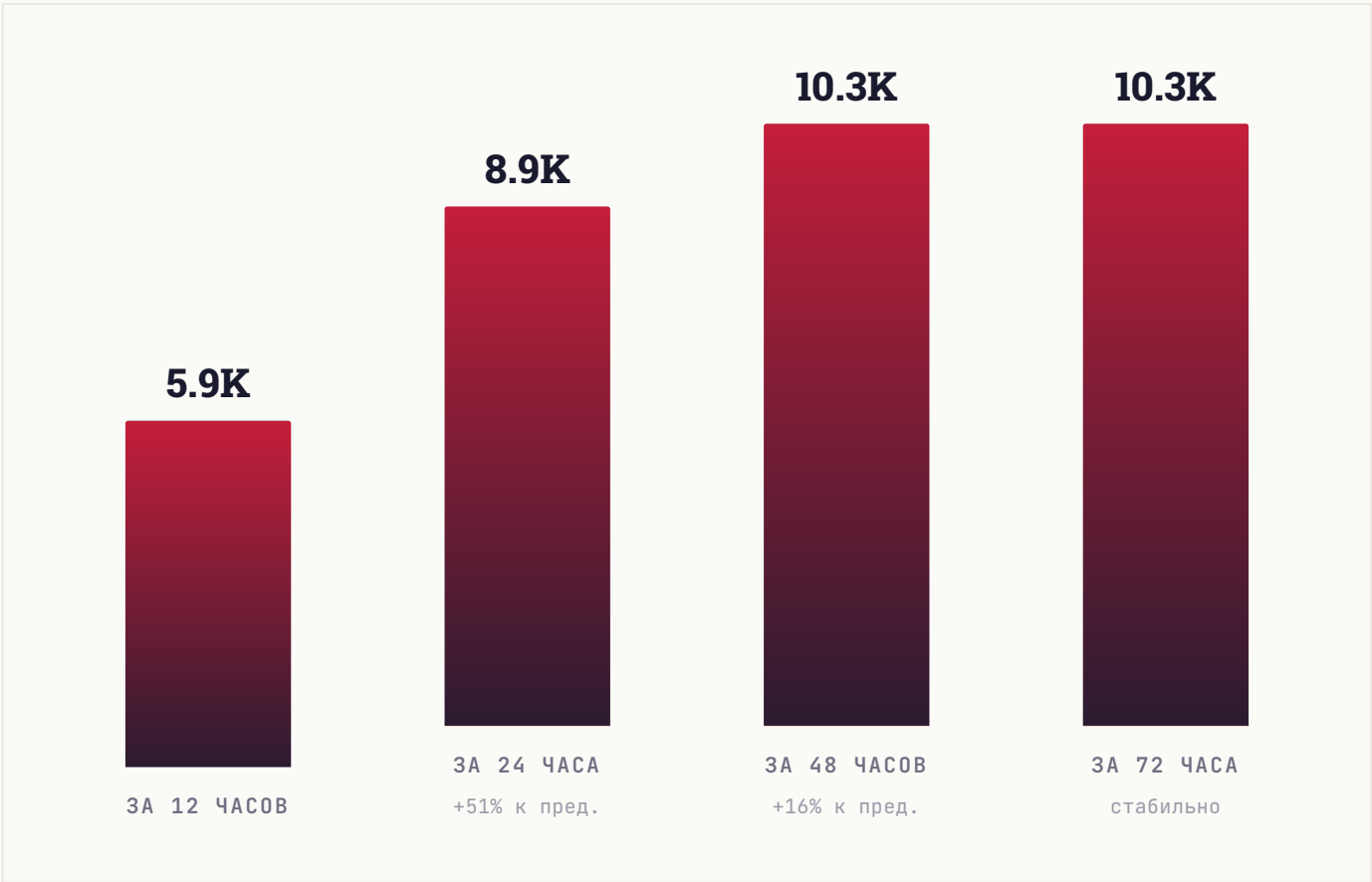
В КАКИХ ТЕМАТИКАХ УПОМИНАЮТ



— 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
DD DIETOLOG DILYA ASLIDDINOVNA RASMIY	1.2M
K3 Контрольная закупка	764.4K
БИ Биохакеры	580.7K
GS GymDeals- Supplements & Whey Protein Offers	536.2K
БИ Биохакинг	531.8K
SL Sport Life	523.4K
ВН Вечность на Тибете	492.3K
НТ Наше тело	480.2K
АУ Алесь Улищенко Врач-остеопат, канд. мед. наук Автор фейспластики	476.4K
БЗ Будем здоровы	447.3K
FA Fahrenheit ВЫ	47.7K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал пока вне топ-97 ниши — ранняя стадия роста. Лидер ниши — DIETOLOG DILYA ASLIDDINOVNA RASMIY (1.2M), медиана топ-97: 166.3K. Первая цель — войти в топ-97 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 **57**, они привели **2 884** новых подписчиков.

период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Январь 2026	2	2	0
Декабрь 2025	17	8	914
Ноябрь 2025	6	5	195
Октябрь 2025	8	7	1 241
Сентябрь 2025	11	10	534
Август 2025	13	13	0

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
57	6	2 884

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Взяли топ-100 каналов категории «Здоровье и Фитнес» (Россия) и посмотрели, как канал выглядит на их фоне. Серая полоса — диапазон, в который попадают 80% каналов ниши (от p10 до p90). Чёрная вертикаль — медиана. Красная точка — ваш канал.



— 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 пятницу

В этот день и в 17:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

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.**

03

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

04

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**

05

Обновить описание канала под поиск Telegram

Telegram-поиск ищет по описанию. Добавьте 3-5 ключевых слов вашей ниши — это источник органического трафика.

ЭФФЕКТ

**Источник
органического
трафика**

★ 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
----	-------------------------------	---
