

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала ФилФитПроект



@filfitproekt

🌐 Авторские туры — ФилФитТур ❤️ Усадьба ФилФит на Изумрудной 🐝 Девичники 📺 On-line тренировки 🏃 Фитнес-программы 🚀 #ФилФитМарафон Болталка тут 👉 <https://t.me/filfitclub> Руководитель...

ПОДПИСЧИКИ

22 190

+22024 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

1.0%

за сутки 0.2%

ОХВАТ/ПОСТ

31

рекл. охват 12/24ч

— 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	Динамика упоминаний 6 месяцев · ежемесячно
07	Сравнение с нишей Позиция в категории «Путешествия»
08	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 22 190 —	👁️ охват поста 0.14% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 31 медиана 30 · 29 дней	📅 постов/нед. 3.6 за период
💖 реакц./пост 4.4 всего 66 реакц., 8 реп., 2 комм.	📄 длина поста 202 зн. медиана 97 · 29 дней	⭐ постов в анализе 15 29 дней	📈 рекл. охват 12 среднее за 24ч
💖 отток / месяц +22024 за последний месяц	📄 цитируемость 0 индекс цитирования · 2 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 1 год 4 месяца создан 23.05.2025	

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «ФилФитПроект» — 22 190 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 31 человек (0% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 4 постов в неделю (~1 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 15 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — **Фото** (8/15 постов).
- 03 Средняя длина поста — **202** знаков (медиана 97).
- 04 Пик активности аудитории — **понедельник, 13:00 MSK**.
- 05 Самые сильные посты собирают в **2 раз** больше просмотров, чем самые слабые (48 в среднем у топа vs 25 у худших) — среди 15 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 07.09 · 10:17 ФОТО (пост без подписи — фото)	ПРОСМ. 69 РЕП. 1	РЕАКЦ. 2 ER 0.3%
№2 10.09 · 11:51 ФОТО Чистое питание 🍷 благодаря https://t.me/FISHFLESH	ПРОСМ. 38 РЕП. 1	РЕАКЦ. 11 ER 0.2%
№3 11.09 · 16:47 ФОТО (пост без подписи — фото)	ПРОСМ. 37 РЕП. —	РЕАКЦ. 8 ER 0.2%

№418.09 · 02:33 **ВИДЕО**
(пост без подписи — видео)

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
35	—
РЕП.	ER
—	0.2%

№518.09 · 02:34 **ТЕКСТ**
!! 5 МЕСТ на программу «ФилФит» Feel your fit — будь в форме 💪 1. Индивидуальная программа 2. On-line сопровождение 3. Off-line...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
35	7
РЕП.	ER
1	0.2%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 16.09 · 12:02 **ВИДЕО**
ФилФитТур — всегда с подарками 🎁

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
28	8
РЕП.	ER
—	0.1%

↓ 28.09 · 16:08 **ФОТО**
✅ Люблю каждый свой проект ✅ Восхищаюсь каждой идеей ✅ Ценю каждый свой диплом ✅ Наслаждаюсь каждым результатом Оказывается, проекту...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
26	3
РЕП.	ER
—	0.1%

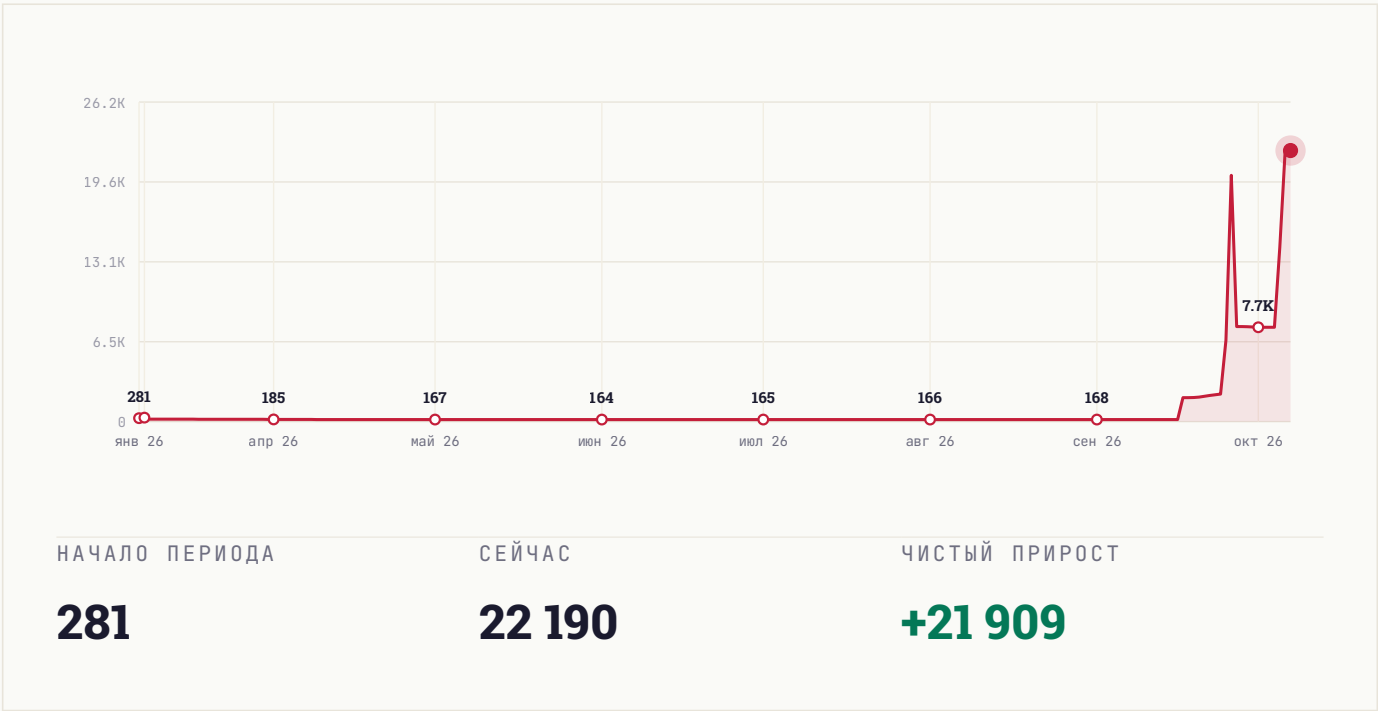
↓ 09.09 · 16:43 **ФОТО**
Всем 🙌 ПРИВЕТ !! 💜 ФилФитТур 🇧🇬 Грузия 27.10 — 1.11 🌐 Места ЕСТЬ !! !! !! Март начало— Байкал 🇷🇺 Март конец — Египет 🇪🇬 Оставляйте свои...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
23	3
РЕП.	ER
—	0.1%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

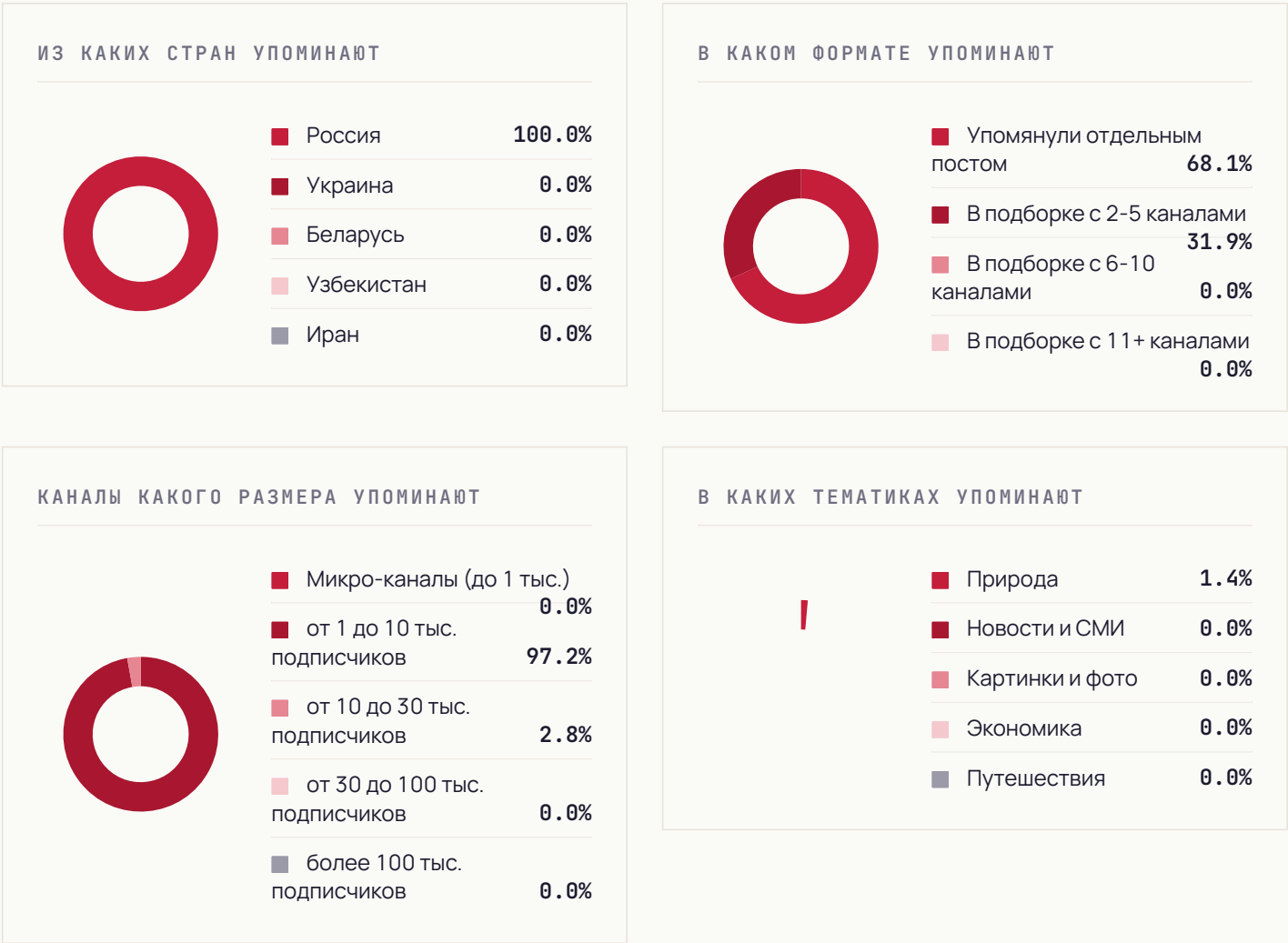
График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

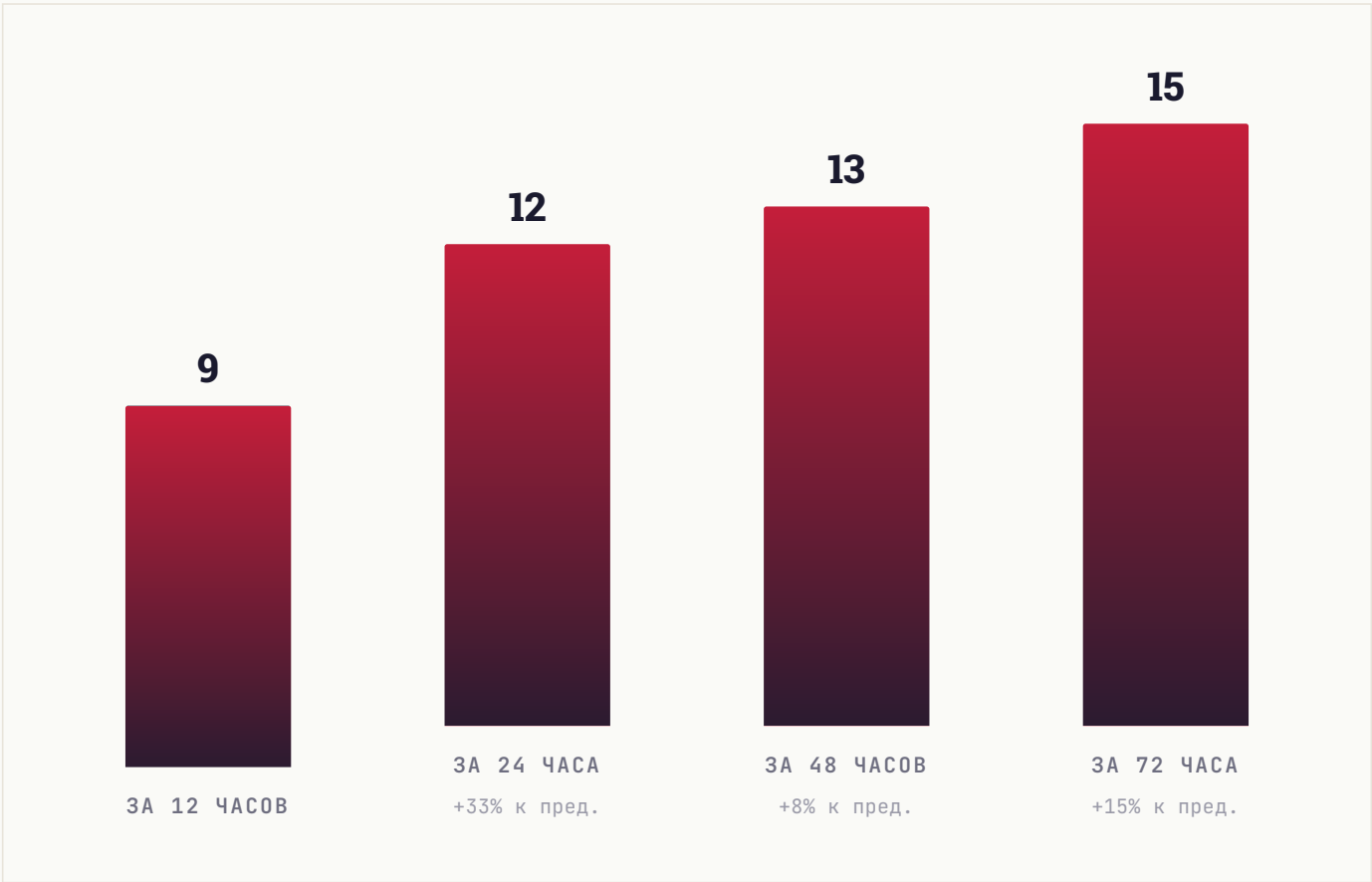
Индекс цитирования 0 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали 2 разных каналов.



— 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 · ДИНАМИКА УПОМИНАНИЙ

Как часто канал упоминают

Ежемесячно мы фиксируем посты в других каналах, где упомянули ваш канал.
За последние **6 месяцев** таких упоминаний было **22**, а канал за это время прибавил **2** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц	
Апрель 2026	2	1	2	
Март 2026	0	0	0	
Февраль 2026	1	1	0	
Январь 2026	7	1	0	
Декабрь 2025	10	1	0	
Ноябрь 2025	2	1	0	

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
22	6	2

— РАЗДЕЛ 07 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **284 канала** категории «Путешествия» от 7 тыс. до 67 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#132 / 284

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ
Место 132 из 284 каналов сопоставимого размера





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

— РАЗДЕЛ 08 · 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 3.6 постов/нед. У активных каналов норма 7-10. Регулярность — главный фактор удержания аудитории.

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в понедельник

В этот день и в 13:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

03

ER ниже бенчмарка ниши — пересмотреть форматы

Текущий ER 0.14% против нормы 7.5%. Стоит протестировать опросы и интерактивные форматы.

ЭФФЕКТ

+7.4пп ER

04

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**

05

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

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