

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала FitnessData: индустрия фитнеса России



@fitnessdataru

Актуальные новости и аналитика фитнес-индустрии России.
Независимый взгляд на рынок фитнес-услуг. Наш сайт - <https://fitnessdata.ru> Реклама на канале @kalinasve Вопросы по аналитике @bormc

ПОДПИСЧИКИ

3 496

14.10.2026
+10 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

23.0%

HTTPS: // PROMTPRESS.COM/AUDIT/FITNESSDATARU
за сутки 10.0%

ОХВАТ/ПОСТ

775

HTTPS: // PROMTPRESS.COM/AUDIT/FITNESSDATARU
рекл. охват 351/24ч

— 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 «Бизнес и стартапы»
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 3 496 —	👁️ охват поста 22.16% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 775 медиана 746 · 28 дней	📅 постов/нед. 6.5 за период
📈 тренд 7д +9.4% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 5.5 всего 149 реакц., 187 реп., 5 комм.	📄 длина поста 940 зн. медиана 1000 · 28 дней	★ постов в анализе 27 28 дней
📈 рекл. охват 351 среднее за 24ч	💖 отток / месяц +10 за последний месяц	📄 цитируемость 11 индекс цитирования · 78 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 5 месяцев создан 06.05.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «FitnessData: индустрия фитнеса России» — 3 496 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 775 человек (22% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. Публикует 6 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 28 сентября – 4 октября охваты выросли на +9.4% к неделе 21–27 сентября — 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 27 постам за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (16/27 постов).
- 03 Средняя длина поста — 940 знаков (медиана 1000).
- 04 Пик активности аудитории — среда, 13:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (1.3К в среднем у топа vs 570 у худших) — среди 27 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 02.10 · 08:01 ФОТО Фитнес-тренеры 2026: не жили богато, нечего и начинать Летом 2026 года мы совместно с большим кругом соавторов (всем большая...	ПРОСМ. 1 607 РЕП. 19	РЕАКЦ. 13 ER 46.0%
№2 19.09 · 08:01 ТЕКСТ Новый выпуск новостей индустрии 🔥 DDX Fitness и Rock the Cycle — о новых моделях фитнес-бизнеса, комьюнити и конкуренции за свободное...	ПРОСМ. 1 336 РЕП. 5	РЕАКЦ. 4 ER 38.2%
№3 23.09 · 10:49 ФОТО Интервью с Ириной Троска (TSFITNESS®) Делимся новым интервью в рамках специального проекта "Бизнес-зал с лидерами отрасли", который мы...	ПРОСМ. 1 064 РЕП. 5	РЕАКЦ. 21 ER 30.4%

№428.09 · 09:07 ТЕКСТ

Что происходит на студийном рынке в 2026 году?
Сложный год для фитнес-бизнеса оказался вдвойне сложным для студийного рынка России. По...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
939	9
РЕП.	ER
6	26.9%

№521.09 · 08:25 ФОТО

👉 Какой прирост ожидают для сопоставимых клубов (LFL) российские фитнес-операторы В начале сентября 2026 года мы провели опрос, в котором...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
864	6
РЕП.	ER
6	24.7%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 09.10 · 08:04 ФОТО

💊 Обзор зарубежных материалов: как GLP-1 влияет на фитнес-бизнес Распространение препаратов GLP-1 (например, Ozempic, Wegovy, Mounjaro)...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
598	4
РЕП.	ER
12	17.1%

↓ 08.10 · 08:01 ТЕКСТ

В конце августа на форуме АОФИсconnect Адаптация состоялась презентация стартапов, которые могут быть полезны для фитнеса — мы стали...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
586	12
РЕП.	ER
10	16.8%

↓ 10.10 · 08:04 ТЕКСТ

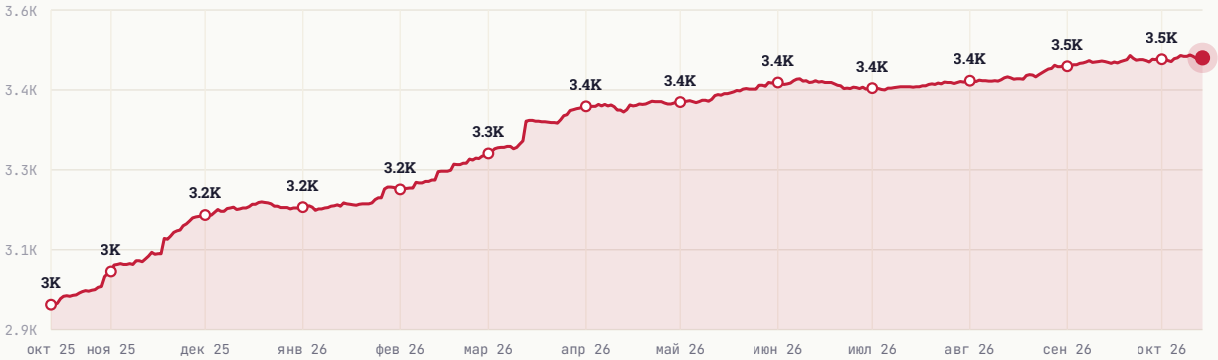
Новый выпуск новостей индустрии 🧑‍💼 Число резюме в фитнес-индустрии выросло на фоне сокращения вакансий В первой половине 2026 года...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
527	1
РЕП.	ER
4	15.1%

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.

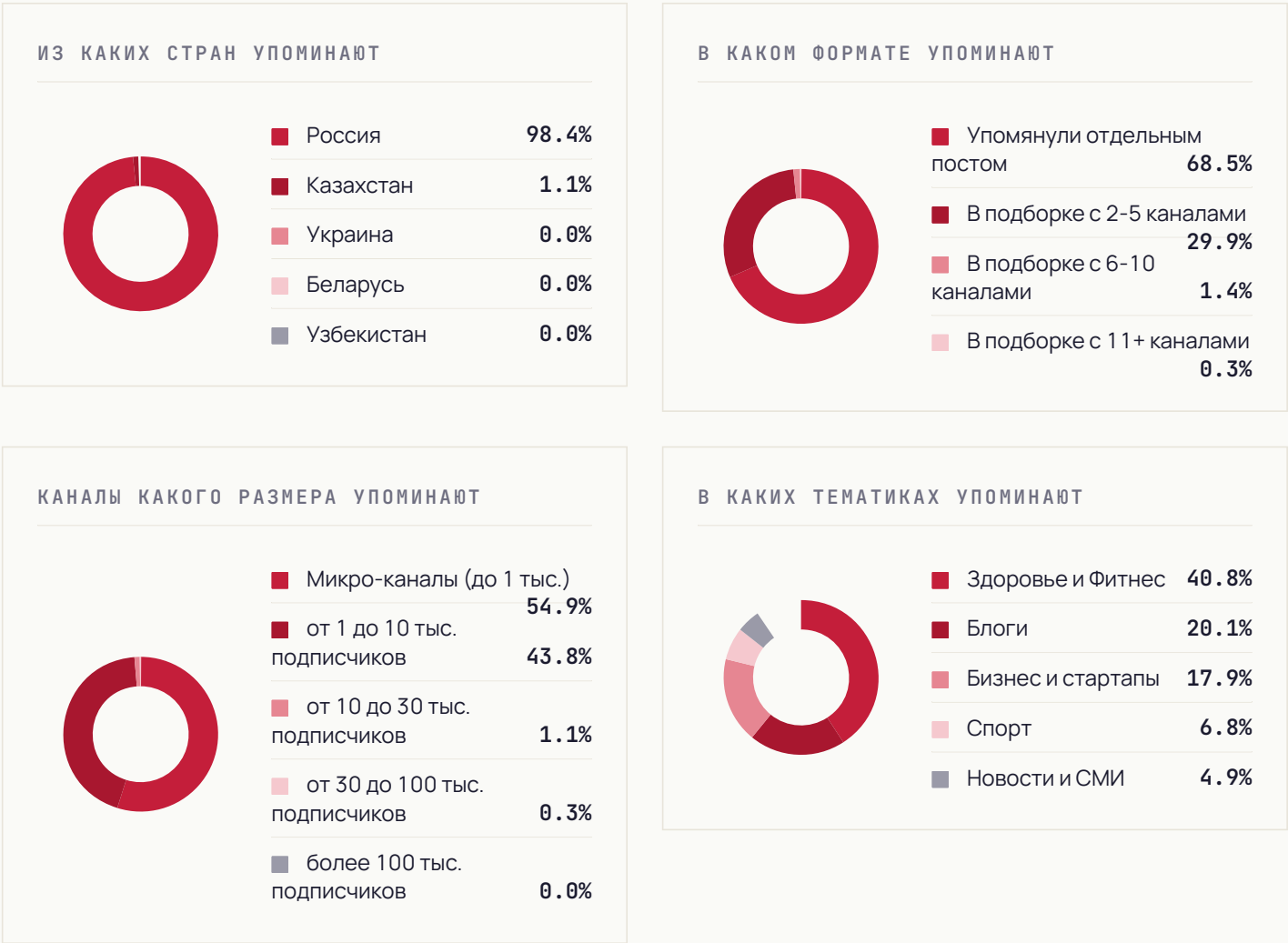


НАЧАЛО ПЕРИОДА	СЕЙЧАС	ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ
2 967	3 496	+529

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

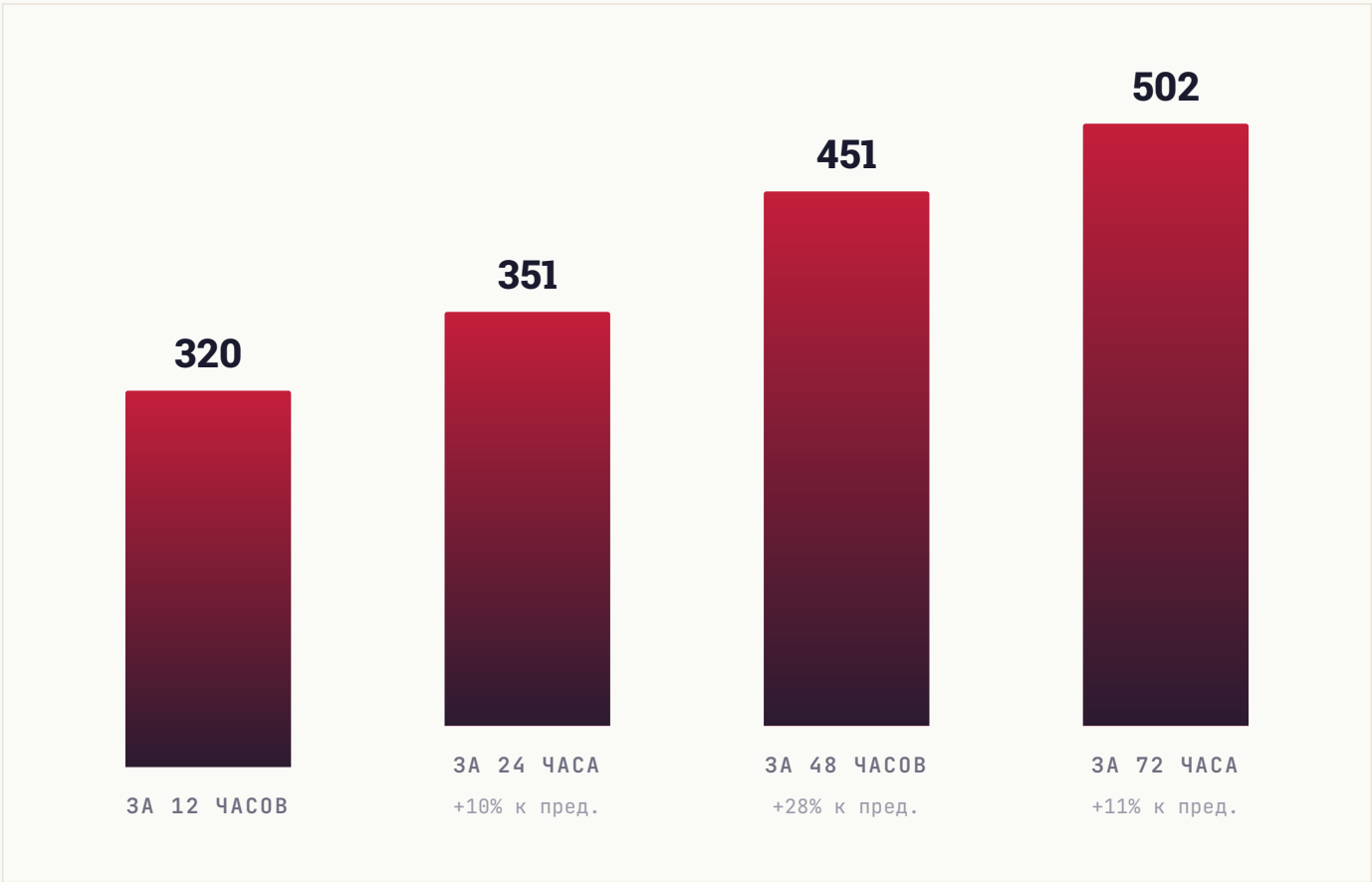
Индекс цитирования **11** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **78** разных каналов.



— 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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
vv Vladimir Voloshin 🚀 SPORT 🚀	5.5K
сп Спортбизнес	4.2K
фи Фитнес.Бизнес	4K
фи FitnessData: индустрия фитнеса России вы	3.5K
фэ Фитнес Эксперт	2.7K
к Коноплёв Маркетинг и продажи услуг	2.3K
ас АОФИ channel	2K
вб владельцы бизнесов в сфере фитнеса, бьюти и спа (канал от фитмоста)	1.4K
н Haunds PRO фитнес-бизнес	1K
пб про бизнес в фитнесе с Киселевой	867

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (4-е место из 10). 3 канала крупнее, 6 — мельче. Хорошие варианты для взаимного размена постов в обе стороны: **наверх — чтобы вырасти, вниз — чтобы помочь меньшим коллегам.**

— 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 **38**, а канал за это время прибавил **477** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Апрель 2026	5	4	42
Март 2026	9	7	115
Февраль 2026	6	5	78
Январь 2026	4	2	64
Декабрь 2025	7	4	43
Ноябрь 2025	7	6	135

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
38	6	477

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **180 каналов** категории «Бизнес и стартапы» от 1 тыс. до 10 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#154 /180

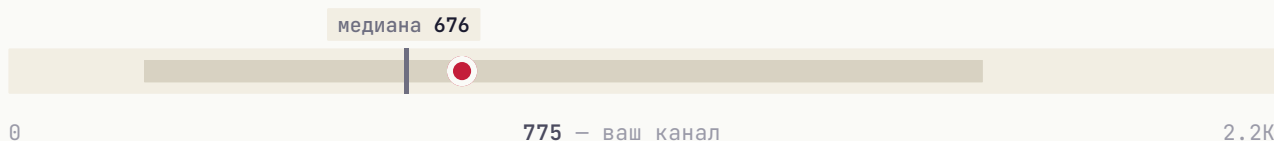
ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 154 из 180 каналов сопоставимого размера

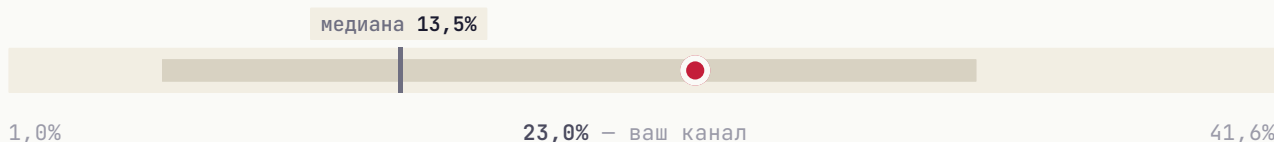
ПОДПИСЧИКИ

в пределах группы, ниже середины


СРЕДНИЙ ОХВАТ / ПОСТ

выше середины группы


ВОВЛЕЧЁННОСТЬ (ER)

выше середины группы




Канал обгоняет большинство сопоставимых сразу по нескольким показателям:

средний охват / пост, вовлечённость и индекс цитирования.

— 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 среда

В этот день и в 13:00 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

**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
----	-------------------------------	---
