

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Гастроблогер Даниэль Хоменок



@gastroblogger

Канал гастроблогера Даниэля Хоменок – Посла доброй воли
Гастрономической книги рекордов России 📖 По рекламе: <https://clc.li/ilnHx> <https://clck.ru/3Q8dqx> и @Anna_Katalina Канал о еде:...

ПОДПИСЧИКИ	ERR (% ВИДЯТ ПОСТЫ)	ОХВАТ/ПОСТ
100 192	12.0%	16.2K
25.06.2026 -3921 за месяц	HTTPS: // PROMTPRESS.COM/AUDIT/GASTROBLOGGER за сутки 6.5%	рекл. охват 6.5K/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 Сравнение с нишей**
Позиция в категории «Здоровье и Фитнес»
- 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 100 192 —	👁️ охват подписчиков 16.21% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 16.2K медиана 16.3K · 28 дней	📅 постов/нед. 3.2 за период
📈 тренд 7д — нет данных за период	💖 реакц./пост 368.8 всего 4 794 реакц., 651 реп., 106 комм.	📄 длина поста 705 зн. медиана 688 · 28 дней	★ постов в анализе 13 28 дней
📈 рекл. охват 6.5K среднее за 24ч	💖 отток / месяц -3921 за последний месяц	📄 цитируемость 19 индекс цитирования · 58 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 3 года 4 месяца создан 16.02.2023

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Гастроблогер Даниэль Хоменок» — 100 192 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 16.2K человек (16% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. 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 13 постам за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Видео (9/13 постов).
- 03 Средняя длина поста — 705 знаков (медиана 688).
- 04 Пик активности аудитории — среда, 10:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 1 раз больше просмотров, чем самые слабые (17.4К в среднем у топа vs 15.9К у худших) — среди 13 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

| ТОП-5 ПОСТОВ

№1 27.05 · 07:13 ВИДЕО (пост без подписи — видео)	ПРОСМ. 17 824 РЕП. 68	РЕАКЦ. 386 ER 17.8%
№2 27.05 · 13:49 ФОТО Забегал сегодня к Андрею Кайгородову — и не прогадал. Сначала угостил его мантаком с Чукотки (да-да, тем самым — для смелых духом), а потом...	ПРОСМ. 17 477 РЕП. 90	РЕАКЦ. 432 ER 17.4%
№3 09.06 · 16:11 ВИДЕО В Екатеринбурге стартовал уникальный фестиваль «Урал. Музыка. Еда» — он объединил сразу два ярких события: Ural Music Night и фестиваль...	ПРОСМ. 16 856 РЕП. 78	РЕАКЦ. 438 ER 16.8%

№4 05.06 · 13:53 ФОТО Тирамису лимончелло XXL (угощение от команды ресторана Счастливые люди) – щедрая порция десерта с узнаваемым цитрусовым оттенком...	ПРОСМ. 16 717 РЕП. 48	РЕАКЦ. 316 ER 16.7%
№5 02.06 · 11:16 ВИДЕО (пост без подписи – видео)	ПРОСМ. 16 506 РЕП. 84	РЕАКЦ. 356 ER 16.5%

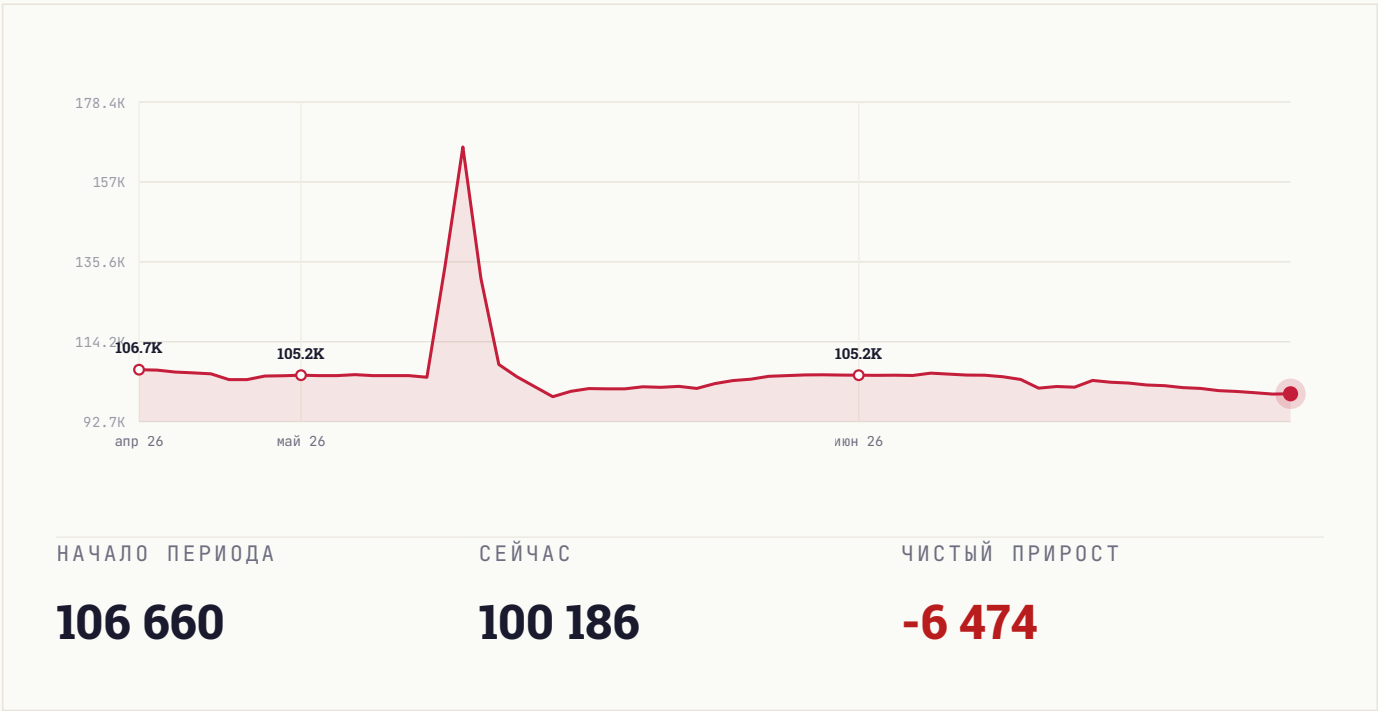
ХУДШИЕ 3

↓ 15.06 · 08:34 ФОТО Только что преодолел путь длиной в 8-часовой перелёт и наконец добрался до Петропавловска-Камчатского. Первое, что сделал по прибытии, –...	ПРОСМ. 15 943 РЕП. 34	РЕАКЦ. 347 ER 15.9%
↓ 22.06 · 13:17 ФОТО Деловой завтрак в Петропавловске-Камчатском – это когда выступаешь перед правительством, первыми лицами и владельцами бизнеса, а внутри всё...	ПРОСМ. 15 863 РЕП. 23	РЕАКЦ. 421 ER 15.8%
↓ 15.06 · 08:37 ВИДЕО (пост без подписи – видео)	ПРОСМ. 15 851 РЕП. 29	РЕАКЦ. 333 ER 15.8%

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

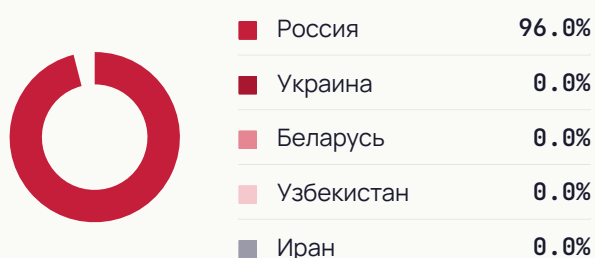
Индекс цитирования **19** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний.

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 **58** разных каналов.

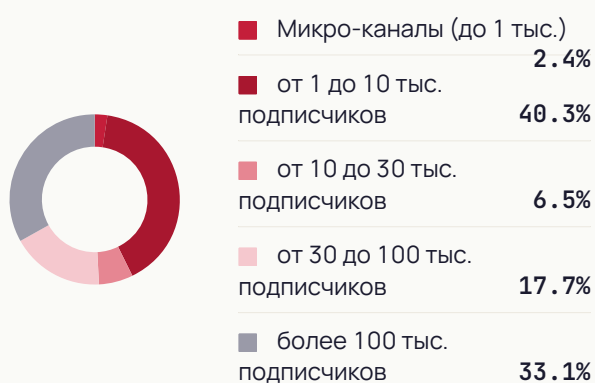
ИЗ КАКИХ СТРАН УПОМИНАЮТ



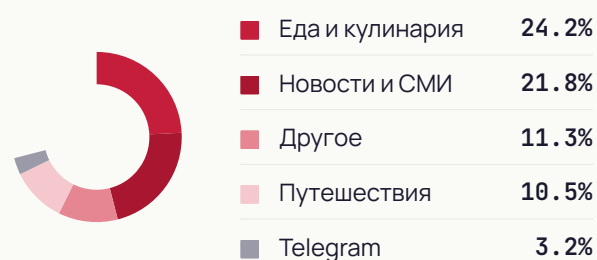
В КАКОМ ФОРМАТЕ УПОМИНАЮТ



КАНАЛЫ КАКОГО РАЗМЕРА УПОМИНАЮТ



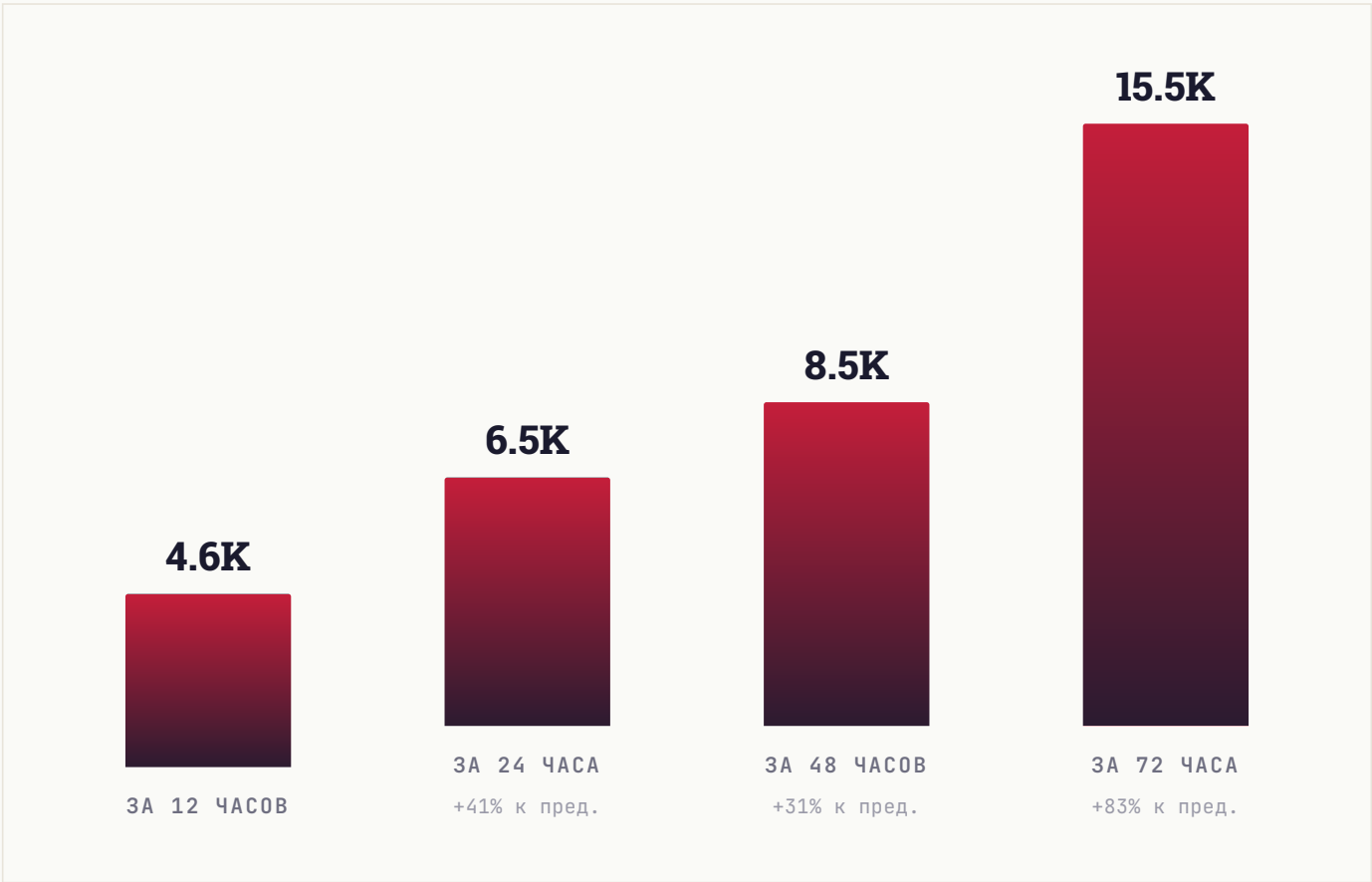
В КАКИХ ТЕМАТИКАХ УПОМИНАЮТ



— 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
кз Контрольная закупка	772.4K
би Биохамеры	585.5K
би Биохакинг	535.2K
sl Sport Life	526.8K
вн Вечность на Тибете	495.9K
нт Наше тело	482.9K
ау Алесь Улиценко Врач-остеопат, канд. мед. наук Автор фейспластики	479.3K
бз Будем здоровы	449.1K
зе Здоровая еда	418.9K
дз Доктор Зубарева / Doctor Zubareva	414.2K
гд Гастроблогер Даниэль Хоменок вы	100.2K

| СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в нижней половине топ-100 ниши (#81 из 96). Медиана ниши — 153.3K подписчиков. Первый KPI роста — выйти на медиану. Лидер: Контрольная закупка (772.4K).

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.

#81/100

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Канал в нижней половине рейтинга

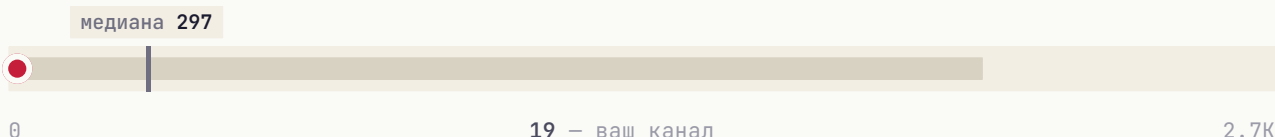
хуже медианы на 36%



лучше 60% ниши



хуже медианы на 94%



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

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в среда

В этот день и в 10:00 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

**+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
----	-------------------------------	---
