

— ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала HAMMER FIT



@hammerfit_club

Официальное сообщество сети фитнес-клубов HAMMER FIT в Новосибирске.

ПОДПИСЧИКИ

3 634

+67 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

39.0%

за сутки **18.1%**

ОХВАТ/ПОСТ

1.4K

рекл. охват **655/24ч**

— 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 **Рекламный потенциал**
Как долго пост приносит охват

05 **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 3 634 —	👁️ охват поста 38.7% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 1.4K медиана 1.4K · 28 дней	📅 постов/нед. 8.5 за период
📈 тренд 7д -22.1% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 16.7 всего 569 реакц., 232 реп., 52 комм.	📄 длина поста 379 зн. медиана 362 · 28 дней	★ постов в анализе 34 28 дней
📈 рекл. охват 655 среднее за 24ч	💖 отток / месяц +67 за последний месяц	📄 цитируемость 0 индекс цитирования · 3 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 6 месяцев создан 27.02.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «HAMMER FIT» — 3 634 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 1.4K человек (39% от подписчиков), это хороший охват. Публикует 8 постов в неделю (~1 в день) — регулярный режим. За неделю 7–13 сентября охваты просели на -22.1% к неделе 31 августа – 6 сентября — стоит разобрать причины.

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 34 постам за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (21/34 постов).
- 03 Средняя длина поста — 379 знаков (медиана 362).
- 04 Пик активности аудитории — вторник, 09:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (1.9К в среднем у топа vs 1К у худших) — среди 34 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 01.09 · 06:24 ФОТО Дорогие друзья! КИРОВА ОТКРЫВАЕТСЯ УЖЕ ЗАВТРА 🥳 За словом «ремонт» скрывался действительно большой объем работ, часть из которых обычно...	ПРОСМ. 1 992 РЕП. 35	РЕАКЦ. 46 ER 54.8%
№2 03.09 · 03:47 ТЕКСТ  Я календарь переверну, и снова на тренировку я иду...	ПРОСМ. 1 974 РЕП. 3	РЕАКЦ. 25 ER 54.3%
№3 03.09 · 03:01 ФОТО В HAMMER FIT можно не только потренироваться, но и собрать свой идеальный сет в фитнес-баре 💪 Хотите больше белка после тренировки?...	ПРОСМ. 1 853 РЕП. 1	РЕАКЦ. 6 ER 51.0%

№4 01.09 · 03:00 ФОТО 1 сентября - отличный повод вспомнить: учиться можно не только за партой. В нашем расписании этой осенью - дисциплины, которые...	ПРОСМ. 1 698 РЕП. 3 РЕАКЦ. 16 ER 46.7%
№5 11.09 · 07:01 ВИДЕО Ну что? Проведем экскурсию? 😊 Мы записали для вас мини-экскурсию по клубу. Ну а для того, чтобы ознакомиться со всеми тренажерами и...	ПРОСМ. 1 623 РЕП. 25 РЕАКЦ. 31 ER 44.7%

|

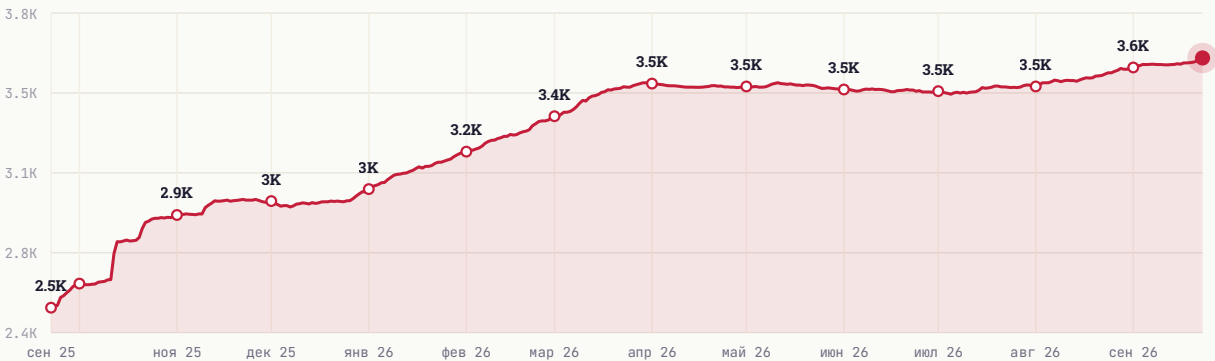
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 09.09 · 06:41 ФОТО Блиц-опрос! ⚡ Как называется данный тренажер на фото? Ответы пишите в комментариях 🙌	ПРОСМ. 1 197 РЕП. 3 РЕАКЦ. 9 ER 32.9%
↓ 20.09 · 09:33 ФОТО 💡 Время становиться сильнее! HAMMER FIT на Фрунзе открывает набор в секцию единоборств для взрослых и детей! 🏆 Здесь начинается путь к...	ПРОСМ. 965 РЕП. 2 РЕАКЦ. 6 ER 26.6%
↓ 20.09 · 11:01 ФОТО Продли лето вместе с HAMMER FIT ☀ Даже если за окном уже не летняя погода, красивый оттенок загара можно поддерживать круглый год. В...	ПРОСМ. 955 РЕП. 3 РЕАКЦ. 7 ER 26.3%

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

2 503

СЕЙЧАС

3 634

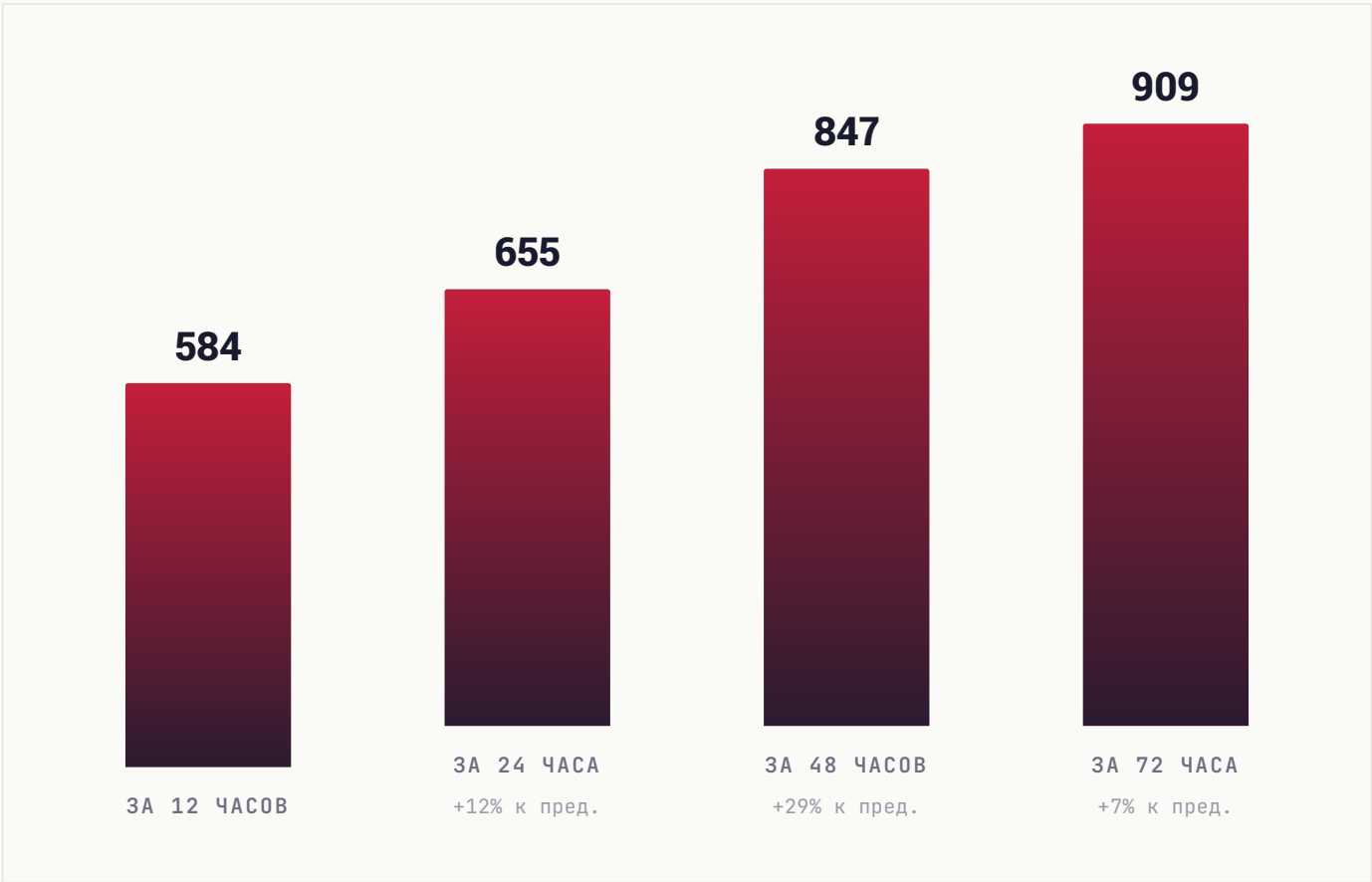
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+1 131

— РАЗДЕЛ 04 · РЕКЛАМНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

Как долго пост приносит охват

Средний охват рекламного поста по времени с публикации. Помогает оценить, сколько имеет смысл «жить» размещению.



— РАЗДЕЛ 05 · 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 вторник

В этот день и в 09:00 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

**объём под
задачу**

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 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
----	-------------------------------	---
