

— ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Мастер Ли Минь | Цигун - Тайцзи - Китайские методы оздоровления



@hedao_limín

Тур в Китай 11 октября: <https://707.su/CSQI> 🌿 Здоровье через
Китайские методы 🔥 Долголетие и энергия на каждый день 🇨🇳
Практики и секреты от мастера Ли Миня

ПОДПИСЧИКИ

4 294

-13 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

8.0%

за сутки 2.9%

ОХВАТ/ПОСТ

323

рекл. охват 125/24ч

— 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 «Эзотерика»

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 4 294 —	👁️ охват поста 7.52% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 323 медиана 332 · 25 дней	📅 постов/нед. 4.9 за период
📈 тренд 7д -11.0% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 12.7 всего 228 реакц., 110 реп., 2 комм.	📄 длина поста 978 зн. медиана 1000 · 25 дней	★ постов в анализе 18 25 дней
📈 рекл. охват 125 среднее за 24ч	💖 отток / месяц -13 за последний месяц	📄 цитируемость 9 индекс цитирования · 22 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 3 года 8 месяцев создан 11.01.2023

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Мастер Ли Минь | Цигун · Тайцзи · Китайские методы оздоровления» — 4 294 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 323 человек (8% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 5 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 7–13 сентября охваты просели на -11.0% 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 18 постам за 25 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (10/18 постов).
- 03 Средняя длина поста — 978 знаков (медиана 1000).
- 04 Пик активности аудитории — понедельник, 16:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (406 в среднем у топа vs 259 у худших) — среди 18 постов за 25 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 31.08 · 13:58 ФОТО Почему суставам нужен Циндао: разбираем, как восстановить баланс Инь и Ян 🧘🍁 В традиционных китайских методиках оздоровления ослабление...	ПРОСМ. 440 РЕП. 5	РЕАКЦ. 17 ER 10.2%
№2 28.08 · 12:13 ФОТО 🍽️ Почему китайские долгожители не верят в диеты и подсчет калорий? В восточной традиции есть древнее правило: «Лекарство и еда имеют один...	ПРОСМ. 400 РЕП. 5	РЕАКЦ. 9 ER 9.3%
№3 11.09 · 09:31 ФОТО 🍁 Почему с приходом осенних холодов появляется тяжесть в животе, упадок сил и частые простуды? Очень часто причина кроется не в вирусах, а...	ПРОСМ. 380 РЕП. 9	РЕАКЦ. 10 ER 8.8%

№4 04.09 · 17:36 ВИДЕО 💬 «Крутит мир простая человеческая доброта» Наши туры в Китай становятся не только местом для практик и знакомства с древней культурой...	ПРОСМ. 371 РЕП. 2	РЕАКЦ. 16 ER 8.6%
№5 03.09 · 15:23 ФОТО 🧘 Главный помощник мышц и сухожилий: раскрываем особенности действенности комплекса И Цзинь Цзин С возрастом мышцы естественным образом...	ПРОСМ. 368 РЕП. 6	РЕАКЦ. 11 ER 8.6%

|

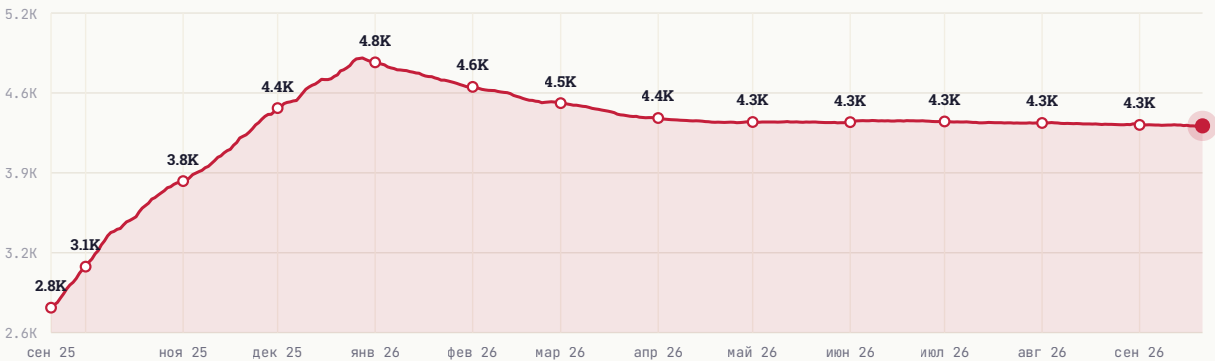
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 09.09 · 19:43 ВИДЕО 🌊 Природный «ингалятор»: явление, за которым в Циндао едут китайские долгожители Почему мастера традиционных китайских методик выписывают...	ПРОСМ. 279 РЕП. 5	РЕАКЦ. 14 ER 6.5%
↓ 14.09 · 18:43 ВИДЕО 🇨🇳 Осталось всего 4 места в нашем осеннем оздоровительном релакс-туре в Китай с Мастером Ли Минем Мы уже практически завершили набор...	ПРОСМ. 259 РЕП. 2	РЕАКЦ. 9 ER 6.0%
↓ 16.09 · 19:12 ВИДЕО 🍵 Чай управляет вашими мыслями: как побывать на настоящей чайной церемонии китайских мастером? Традиционная чайная церемония Гунфу Ча —...	ПРОСМ. 240 РЕП. 2	РЕАКЦ. 17 ER 5.6%

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

2 796

СЕЙЧАС

4 294

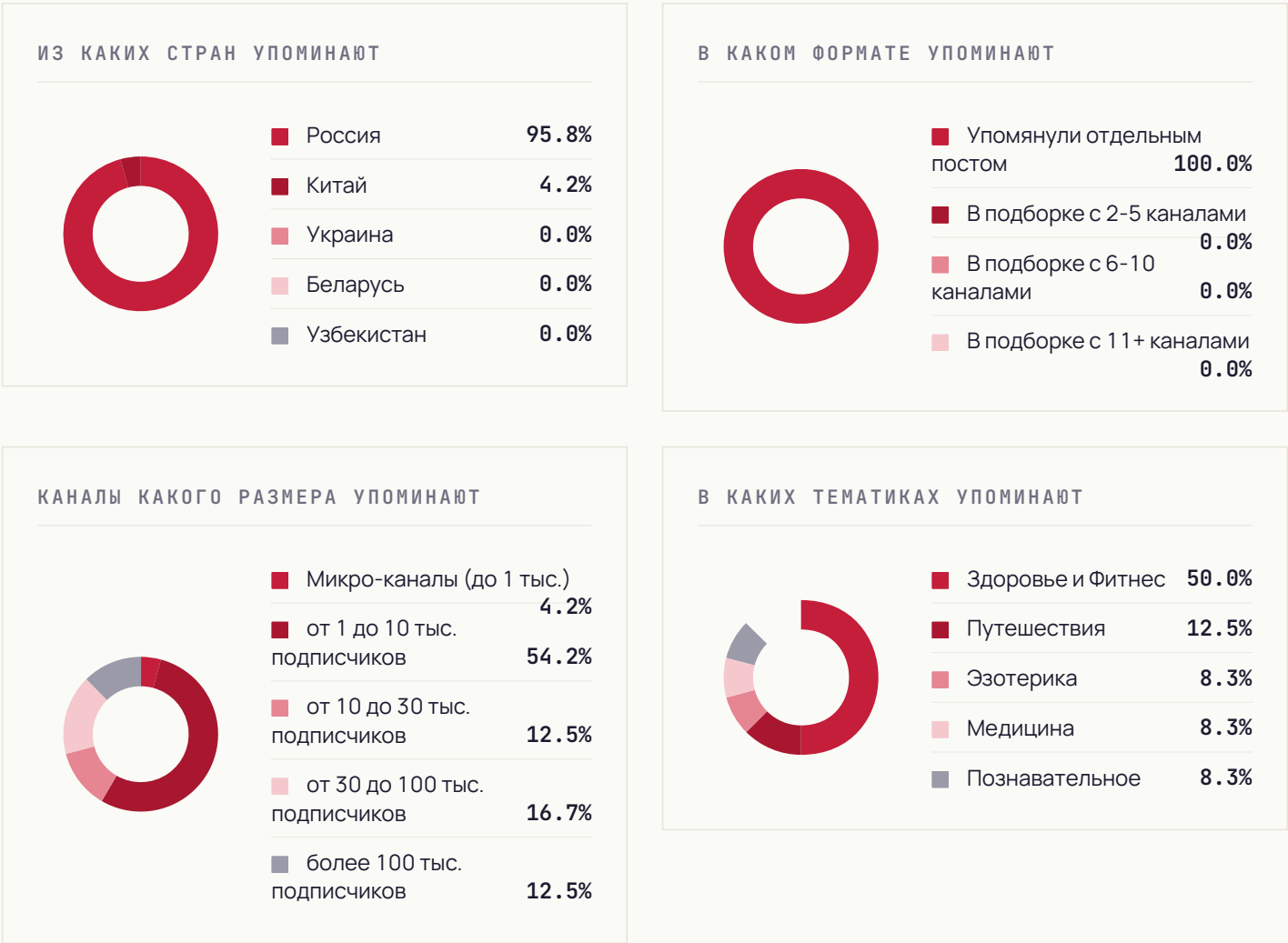
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+1 498

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

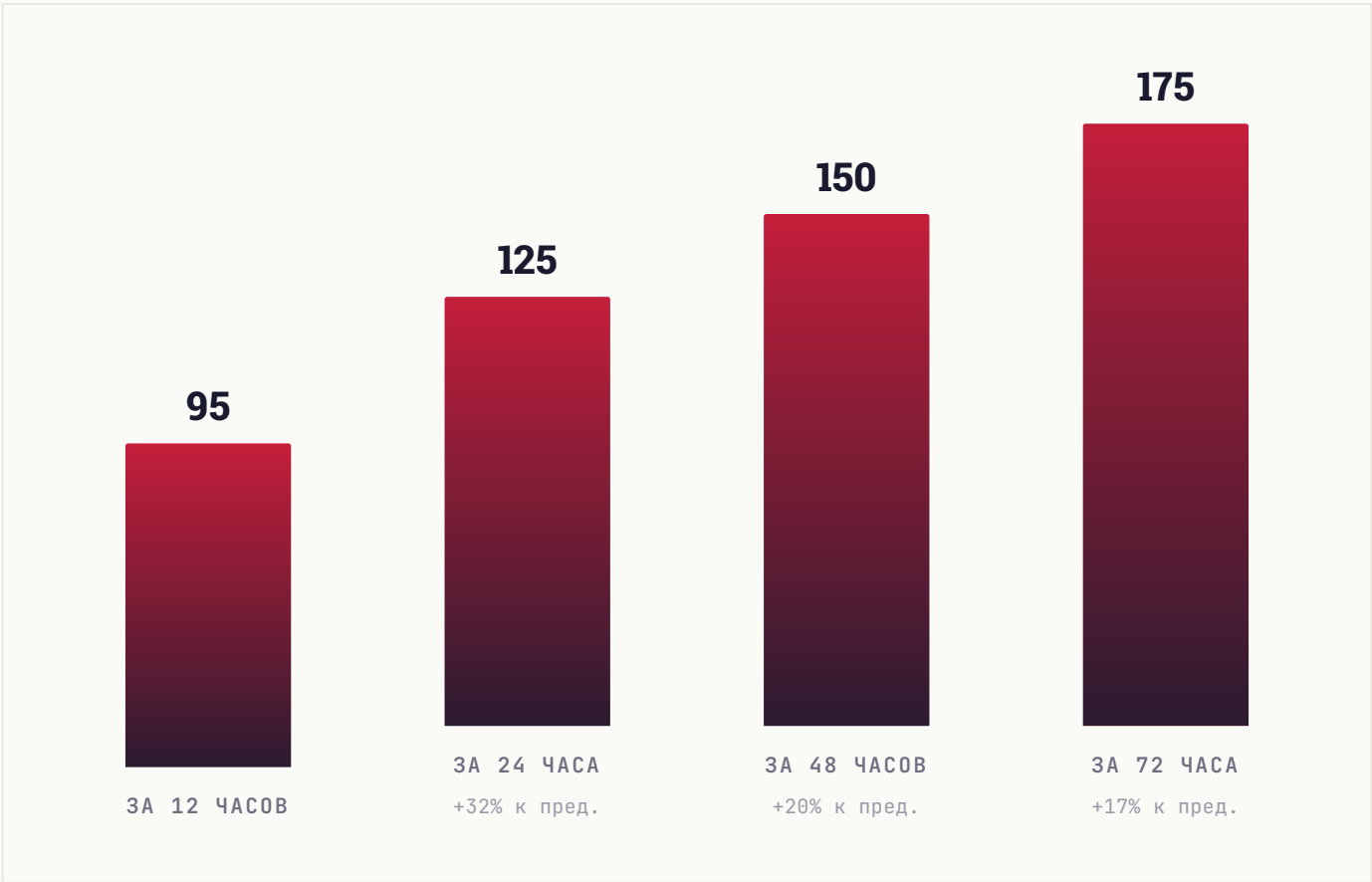
Индекс цитирования 9 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали 22 разных каналов.



— 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
ВО Владимир Осипов. Цигун и Тайцзи	19K
ИВ Ирина burro.salvia	6.7K
МЛ Мастер Ли Минь Цигун · Тайцзи · Китайские методы оздоровления ВЫ	4.3K
ОК О китайской медицине А. Ю. Семенцов	4.2K
ЦП ЦИГУН ✨ ПСИХОСОМАТИКА ✨ РОД	2.2K
SI SILKWAYREIKI	2.2K
ПР ПЛАНЕТА РЕГИОНОВ	2K
СТ Style_tips	1.8K
ОГ Оксана Гудошникова - Терапия и Жизнь	1.8K
ГЙ Гормональная йога de la Femme	1K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал — 3-е место из 10, в верхней трети подборки. Крупнее — 2 канала (лидер: Владимир Осипов. Цигун и Тайцзи, 19K), мельче — 7 каналов. С лидерами — платные размещения или ивенты; с остальными — взаимные размены постов на равных условиях.

— 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 **0**, а канал за это время прибавил **1 756** подписчиков из всех источников.

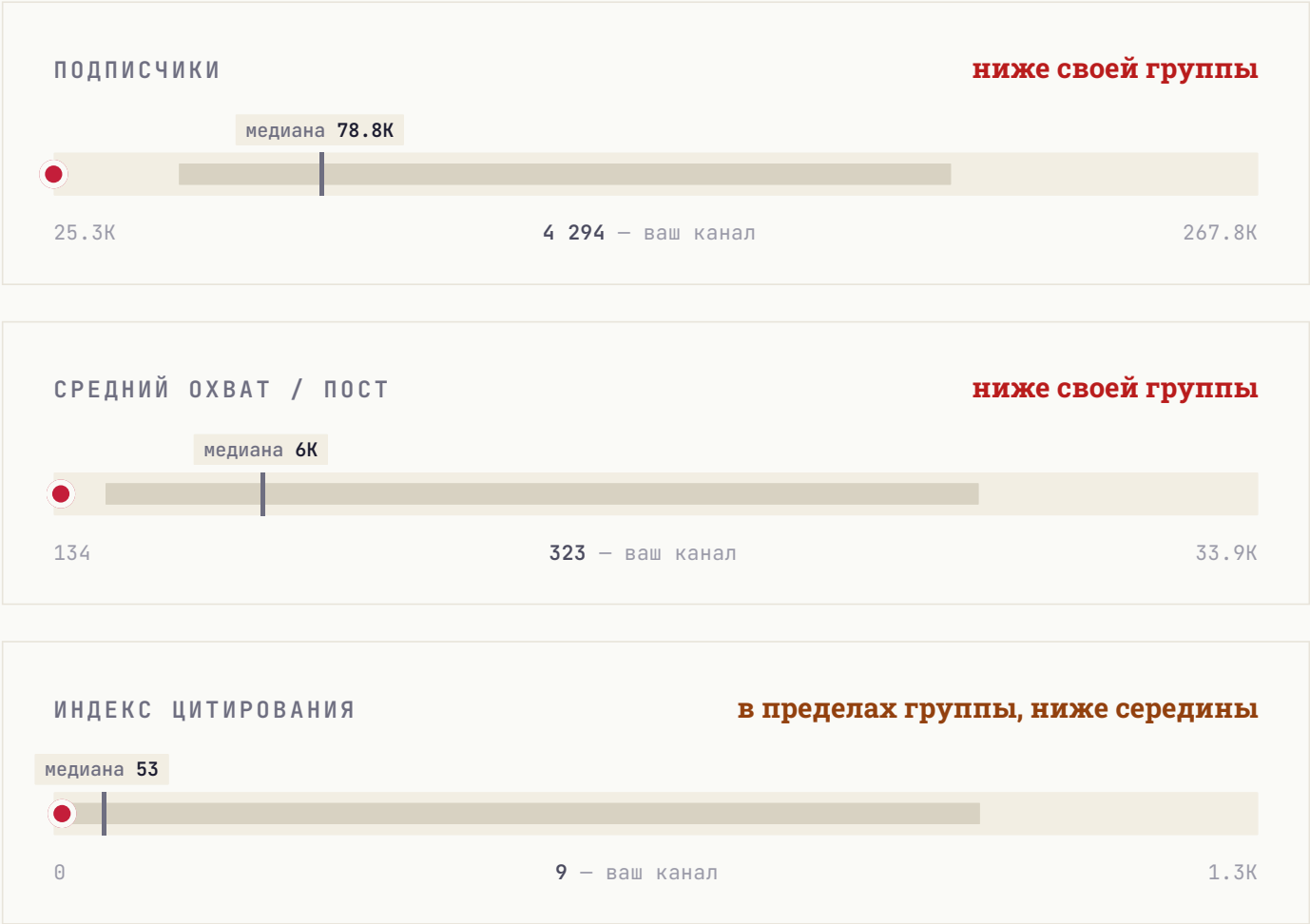
период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	0	0	2
Февраль 2026	0	0	8
Январь 2026	0	0	0
Декабрь 2025	0	0	442
Ноябрь 2025	0	0	586
Октябрь 2025	0	0	718

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
0	6	1 756

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Взяли 100 каналов категории «Эзотерика» (Россия). Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.



По всем показателям канал пока ниже середины своей группы. Для канала на этапе роста это нормальная точка старта — быстрее всего сдвигается охват.

— 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

Увеличить частоту публикаций

Сейчас 4.9 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 16:00 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

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