

— ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Herbalife Казахстан



@herbalifekazakhstan

ПОДПИСЧИКИ

8 376

-183 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

15.0%

за сутки **8.4%**

ОХВАТ/ПОСТ

1.1K

рекл. охват **701/24ч**

— 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 «Здоровье и Фитнес»

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 8 376 —	👁️ охват поста 13.73% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 1.1K медиана 1.2K · 28 дней	📅 постов/нед. 37.4 за период
📈 тренд 7д -1.8% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 2.6 всего 388 реакц., 680 реп., 0 комм.	📄 длина поста 449 зн. медиана 422 · 28 дней	★ постов в анализе 151 28 дней
📈 рекл. охват 701 среднее за 24ч	💖 отток / месяц -183 за последний месяц	📄 цитируемость 2 индекс цитирования · 7 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 8 лет 6 месяцев создан 08.02.2018

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Herbalife Казахстан» — 8 376 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 1.1K человек (14% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 37 постов в неделю (~5 в день) — активный режим публикаций. За неделю 24–30 августа охваты стабильны (-1.8% к неделе 17–23 августа).

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 151 посту за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (96/151 постов).
- 03 Средняя длина поста — 449 знаков (медиана 422).
- 04 Пик активности аудитории — понедельник, 09:00 ALMT.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (1.8K в среднем у топа vs 876 у худших) — среди 151 поста за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 01.09 · 11:55 ФОТО (пост без подписи — фото)	ПРОСМ. 1 911 РЕП. 41	РЕАКЦ. 4 ER 22.8%
№2 17.08 · 06:33 ФОТО (пост без подписи — фото)	ПРОСМ. 1 792 РЕП. 17	РЕАКЦ. 1 ER 21.4%
№3 10.08 · 04:59 ВИДЕО 🔥 Шекараны білмейтін дәм! Жаңа Н24 Протеинді батончиктері көпшіліктің көңілінен шығып үлгерді, ал олардың дәмі қай тілде де ерекше әсер...	ПРОСМ. 1 694 РЕП. 12	РЕАКЦ. 10 ER 20.2%

№4

21.08 · 13:00

ФОТО

Делимся с вами самой актуальной и полезной информацией недели! ВАЖНОЕ ⚠ Вернитесь в компанию и получите скидку от 35% и 1 год без оплаты...

ПРОСМ.
1 653

РЕАКЦ.
1

РЕП.
3

ER
19.7%

№5

17.08 · 07:02

ТЕКСТ

(пост без подписи — текст)

ПРОСМ.
1 642

РЕАКЦ.
—

РЕП.
8

ER
19.6%

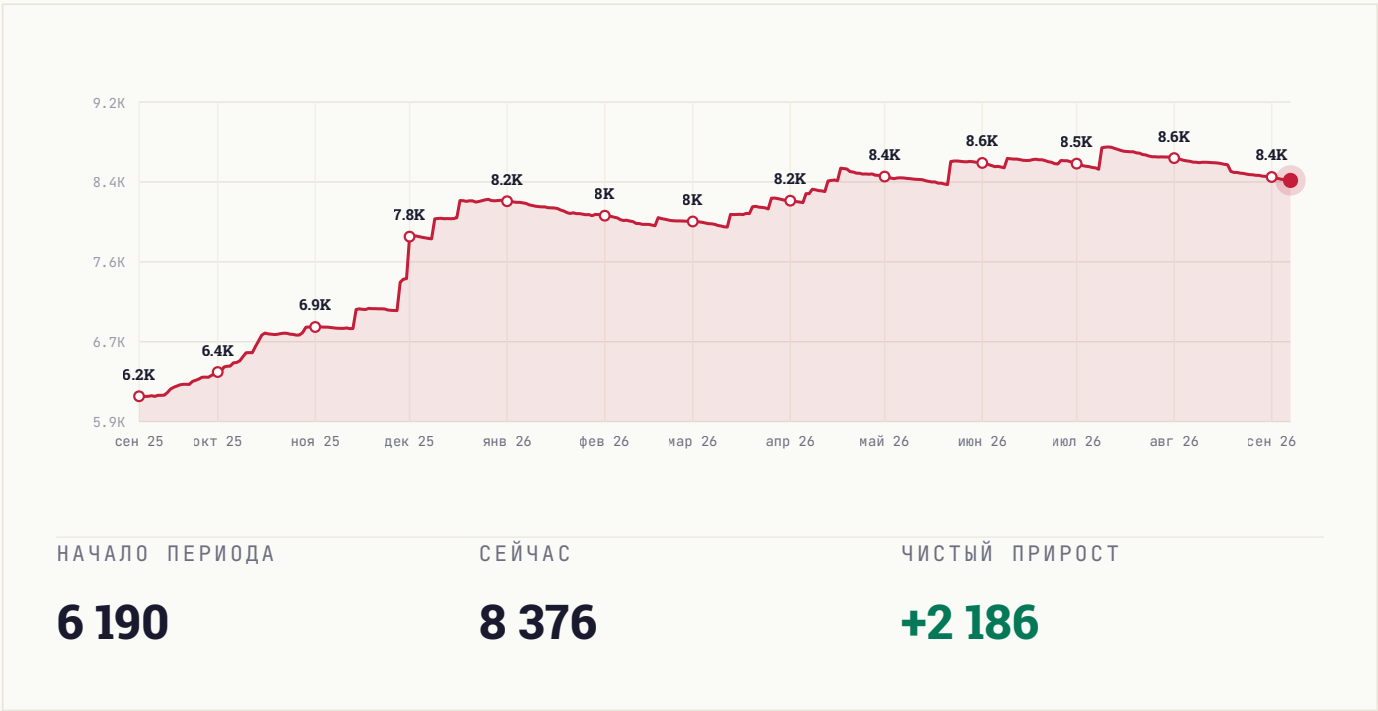
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 04.09 · 08:44 ВИДЕО #TabTeamMastermind2026-ның екінші күнінде үздіктердің тәжірибесінен шабыт алуды жалғастырамыз! ✨ Бүгін сахнада қайтадан Chairman's Club 20K...	ПРОСМ. 889 РЕАКЦ. 3 РЕП. 2 ER 10.6%
↓ 02.09 · 10:47 ВИДЕО (пост без подписи — видео)	ПРОСМ. 881 РЕАКЦ. — РЕП. 2 ER 10.5%
↓ 04.09 · 11:32 ВИДЕО #TabTeamMastermind2026-ның екінші күні де өз мәресіне жетті! 🔥 Жаңа білім, әсерлі кездесулер мен мол шабыт. Қорытынды бейнероликті кім...	ПРОСМ. 858 РЕАКЦ. 3 РЕП. 4 ER 10.2%

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

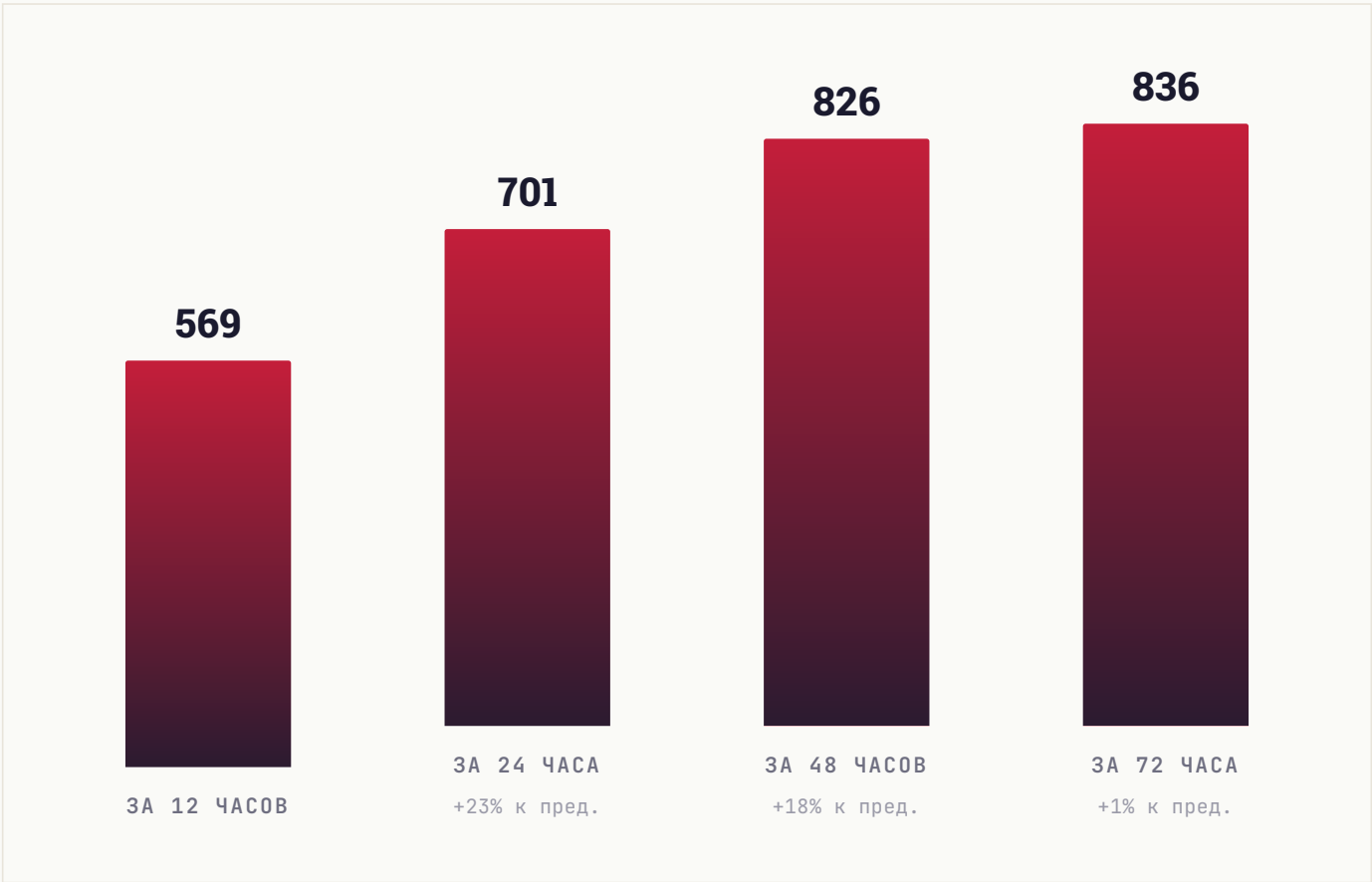
Индекс цитирования 2 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали 7 разных каналов.



— 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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
БР Библиотека ресурсов	8.6K
НК Herbalife Казахстан ВЫ	8.4K
ГН Гербалайф Независимый Партнер	8.1K
ГН Гербалайф Независимый Партнер	2.5K
ДП Дневник Питания  Елены Павловны	7.7K
ПС Почувствовать себя.	4.3K
БН Библиотека Herbalife (RSM)	2K
ВИ ВИДЕО-АУДИОТЕКА	1.3K
  WELLNESS INFO SURKOV	1.2K
ВД ВИТАМИНЫ ДЛЯ УМА	1.2K
СИ СТРОЙНЕЕМ И БОГАТЕЕМ	1.1K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал — 2-е место из 11, в верхней трети подборки. Крупнее — 1 канал (лидер: Библиотека ресурсов, 8.6K), мельче — 9 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 **2 361** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	0	0	329
Февраль 2026	0	0	89
Январь 2026	0	0	20
Декабрь 2025	0	0	864
Ноябрь 2025	0	0	547
Октябрь 2025	0	0	512

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
0	6	2 361

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

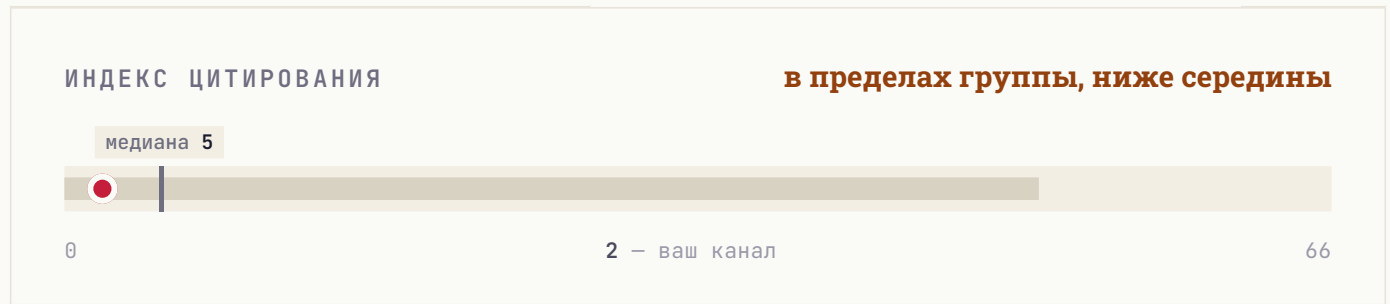
Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **47 каналов** категории «Здоровье и Фитнес» от 3 тыс. до 25 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#34 / 47

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ
Место 34 из 47 каналов сопоставимого размера





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

Главный пост недели — в понедельник

В этот день и в 09:00 ALMT 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 — 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
----	-------------------------------	---
