

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала KinesioPro (PhysioSapiens)



@kinesiopro

№6307372052 Официальный канал PhysioSapiens PNF, Bobath, SEAS, Нейродинамика. Тематические курсы. Расписание на сайте <https://kinesiopro.ru> Наш чат для общения специалистов...

ПОДПИСЧИКИ

11 346

+66 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

13.0%

за сутки 5.8%

ОХВАТ/ПОСТ

1.5K

рекл. охват 662/24ч

— 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 «Медицина»

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 11 346 —	👁️ охват поста 13.11% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 1.5K медиана 1.4K · 28 дней	📅 постов/нед. 5.6 за период
📈 тренд 7д -4.2% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 10.7 всего 246 реакц., 224 реп., 36 комм.	📄 длина поста 971 зн. медиана 1000 · 28 дней	★ постов в анализе 23 28 дней
📈 рекл. охват 662 среднее за 24ч	💖 отток / месяц +66 за последний месяц	📄 цитируемость 9 индекс цитирования · 55 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 9 лет создан 17.09.2017

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «KinesioPro (PhysioSapiens)» — 11 346 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 1.5K человек (13% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 6 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 31 августа – 6 сентября охваты стабильны (-4.2% к неделе 24–30 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 23 постам за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (15/23 постов).
- 03 Средняя длина поста — 971 знаков (медиана 1000).
- 04 Пик активности аудитории — среда, 15:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (2.5K в среднем у топа vs 1.2K у худших) — среди 23 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 09.09 · 12:17 ВИДЕО Друзья! Уже в эту пятницу пройдет онлайн конференция «ТБС без проблем». Мы собрали лучших специалистов для этой конференции - смотрите...	ПРОСМ. 3 365 РЕП. 12	РЕАКЦ. 19 ER 29.7%
№2 27.08 · 16:45 ВИДЕО Вы прошли много курсов по работе со сколиозом. Но сложились ли полученные знания в единую систему? SEAS, Schroth, Dobomed, PNF...	ПРОСМ. 2 136 РЕП. 18	РЕАКЦ. 9 ER 18.8%
№3 04.09 · 05:44 ВИДЕО Спина стала выглядеть ровнее - но значит ли это, что работа действительно дала результат? А если внешняя асимметрия почти не изменилась, но...	ПРОСМ. 1 990 РЕП. 6	РЕАКЦ. 16 ER 17.5%

№4 03.09 · 11:15 ФОТО Во время беременности женщины сталкиваются с серьезными физиологическими и биомеханическими изменениями. Боль в спине и тазу, отеки...	ПРОСМ. 1 965 РЕП. 25	РЕАКЦ. 10 ER 17.3%
№5 20.08 · 14:59 ФОТО Можно годами изучать отдельные методы диагностики, реабилитации и лечения остеоартрита тазобедренного сустава - и всё равно не видеть...	ПРОСМ. 1 928 РЕП. 5	РЕАКЦ. 14 ER 17.0%

|

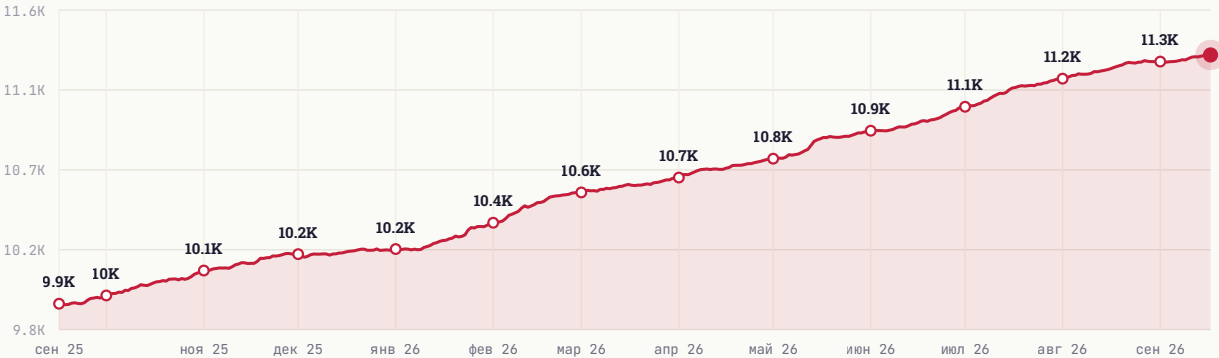
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 01.09 · 17:40 ФОТО Восприятие боли многомерно, и у разных людей оно устроено по-разному. В практике физического терапевта это может выглядеть почти...	ПРОСМ. 1 280 РЕП. 15	РЕАКЦ. 9 ER 11.3%
↓ 08.09 · 16:16 ФОТО Сколиоз — одна из тех тем, где у специалиста почти всегда остаются вопросы. Как оценить вероятность прогрессирования? Когда достаточно...	ПРОСМ. 1 234 РЕП. 6	РЕАКЦ. 11 ER 10.9%
↓ 31.08 · 16:57 ТЕКСТ Реабилитация при боли в спине, ассоциированной с изменениями Modic I Изменения Modic I на МРТ нередко вызывают вопросы у специалистов...	ПРОСМ. 1 230 РЕП. 5	РЕАКЦ. 5 ER 10.8%

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.



НАЧАЛО ПЕРИОДА

9 937

СЕЙЧАС

11 346

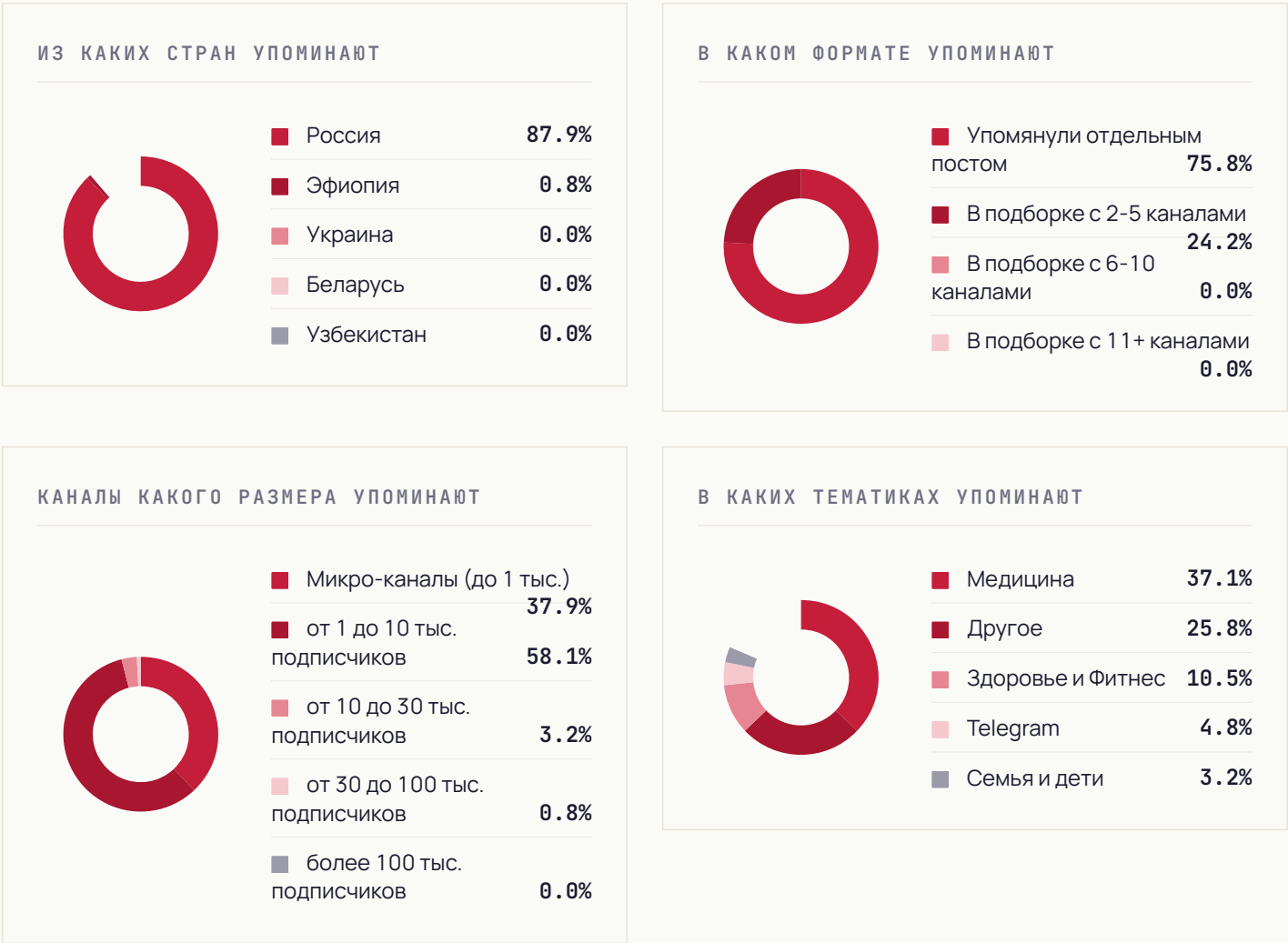
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+1 409

— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

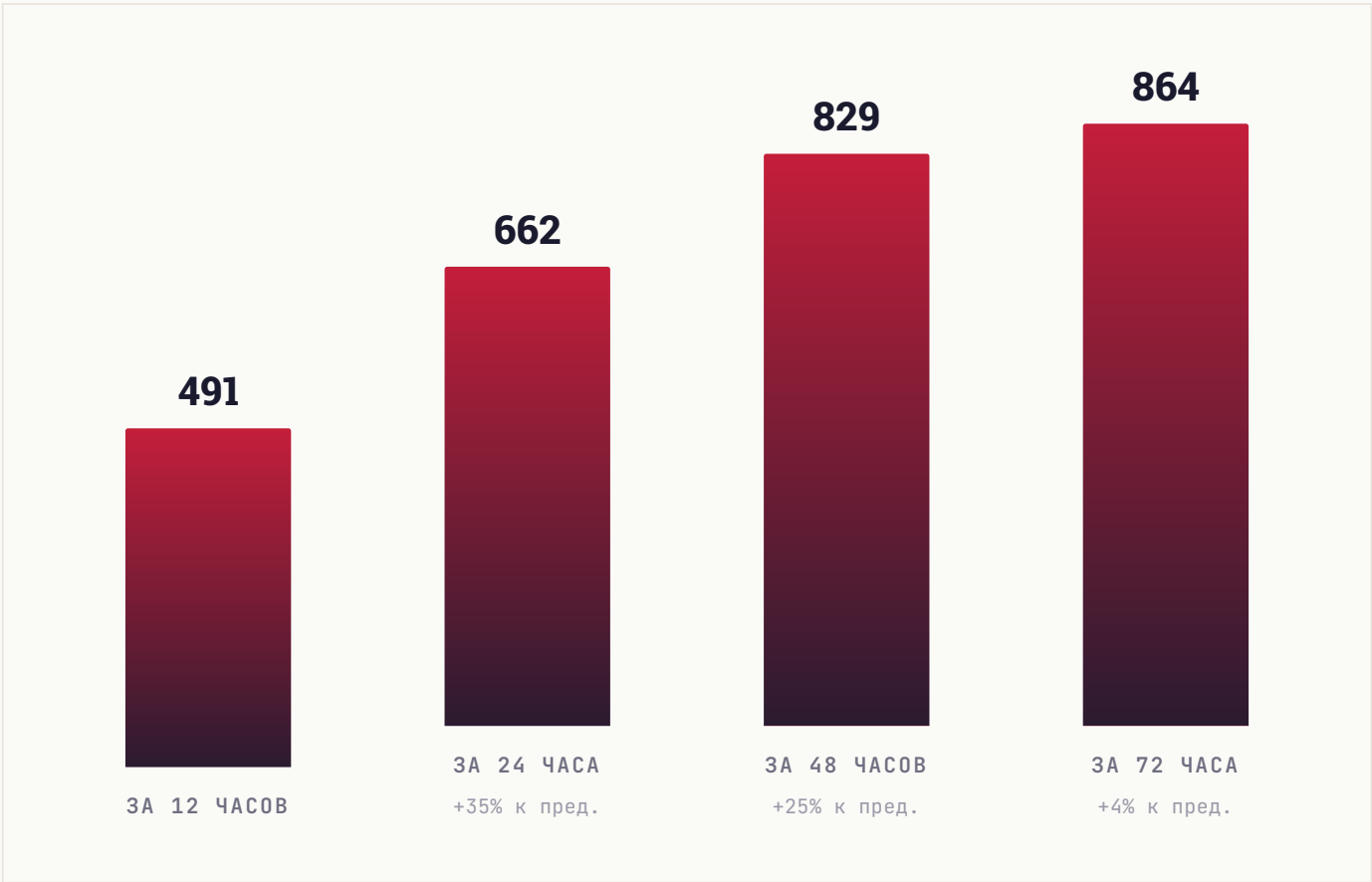
Индекс цитирования 9 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали 55 разных каналов.



— 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
ВР Врач реабилитолог Георгий Темичев	14.1K
АК Анатомия Клуб. Фитнес	12.3K
К(KinesioPro (PhysioSapiens) ВЫ	11.3K
PR Реабилитация Rehabscience Богатырев Андрей	9.7K
М МАМР Академия медицинской реабилитации	9.6K
МА Мама Анатомии	8.3K
ЭТ Эволюция тренировки	8.1K
ОР ORTHO_REHAB	4.5K
БС Библиотека Sportmed	3.5K
ДГ Дмитрий Горковский - врач и эксперт	3.4K
ФС ФИТНЕС СО ВСЕХ СТОРОН	1.7K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал — 3-е место из 11, в верхней трети подборки. Крупнее — 2 канала (лидер: **Врач реабилитолог Георгий Темичев**, 14.1K), мельче — 8 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 **7**, а канал за это время прибавил **802** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	3	3	97
Февраль 2026	1	1	186
Январь 2026	0	0	171
Декабрь 2025	0	0	64
Ноябрь 2025	0	0	116
Октябрь 2025	3	3	168

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
7	6	802

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

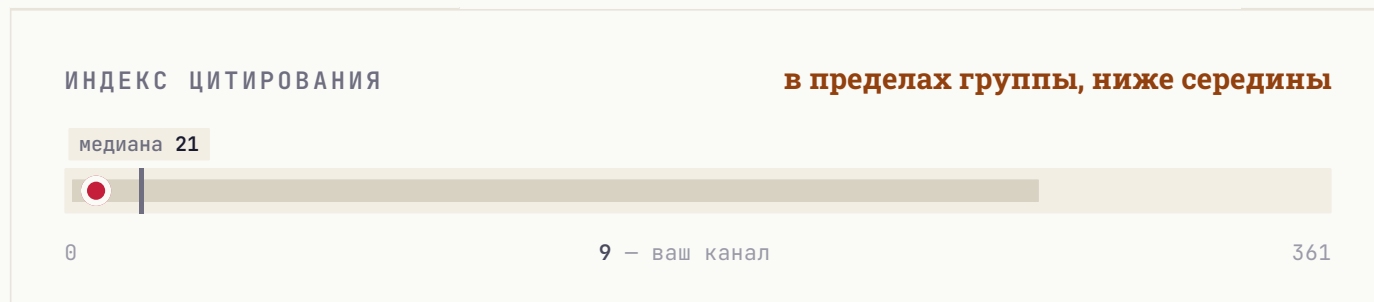
Сравниваем с каналами вашего размера: **174 канала** категории «Медицина» от 4 тыс. до 34 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#98/174

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 98 из 174 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 среда

В этот день и в 15:00 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
----	-------------------------------	---
