

— ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала завтрак у Лимсковой



@leralimskova

для сотрудничества: @prmyshalovaaa inst: <https://www.instagram.com/limskova?igsh=cjFoMXBnand1bWY1>

ПОДПИСЧИКИ

47 014

+7410 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

3.0%

за сутки 2.0%

ОХВАТ/ПОСТ

1.6K

рекл. охват 964/24ч

— 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	Динамика упоминаний 6 месяцев · ежемесячно
07	Сравнение с нишей Позиция в категории «Мода и красота»
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 47 014 —	👁️ охват поста 3.38% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 1.6K медиана 1.6K · 26 дней	📅 постов/нед. 4.7 за период
📈 тренд 7д +18.8% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 121.3 всего 2 183 реакц., 47 реп., 39 комм.	📄 длина поста 379 зн. медиана 456 · 26 дней	★ постов в анализе 18 26 дней
📈 рекл. охват 964 среднее за 24ч	💖 отток / месяц +7410 за последний месяц	📄 цитируемость 5 индекс цитирования · 70 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 1 год 9 месяцев создан 29.12.2024

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «завтрак у Лимсковой» — 47 014 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 1.6K человек (3% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 5 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 28 сентября – 4 октября охваты выросли на +18.8% к неделе 21–27 сентября — позитивная динамика.

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 26 дней.
- 02 Доминирующий формат — Видео (8/18 постов).
- 03 Средняя длина поста — 379 знаков (медиана 456).
- 04 Пик активности аудитории — суббота, 14:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (2.1K в среднем у топа vs 1.4K у худших) — среди 18 постов за 26 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 03.10 · 11:54 ВИДЕО — муж позвал меня на обед, а я такие предложения не отклоняю 😊💕 поехали в новую Atlantica на Вернадского, на Кутузовском мы уже были...	ПРОСМ. 2 158 РЕП. 2	РЕАКЦ. 283 ER 4.6%
№2 12.09 · 19:36 ВИДЕО — Baltic Sea 🌊😄	ПРОСМ. 2 077 РЕП. 2	РЕАКЦ. 73 ER 4.4%
№3 23.09 · 16:38 ФОТО — вот что я имела в виду, когда говорила, что мне нравятся винтажные вещи ☀️ нашли в Калининграде блошинный рынок и я, конечно, не смогла...	ПРОСМ. 1 983 РЕП. 2	РЕАКЦ. 128 ER 4.2%

№4 02.10 · 16:48 ВИДЕО — сейчас у Евы период «я сама», поэтому постепенно переделываю пространство дома под нее ❤️ на кухне у нас башня-помощник, чашка и водичка...	ПРОСМ. 1 953 РЕП. 3 РЕАКЦ. 250 ER 4.2%
№5 30.09 · 19:06 ВИДЕО — продолжаю собирать наши любимые #местаЕвуси ❤️ в ЮОИЕ на Ходынке мы были уже раз 5, поэтому место точно проверено Евочкой 🌟 здесь...	ПРОСМ. 1 884 РЕП. 4 РЕАКЦ. 201 ER 4.0%

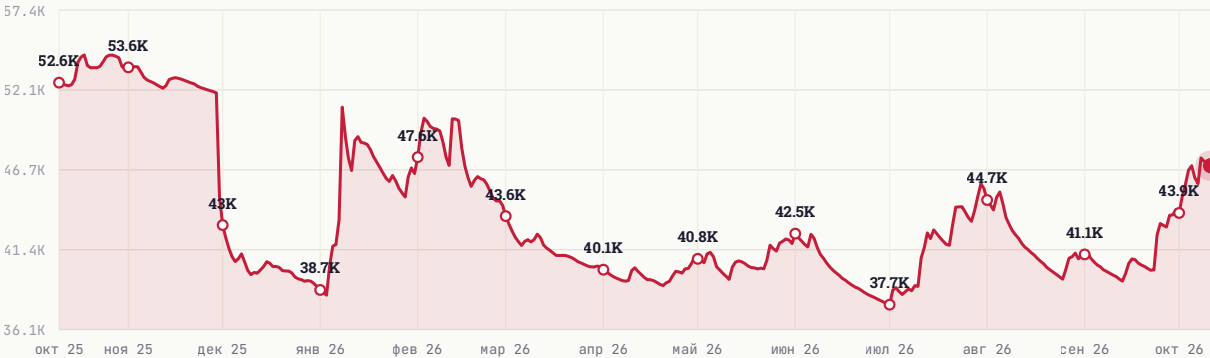
| СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 23.09 · 09:49 ФОТО — начинаю собирать нашу калининградскую копилку мест ❤️ на завтрак всей семьей зашли в «Луговен», ооочень красивое место в атмосфере...	ПРОСМ. 1 390 РЕП. 5 РЕАКЦ. 129 ER 3.0%
↓ 05.10 · 18:21 ВИДЕО — my biggest blessing ❤️	ПРОСМ. 1 353 РЕП. 2 РЕАКЦ. 82 ER 2.9%
↓ 22.09 · 11:58 ФОТО — картинки из нашей поездки 🌊	ПРОСМ. 1 310 РЕП. 3 РЕАКЦ. 87 ER 2.8%

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.

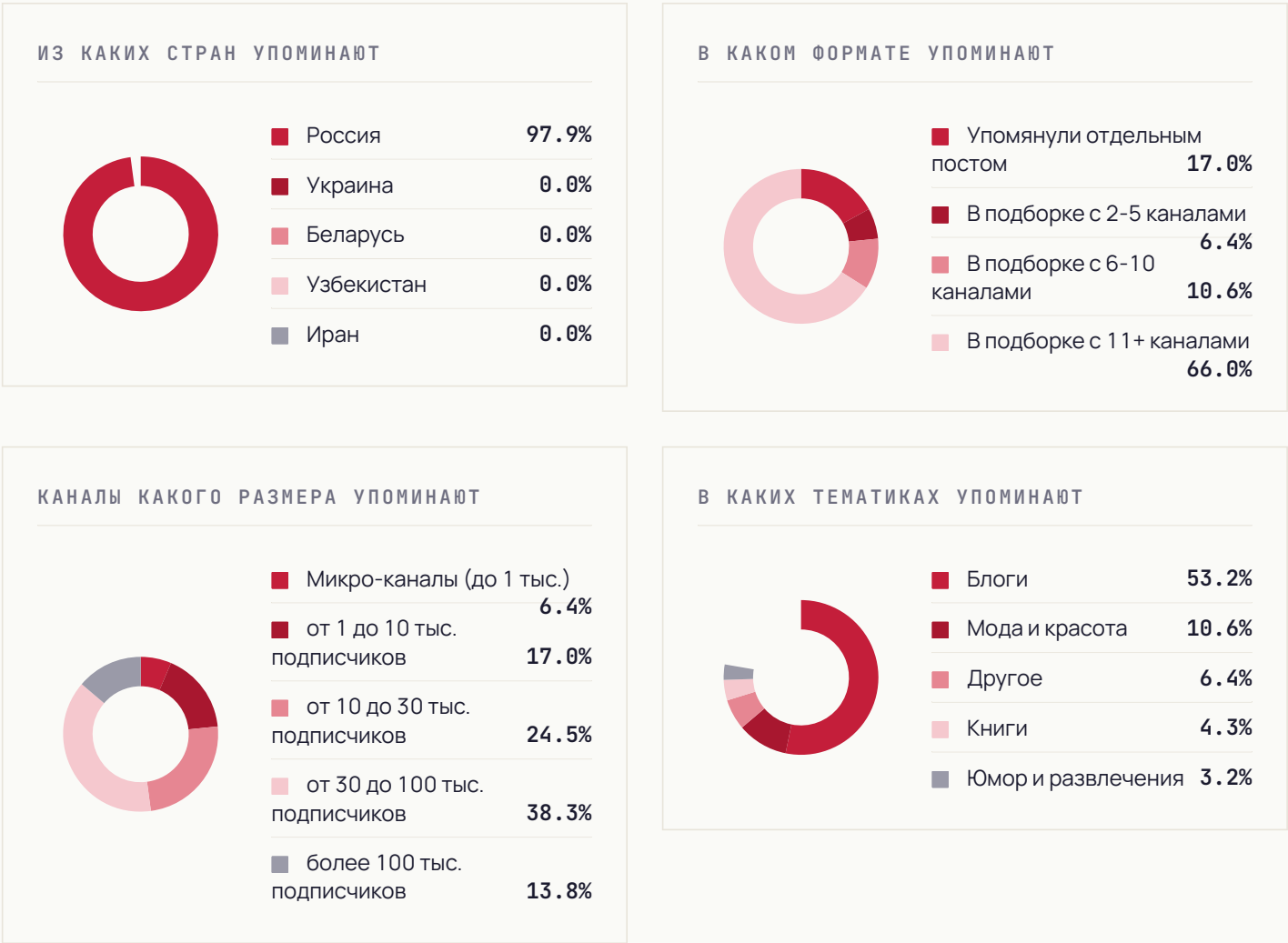


НАЧАЛО ПЕРИОДА	СЕЙЧАС	ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ
52 564	47 014	-5 550

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

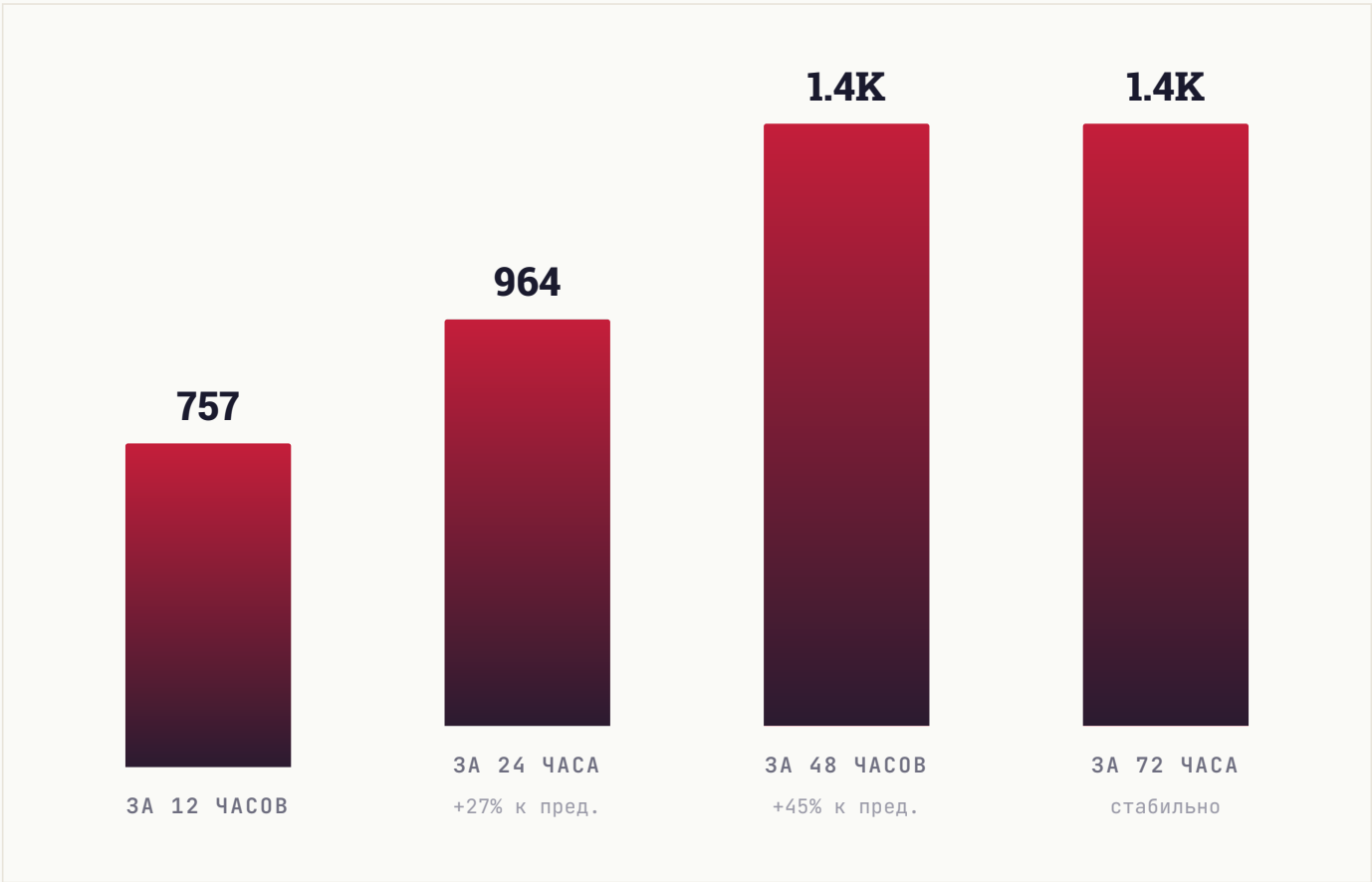
Индекс цитирования 5 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **70** разных каналов.



— 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 · ДИНАМИКА УПОМИНАНИЙ

Как часто канал упоминают

Ежемесячно мы фиксируем посты в других каналах, где упомянули ваш канал.
За последние **6 месяцев** таких упоминаний было **51**, а канал за это время прибавил **30 908** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Апрель 2026	1	1	2 929
Март 2026	15	15	980
Февраль 2026	6	6	7 479
Январь 2026	10	6	17 151
Декабрь 2025	19	18	1 496
Ноябрь 2025	0	0	873

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
51	6	30 908

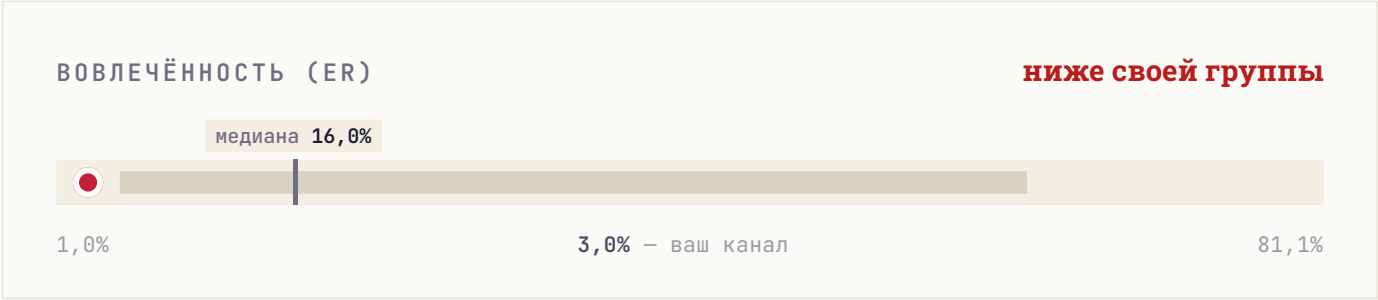
РАЗДЕЛ 07 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **209 каналов** категории «**Мода и красота**» от 16 тыс. до 141 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#95 / 209

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ
Место 95 из 209 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых по одному показателю — **подписчики**. Это то, на чём стоит строить рост.

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

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в суббота

В этот день и в 14:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

03

ER ниже бенчмарка ниши — пересмотреть форматы

Текущий ER 3.38% против нормы 5.5%. Стоит протестировать опросы и интерактивные форматы.

ЭФФЕКТ

+2.1пп ER

04

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**

05

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

★ 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
----	-------------------------------	---
