

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

LIFT ▲ ДЛЯ ЭКСПЕРТОВ



@lift_marafon

Мероприятия от топовых наставников и экспертов  для молниеносного роста в телеграм  Забронируйте своё выступление у @Olga_Shemanaeva прямо сейчас!

ПОДПИСЧИКИ

2 594

-464 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

7.0%

за сутки **0.9%**

ОХВАТ/ПОСТ

160

рекл. охват **24/24ч**

— 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 «Маркетинг, PR, реклама»
- 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 2 594 —	👁️ охват поста 6.17% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 160 медиана 160 · —	📅 постов/нед. 1.0 за период
❤️ реакц./пост — MTPProto only	📄 длина поста 918 зн. медиана 918 · —	☆ постов в анализе 1 —	📈 рекл. охват 24 среднее за 24ч
❤️ отток / месяц -464 за последний месяц	📄 цитируемость 9 индекс цитирования · 378 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 3 года 6 месяцев создан 05.04.2023	

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «LIFT ▲ ДЛЯ ЭКСПЕРТОВ» — 2 594 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 160 человек (6% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 1 постов в неделю (~0 в день) — редкие публикации.

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 1 постам за —.
- 02 Доминирующий формат — Фото (1/1 постов).
- 03 Средняя длина поста — 918 знаков (медиана 918).
- 04 Пик активности аудитории — воскресенье, 22:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 0 раз больше просмотров, чем самые слабые (53 в среднем у топа vs 160 у худших) — среди 1 постов за —. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-1 ПОСТОВ

№1	27.09 · 19:30	ФОТО	 28 СЕНТЯБРЯ на канале LIFT 10:00 Максимова Елена Дипломированный интегративный семейный нутрициолог «50% скидка на услуги...	ПРОСМ.	РЕАКЦ.
				160	—
				РЕП.	ER
				1	6.2%

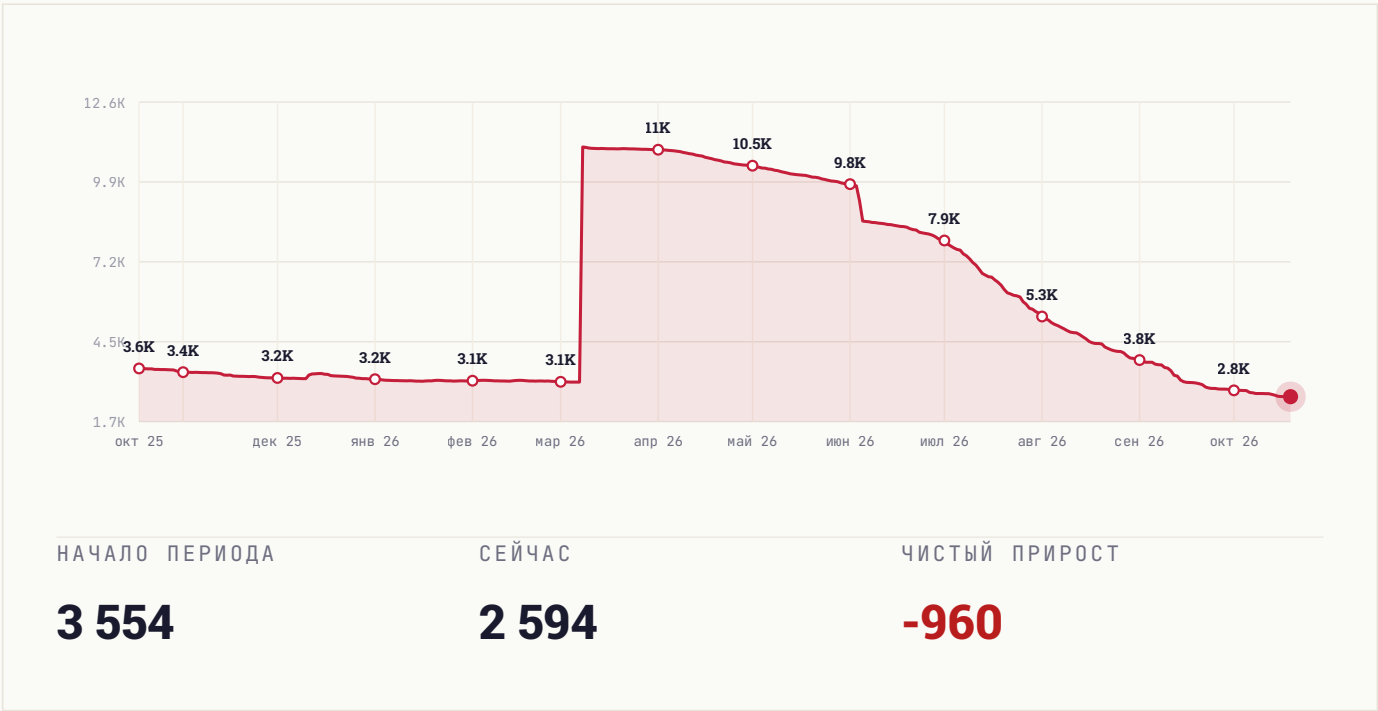
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 1

↓	27.09 · 19:30	ФОТО	 28 СЕНТЯБРЯ на канале LIFT 10:00 Максимова Елена Дипломированный интегративный семейный нутрициолог «50% скидка на услуги...	ПРОСМ.	РЕАКЦ.
				160	—
				РЕП.	ER
				1	6.2%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

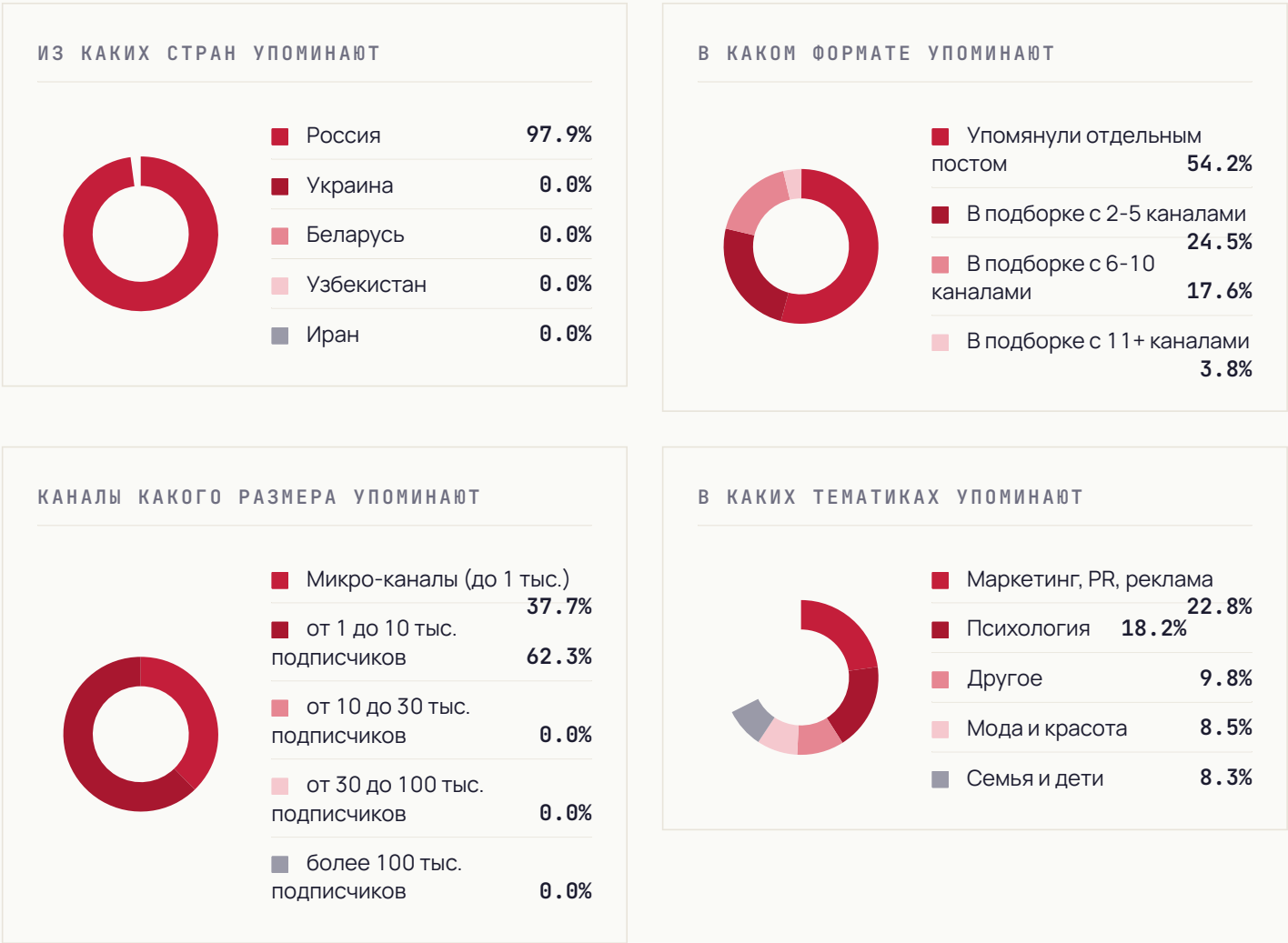
График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

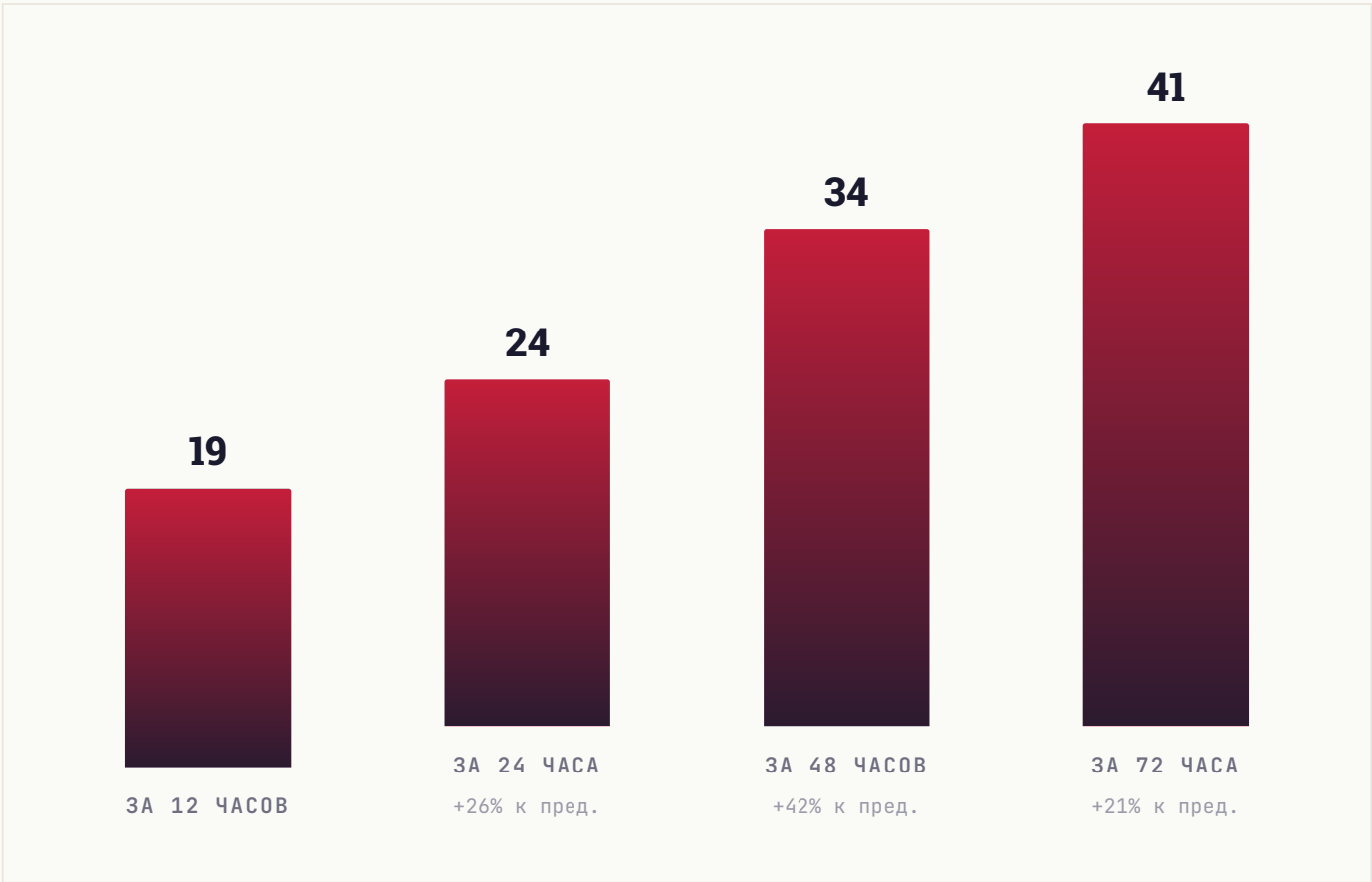
Индекс цитирования 9 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **378** разных каналов.



— 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
С Светлана Фриланс и смыслы	4.5K
W• WORKER • ЗАДАНИЯ без вложений	3.5K
ТН ТРАФИК НА ФРИЛАНС	3.1K
L▲ LIFT ▲ ДЛЯ ЭКСПЕРТОВ ВЫ	2.6K
К Катерина Трафик на удаленке	2.5K
Г• ГАЛИНА • ВИЗУАЛ БЕЗ ЛИШНЕГО ⚡	2.3K
AS ASTRO_ANNA	1.9K
🏆М 🏆 Марафон Телега знаний	1.4K
BW Бесплатный WB & Ozon FREE	1.1K
пд Практикум ДНК мышления	1.1K
ЕС Елена Савкина /Наделяю смыслом то, что другие не видят	955

| СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (4-е место из 11). 3 канала крупнее, 7 — мельче. Хорошие варианты для взаимного размена постов в обе стороны:
наверх — чтобы вырасти, вниз — чтобы помочь меньшим коллегам.

— 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 **75**, а канал за это время прибавил **8 318** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Апрель 2026	0	0	0
Март 2026	11	5	8 019
Февраль 2026	12	6	61
Январь 2026	18	8	48
Декабрь 2025	21	10	180
Ноябрь 2025	13	9	10

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
75	6	8 318

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

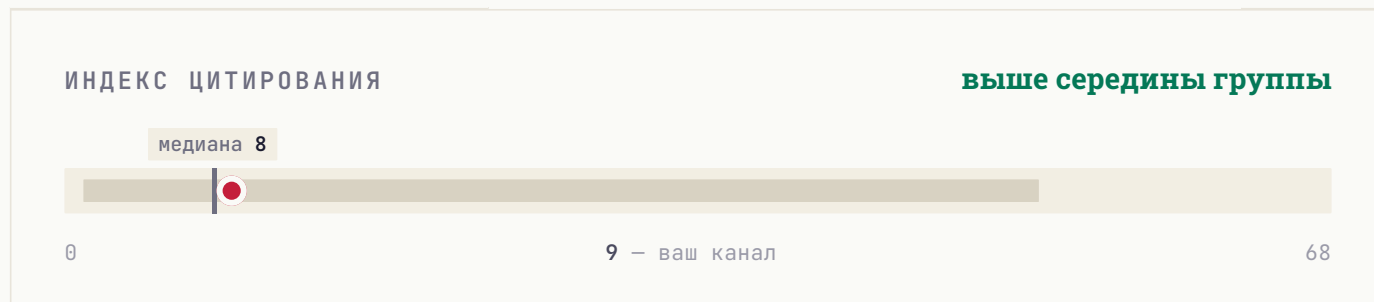
Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **98 каналов** категории «Маркетинг, PR, реклама» от 856 до 8 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#98/98

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ
Место 98 из 98 каналов сопоставимого размера





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

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

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в воскресенье

В этот день и в 22:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

03

Увеличить долю видео-постов

Видео в Telegram удерживает аудиторию дольше и лучше воспринимается алгоритмом. Рекомендуем доводить долю до 15-25%.

ЭФФЕКТ

**Видео лучше
удерживает
аудиторию**

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