

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

# Аудит канала

## АНТОН

## Муштанов



@mushtanov

Тренер Чемпионов!!!

ПОДПИСЧИКИ

**8 130**

+3 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

**32.0%**

за сутки **13.2%**

ОХВАТ/ПОСТ

**2.6K**

рекл. охват **1.1K/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 «Другое»

## 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.

|                                                                                                   |                                                                                                                   |                                                                                                |                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| <div><div>👤</div>подписчики</div> <div>8 130</div> <div>—</div>                                   | <div><div>👁️</div>охват поста</div> <div>32.08%</div> <div>ср. % подписчиков видят один пост</div>                | <div><div>👁️</div>просмотры/пост</div> <div>2.6K</div> <div>медиана 2.6K · 1.0 дня</div>       | <div><div>📅</div>постов/нед.</div> <div>9.7</div> <div>за период</div>       |
| <div><div>💖</div>реакц./пост</div> <div>137.5</div> <div>всего 275 реакц., 0 реп., 37 комм.</div> | <div><div>📄</div>длина поста</div> <div>412 зн.</div> <div>медиана 412 · 1.0 дня</div>                            | <div><div>⭐</div>постов в анализе</div> <div>2</div> <div>1.0 дня</div>                        | <div><div>📈</div>рекл. охват</div> <div>1.1K</div> <div>среднее за 24ч</div> |
| <div><div>💖</div>отток / месяц</div> <div>+3</div> <div>за последний месяц</div>                  | <div><div>📄</div>цитируемость</div> <div>0</div> <div>индекс цитирования · 6 каналов упомянули за всё время</div> | <div><div>📅</div>возраст канала</div> <div>4 года 6 месяцев</div> <div>создан 25.02.2022</div> |                                                                              |

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Антон Муштанов» — 8 130 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 2.6K человек (32% от подписчиков), это хороший охват. Публикует 10 постов в неделю (~1 в день) — регулярный режим.

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 2 постам за 1.0 дня.
- 02 Доминирующий формат — Видео (2/2 постов).
- 03 Средняя длина поста — 412 знаков (медиана 412).
- 04 Пик активности аудитории — воскресенье, 11:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 1 раз больше просмотров, чем самые слабые (1.7K в среднем у топа vs 2.6K у худших) — среди 2 постов за 1.0 дня. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-2 ПОСТОВ

|                                                                                                                                                                                                                            |                                                   |                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| <div><div>Nº1</div><div>30.08 · 08:14</div><div>ВИДЕО</div></div> <div>Мой ролик залетел на 7,5 млн просмотров. Его разместили в разных известных пабликах с огромным количеством подписчиков. На протяжении всей...</div> | <div>ПРОСМ.<br/>2 885</div> <div>РЕП.<br/>—</div> | <div>РЕАКЦ.<br/>235</div> <div>ER<br/>35.5%</div> |
| <div><div>Nº2</div><div>31.08 · 18:55</div><div>ВИДЕО</div></div> <div>Ответ на вашу заявку вам придет с моего рабочего номера +7 905 669 74 34. Если вам пишут с других номеров или вообще без номеров это...</div>       | <div>ПРОСМ.<br/>2 332</div> <div>РЕП.<br/>—</div> | <div>РЕАКЦ.<br/>40</div> <div>ER<br/>28.7%</div>  |

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 2

|                                                                                                                                                                                                                          |                                                   |                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| <div><div>↓</div><div>30.08 · 08:14</div><div>ВИДЕО</div></div> <div>Мой ролик залетел на 7,5 млн просмотров. Его разместили в разных известных пабликах с огромным количеством подписчиков. На протяжении всей...</div> | <div>ПРОСМ.<br/>2 885</div> <div>РЕП.<br/>—</div> | <div>РЕАКЦ.<br/>235</div> <div>ER<br/>35.5%</div> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                    |  |                 |              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------|--------------|
| <div><div>↓</div><div>31.08 · 18:55</div><div>ВИДЕО</div></div> <div>Ответ на вашу заявку вам придет с моего рабочего номера +7 905 669 74 34. Если вам пишут с других номеров или вообще без номеров это...</div> |  | ПРОСМ.<br>2 332 | РЕАКЦ.<br>40 |
|                                                                                                                                                                                                                    |  | РЕП.<br>—       | ER<br>28.7%  |

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

8 796

СЕЙЧАС

8 130

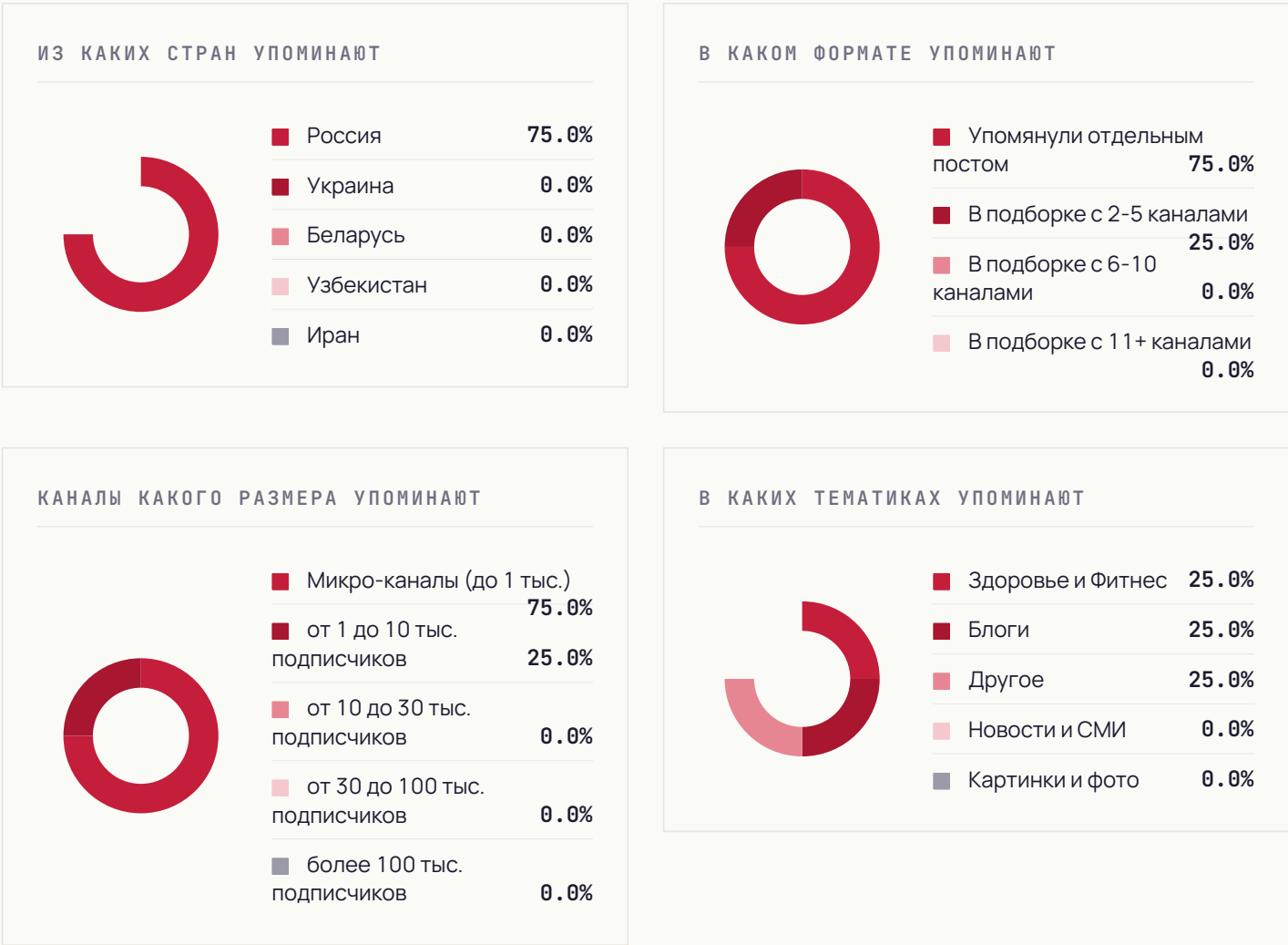
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

-666

— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

# Кто и как упоминает канал

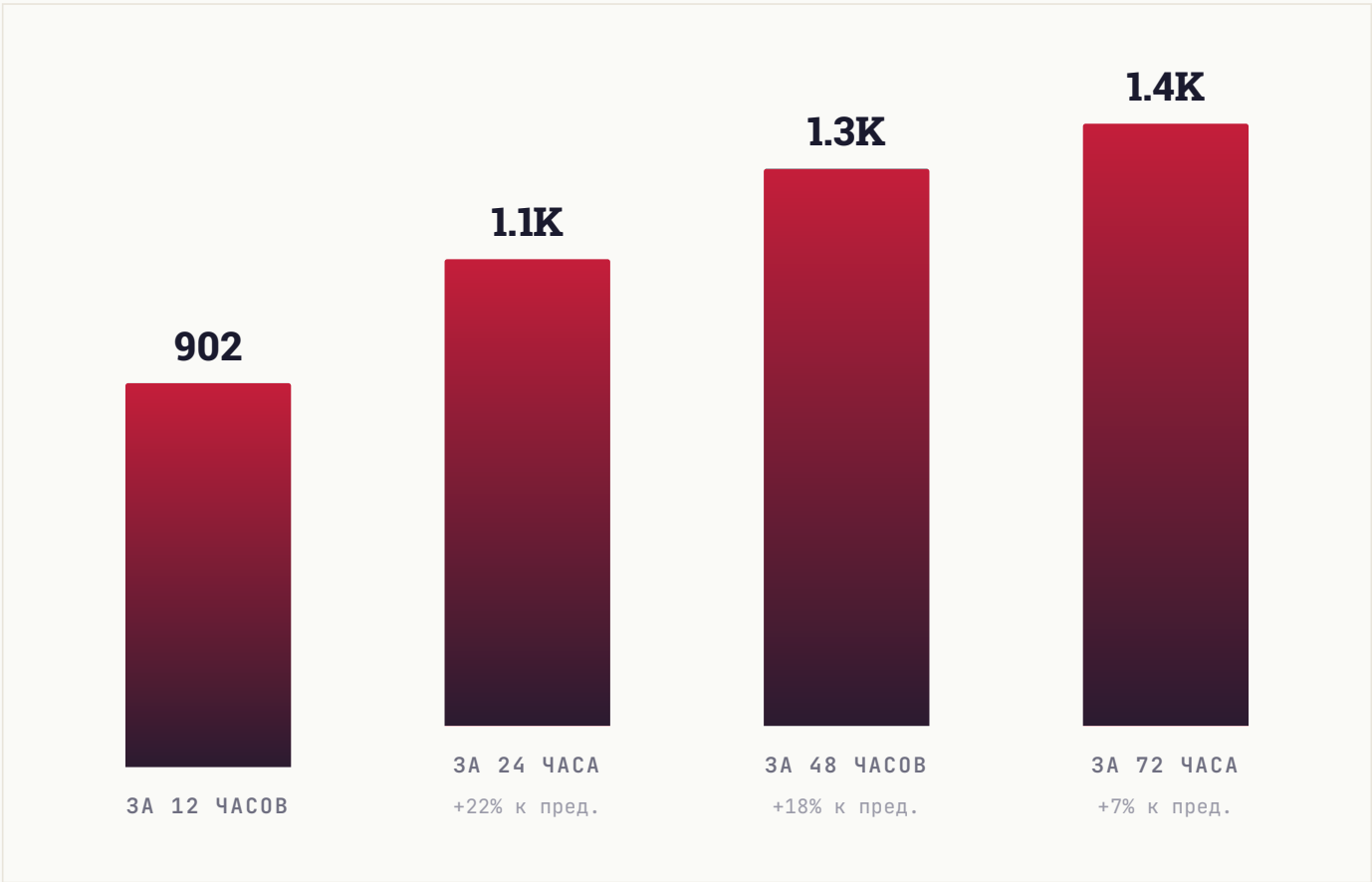
Индекс цитирования 0 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали 6 разных каналов.



— 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

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

| КАНАЛ |                                | ПОДПИСЧИКИ |
|-------|--------------------------------|------------|
| AL    | alexander__philippov           | 9K         |
| AM    | Антон Муштанов <span>ВЫ</span> | 8.1K       |
| MA    | Mari_neva_                     | 7.1K       |
| TZ    | Тренер здорового человека      | 5.6K       |
| Ф-    | ФББР - FBBR                    | 4.8K       |
| DO    | DozersuperstarIFBB             | 2.5K       |
| GE    | GETBIG.TV                      | 1.9K       |
| KI    | Kat_Shuhart IFBB PRO           | 1.8K       |

| СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал — 2-е место из 8, в верхней трети подборки. Крупнее — 1 канал (лидер: alexander\_\_philippov, 9K), мельче — 6 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 **304** подписчиков из всех источников.

| период       | упоминаний | каналов | прирост за месяц |
|--------------|------------|---------|------------------|
| Март 2026    | 0          | 0       | 25               |
| Февраль 2026 | 0          | 0       | 18               |
| Январь 2026  | 0          | 0       | 19               |
| Декабрь 2025 | 0          | 0       | 3                |
| Ноябрь 2025  | 0          | 0       | 223              |
| Октябрь 2025 | 0          | 0       | 16               |

|                  |                  |                       |
|------------------|------------------|-----------------------|
| всего упоминаний | месяцев в данных | привлекли подписчиков |
| 0                | 6                | 304                   |

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

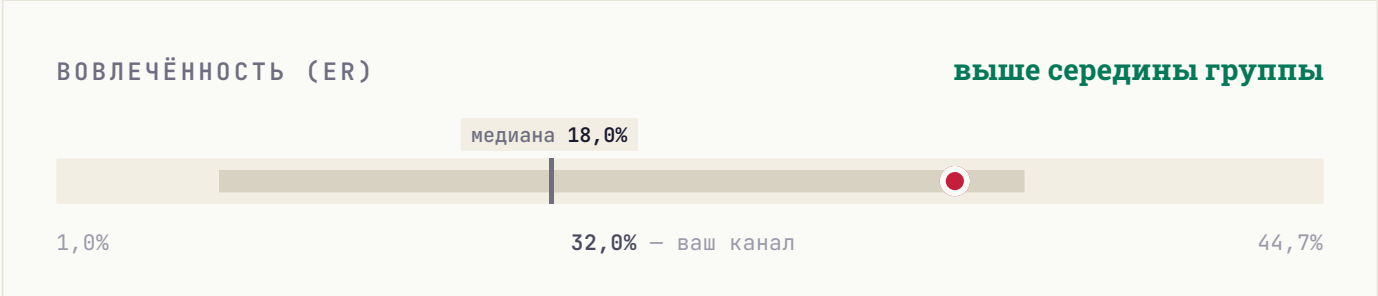
# Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **77 каналов** категории «Другое» от 3 тыс. до 24 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#42/77

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 42 из 77 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых сразу по нескольким показателям:  
**средний охват / пост и вовлечённость.**

— 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 воскресенье

В этот день и в 11:00 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 | <b>Запустить<br/>рекламу в<br/>Telegram</b> | <a href="https://panel.promptpress.com/register">https://panel.promptpress.com/register</a> |
|----|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|

---

|    |                               |                                                                         |
|----|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| 02 | <b>Связаться с менеджером</b> | <a href="https://t.me/PromptPress_manager">t.me/PromptPress_manager</a> |
|----|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|

---