

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Nutrilogic



@nutrilogic_ru

Современный сервис для диетологов и нутрициологов. Создан с участием специалистов ФИЦ питания и биотехнологий, рекомендован Союзом диетологов (РОСНДП) Наш сайт: <https://clck.ru/35RzpK>

ПОДПИСЧИКИ

3 655

-17 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

12.0%

за сутки **4.6%**

ОХВАТ/ПОСТ

435

рекл. охват **167/24ч**

— 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 3 655 —	👁 охват поста 11.9% ср. % подписчиков видят один пост	👁 просмотры/пост 435 медиана 464 · 28 дней	📅 постов/нед. 4.5 за период
📈 тренд 7д +14.0% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 5.2 всего 94 реакц., 80 реп., 16 комм.	📄 длина поста 949 зн. медиана 1000 · 28 дней	★ постов в анализе 18 28 дней
📈 рекл. охват 167 среднее за 24ч	💖 отток / месяц -17 за последний месяц	📄 цитируемость 0 индекс цитирования · 6 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 7 месяцев создан 05.03.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Nutrilogic» — 3 655 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 435 человек (12% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 4 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 21–27 сентября охваты выросли на +14.0% к неделе 14–20 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 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (13/18 постов).
- 03 Средняя длина поста — 949 знаков (медиана 1000).
- 04 Пик активности аудитории — четверг, 10:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (667 в среднем у топа vs 336 у худших) — среди 18 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

| ТОП-5 ПОСТОВ

№1 10.09 · 07:16 ФОТО   ОТ «УЧИЛСЯ и ГОТОВЛЮСЬ» К «УМЕЮ и ЗАРАБАТЫВАЮ»: ЗАПУСКАЕМ «АЗЫ НУТРИЦИОЛОГИИ — ПРАКТИКУМ» для партнеров и предпринимателей...	ПРОСМ. 855 РЕП. 15	РЕАКЦ. 7 ER 23.4%
№2 23.09 · 08:16 ФОТО Продажи курса «Азы нутрициологии — Практикум» для партнеров и предпринимателей Amway — ОТКРЫТЫ!   Коллеги  , давайте честно...	ПРОСМ. 601 РЕП. 6	РЕАКЦ. 8 ER 16.4%
№3 20.09 · 07:15 ВИДЕО  Все уроки от Нутрика по Nutrilogic Lite — в одном месте! Друзья, некоторые из вас писали нам, что не всегда получается найти предыдущие...	ПРОСМ. 547 РЕП. 8	РЕАКЦ. 5 ER 15.0%

№4 21.09 · 10:14 ФОТО 👉 Приглашаем вас на первый эфир проекта «Азы нутрициологии — практикум» Это уникальная возможность увидеть изнутри, что проект «Практикум»...	ПРОСМ. 523 РЕП. 8	РЕАКЦ. 5 ER 14.3%
№5 12.09 · 07:05 ВИДЕО 🎬 Финальный урок от Нутрика: как продавать через Nutrilogic.Lite? Вот мы и добрались до заключительного, пятого урока нашей серии! 💙 Вы...	ПРОСМ. 517 РЕП. 3	РЕАКЦ. 8 ER 14.1%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 30.09 · 08:11 ФОТО 💙 До/после Nutrilogic: как наладить питание ребёнка и похудеть самой Мы продолжаем нашу рубрику, где делимся историями наших клиентов и...	ПРОСМ. 369 РЕП. 4	РЕАКЦ. 11 ER 10.1%
↓ 18.09 · 09:51 ФОТО 📊 Считаем больше — тратим меньше времени Знаете ли вы, что в Nutrilogic можно посчитать и рассчитать очень многое? Причём не нужно...	ПРОСМ. 365 РЕП. 3	РЕАКЦ. 6 ER 10.0%
↓ 02.10 · 08:16 ВИДЕО 🔮 Видим будущее: каким станет питание клиента, если добавить БАДы? Мы уже рассказывали, что в разделе «Фактическое питание» карточки...	ПРОСМ. 275 РЕП. 2	РЕАКЦ. 6 ER 7.5%

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.

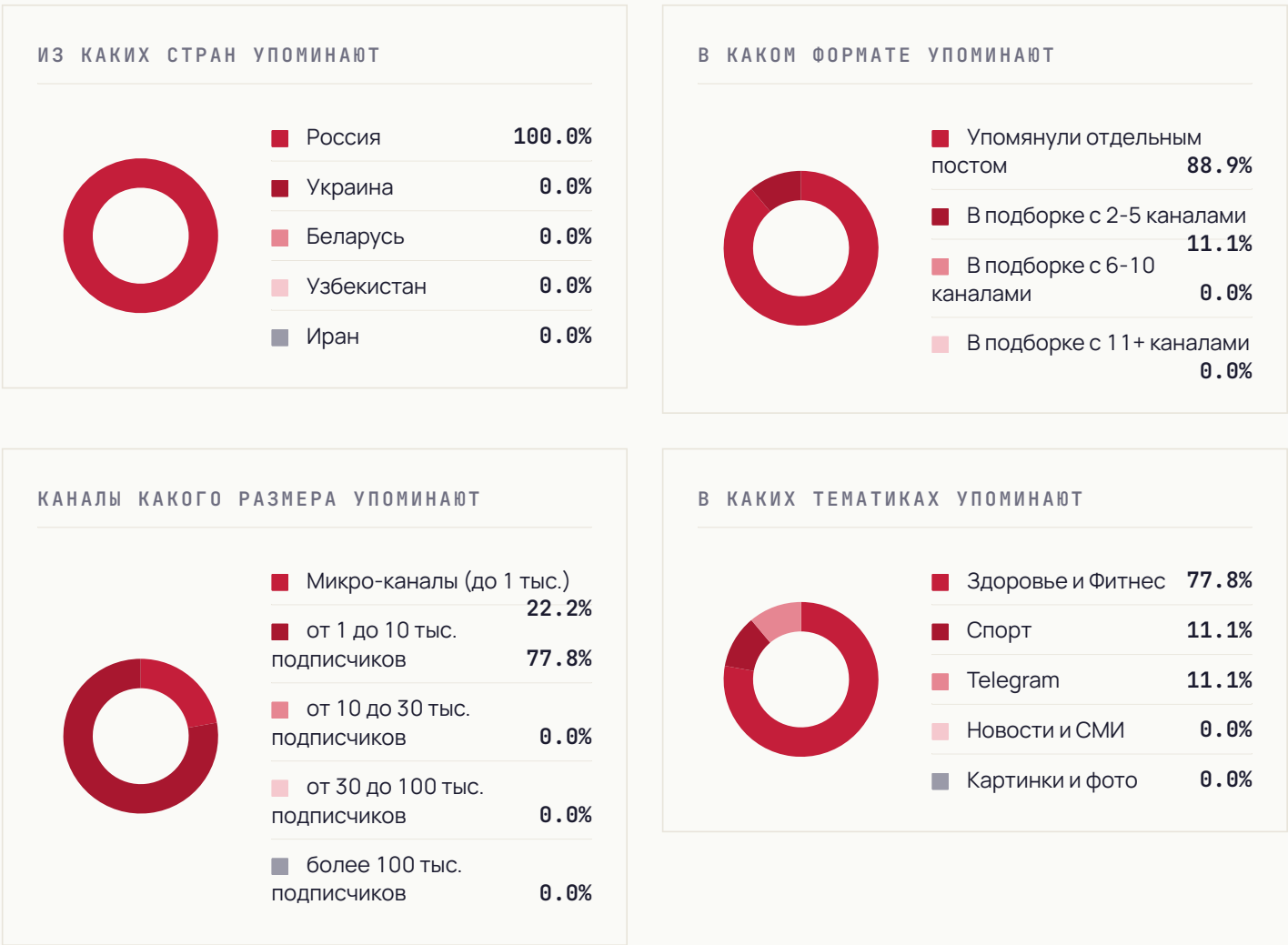


НАЧАЛО ПЕРИОДА	СЕЙЧАС	ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ
3 568	3 655	+87

— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

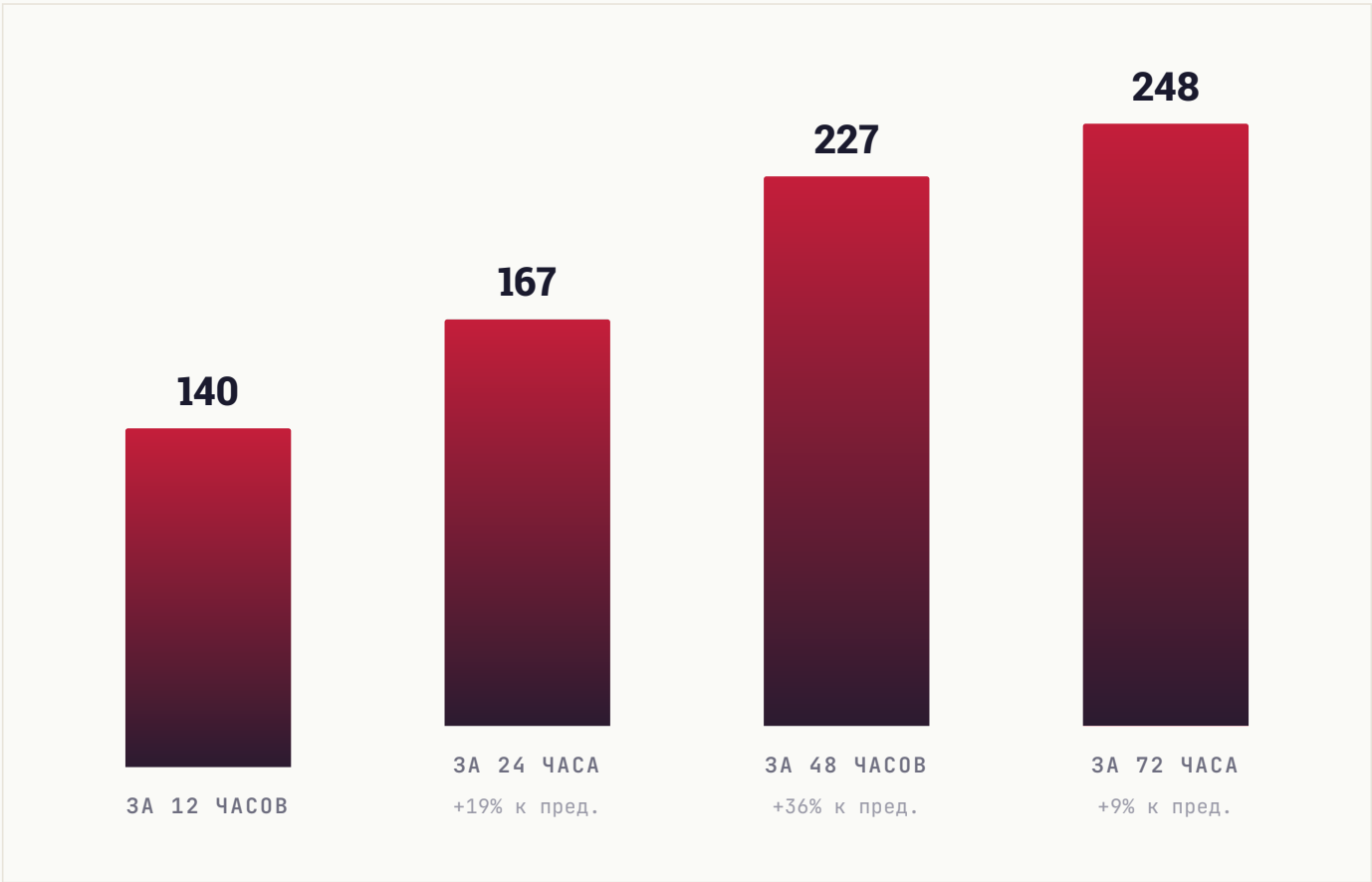
Индекс цитирования 0 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали 6 разных каналов.



— 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
КП Ксения Пустовая	7.4K
DD DАLife Amway	5.1K
N2 Network 21 Центральная Азия	4.5K
MC Марафон стройности Nutrilite™	4.5K
НК Новости Курса нутрициологии	4.2K
NU Nutrilogic ВЫ	3.7K
AM Amway_для_N21	3.6K
ПВ Психология возможностей и мастерства	1.6K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в нижней трети подборки (6-е место из 8). Крупнее — 5 каналов (лидер: Ксения Пустовая, 7.4K); это ориентиры для роста, к ним заходим через платные размещения или партнёрские проекты. Мельче — 2 канала, для них вы уже партнёр-лидер.

— 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 **4**, а канал за это время прибавил **300** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Апрель 2026	0	0	8
Март 2026	0	0	9
Февраль 2026	1	1	129
Январь 2026	1	1	52
Декабрь 2025	0	0	35
Ноябрь 2025	2	1	67

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
4	6	300

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **92 канала** категории «Здоровье и Фитнес» от 1 тыс. до 11 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#78 /92

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ
Место 78 из 92 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

Увеличить частоту публикаций

Сейчас 4.5 постов/нед. У активных каналов норма 7-10. Регулярность — главный фактор удержания аудитории.

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в четверг

В этот день и в 10:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

03

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**

04

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

05

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**

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