

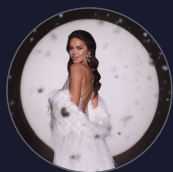
ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

# Аудит канала

## Заметки

## Senoritagalo |

## proЖизнь



@pro\_senoritagalo

Галина Ржаксенская более 1 🍷 по всем соц сетям. Ведущая на ТНТ, участница реалити шоу и социальный деятель. Inst : @senoritagalo № 7349933088

| ПОДПИСЧИКИ                         | ERR (% ВИДЯТ ПОСТЫ)                                                          | ОХВАТ/ПОСТ            |
|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| 44 606                             | 38.0%                                                                        | 17K                   |
| 18.07.2026 <sup>-35</sup> за месяц | HTTPS: // PROMTPRESS.COM/AUDIT/PRO_SENORITAGALO<br>за сутки <sup>23.0%</sup> | рекл. охват 10.2K/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

Рекламный потенциал

Как долго пост приносит охват
- 05

Конкуренты

Соседи по нише · ваше место
- 06

Сравнение с нишей

Позиция в категории «Мода и красота»
- 07

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>44 606</div> <div>—</div>              | <div><div>👁️</div>охват подписчиков</div> <div>38.17%</div> <div>ср. % подписчиков видят пост</div>  | <div><div>👁️</div>просмотры/пост</div> <div>17K</div> <div>медиана 17K · 22 дней</div>                                 | <div><div>📅</div>постов/нед.</div> <div>0.6</div> <div>за период</div>                        |
| <div><div>📈</div>тренд 7д</div> <div>—</div> <div>нет данных за период</div>  | <div><div>💖</div>реакц./пост</div> <div>1116.5</div> <div>всего 2 233 реакц., 7 реп., 22 комм.</div> | <div><div>📄</div>длина поста</div> <div>44 зн.</div> <div>медиана 44 · 22 дней</div>                                   | <div><div>☆</div>постов в анализе</div> <div>2</div> <div>22 дней</div>                       |
| <div><div>📈</div>рекл. охват</div> <div>10.2K</div> <div>среднее за 24ч</div> | <div><div>💖</div>отток / месяц</div> <div>-35</div> <div>за последний месяц</div>                    | <div><div>📄</div>цитируемость</div> <div>13</div> <div>индекс цитирования · 1 000 каналов упомянули за всё время</div> | <div><div>📅</div>возраст канала</div> <div>5 лет 7 месяцев</div> <div>создан 29.11.2020</div> |

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Заметки Senioritagalo | proЖизнь» — 44 606 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 17K человек (38% от подписчиков), это хороший охват. 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 2 постам за 22 дней.
- 02 Доминирующий формат — Видео (2/2 постов).
- 03 Средняя длина поста — 44 знаков (медиана 44).
- 04 Пик активности аудитории — вторник, 14:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 1 раз больше просмотров, чем самые слабые (11.3K в среднем у топа vs 17K у худших) — среди 2 постов за 22 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-2 ПОСТОВ

|                                                                                                                         |        |        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|
| <div>№1</div> <div>23.06 · 11:51</div> <div>ВИДЕО</div> <div>Помолимся за Галюсика и ее проекты ))</div>                | ПРОСМ. | РЕАКЦ. |
|                                                                                                                         | 18 796 | 1 304  |
|                                                                                                                         | РЕП.   | ER     |
|                                                                                                                         | 6      | 42.1%  |
| <div>№2</div> <div>16.07 · 10:27</div> <div>ВИДЕО</div> <div>Я выгорела от работы ... Но я решила все исправить 😂</div> | ПРОСМ. | РЕАКЦ. |
|                                                                                                                         | 15 256 | 929    |
|                                                                                                                         | РЕП.   | ER     |
|                                                                                                                         | 1      | 34.2%  |

ХУДШИЕ 2

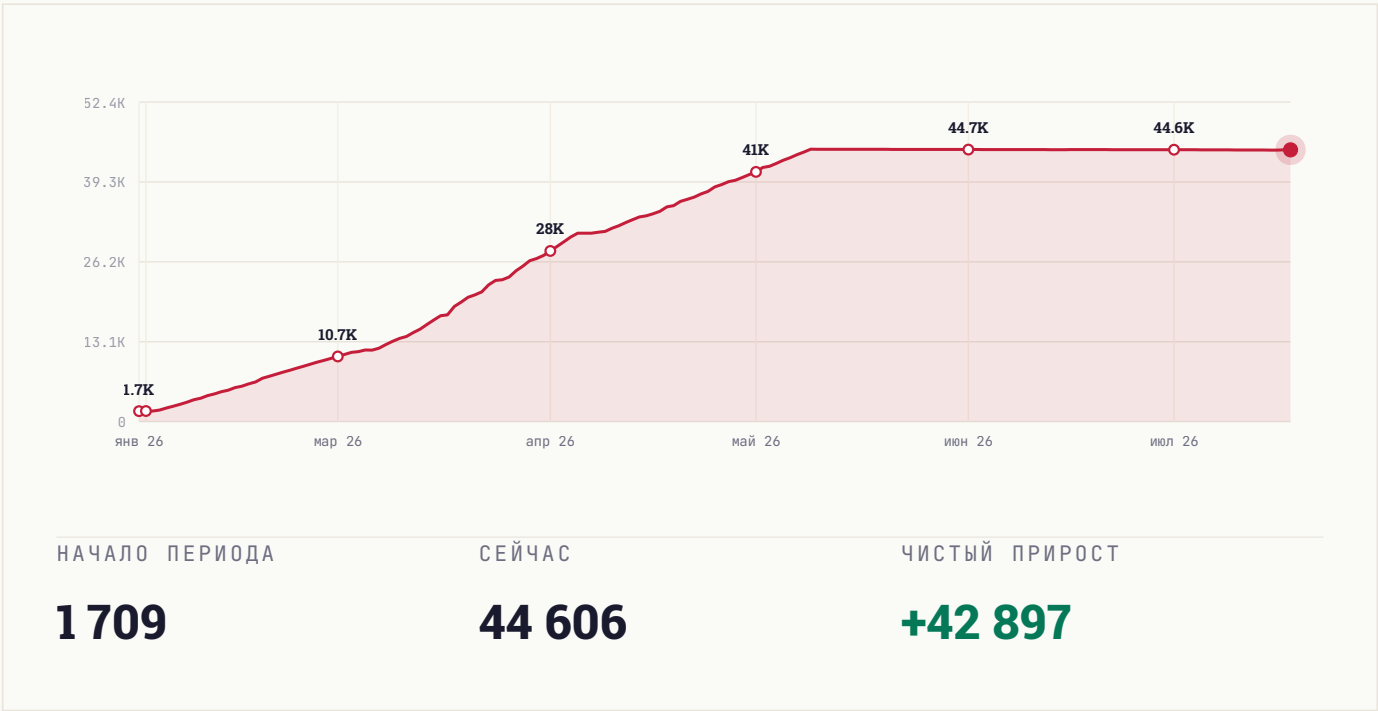
|                                                                                                         |        |        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------|
| <div>↓</div> <div>23.06 · 11:51</div> <div>ВИДЕО</div> <div>Помолимся за Галюсика и ее проекты ))</div> | ПРОСМ. | РЕАКЦ. |
|                                                                                                         | 18 796 | 1 304  |
|                                                                                                         | РЕП.   | ER     |
|                                                                                                         | 6      | 42.1%  |

|                                                                                                                        |  |                  |               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------|---------------|
| <div>↓</div> <div>16.07 · 10:27</div> <div>ВИДЕО</div> <div>Я выгорела от работы ... Но я решила все исправить 😂</div> |  | ПРОСМ.<br>15 256 | РЕАКЦ.<br>929 |
|                                                                                                                        |  | РЕП.<br>1        | ER<br>34.2%   |

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

# Как канал рос за год

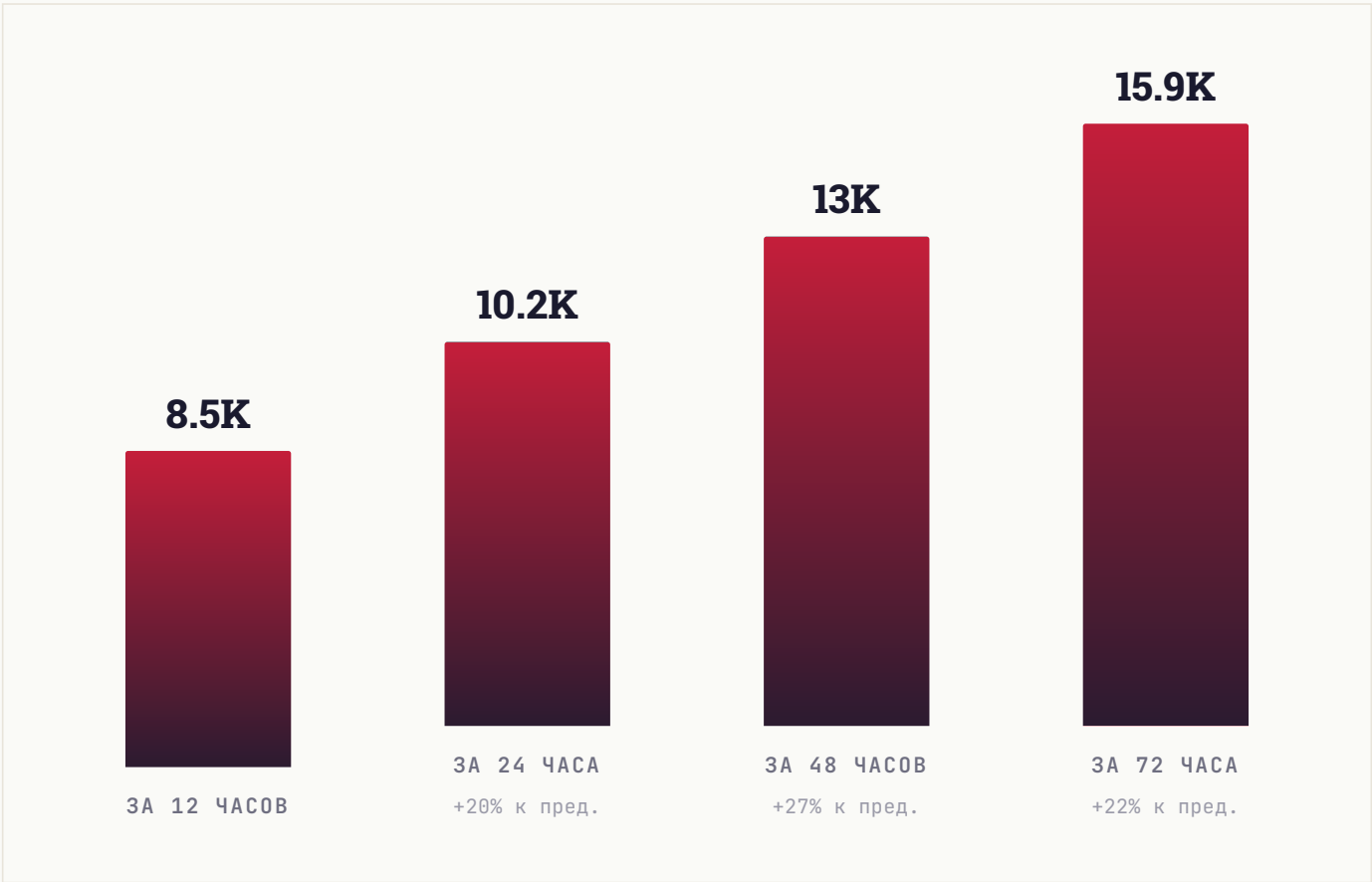
График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



— РАЗДЕЛ 04 · РЕКЛАМНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

# Как долго пост приносит охват

Средний охват рекламного поста по времени с публикации. Помогает оценить, сколько имеет смысл «жить» размещению.



РАЗДЕЛ 05 · 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 |
|-----------------------------------------------|------------|
| зя Золотое Яблоко                             | 1М         |
| РС Pandabuy CnFans MuleBuy ACBuy Hacco Find🔍🐼 | 790.3К     |
| НН Нашла на Wildberries                       | 633.3К     |
| МИ MIXIT.RU                                   | 624.7К     |
| М  Маникюр   Ногти                            | 572К       |
| НН Находки на Wildberries / WB                | 533.2К     |
| ЕМ Елена Mixit                                | 518К       |
| ГД Гимнастика для лица                        | 472.4К     |
| ПМ По моде   Тренды                           | 436К       |
| PS Prime Savers                               | 428.8К     |
| ЗS Заметки Senoritagalo   проЖизнь <b>ВЫ</b>  | 44.6К      |

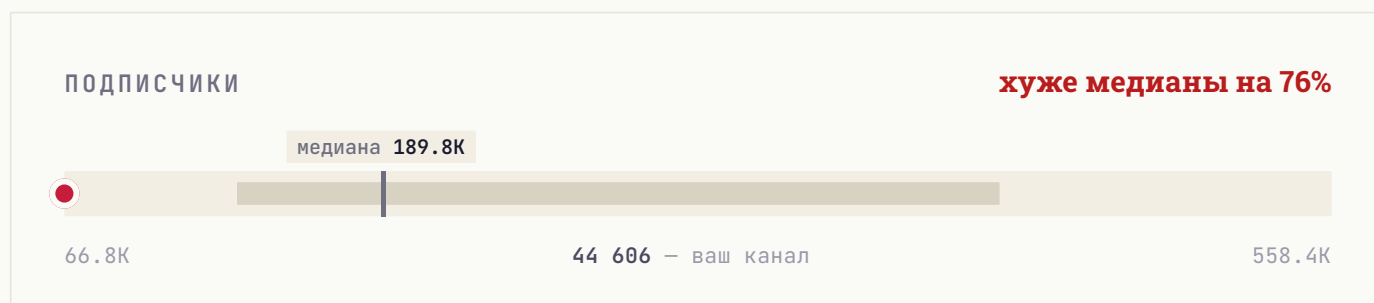
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал пока вне топ-97 ниши — ранняя стадия роста. Лидер ниши — Золотое Яблоко (1М), медиана топ-97: 189.3К. Первая цель — войти в топ-97 через системную работу с трафиком и контентом.

## — РАЗДЕЛ 06 • СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

## Где канал в своей лиге

Взяли топ-100 каналов категории «**Мода и красота**» (Россия) и посмотрели, как канал выглядит на их фоне. Серая полоса — диапазон, в который попадают 80% каналов ниши (от p10 до p90). Чёрная вертикаль — медиана. Красная точка — ваш канал.



— РАЗДЕЛ 07 · 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 0.6 постов/нед. У активных каналов норма 7-10. Регулярность — главный фактор удержания аудитории.

ЭФФЕКТ

**Регулярность  
важнее  
объёма**

02

## Главный пост недели — в вторник

В этот день и в 14:00 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

**+1000-3000  
подп.**

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 — то, что мы можем сделать 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> |
|----|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|

---