

— ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Что скрывает

Реброва



@rebrovass

Канал Александры Ребровой

ПОДПИСЧИКИ

3 233

-30 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

18.0%

за сутки 11.1%

ОХВАТ/ПОСТ

562

рекл. охват 359/24ч

— 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 «Блоги»
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 3 233 —	👁️ ОХВАТ ПОСТА 17.37% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ ПРОСМОТРЫ/ПОСТ 562 медиана 564 · —	📅 ПОСТОВ/ДЕНЬ 42.9 ~300 в неделю
💖 РЕАКЦ./ПОСТ 4.3 всего 13 реакц., 0 реп., 0 комм.	📄 ДЛИНА ПОСТА 142 зн. медиана 142 · —	★ ПОСТОВ В АНАЛИЗЕ 3 —	📈 РЕКЛ. ОХВАТ 359 среднее за 24ч
💖 ОТТОК / МЕСЯЦ -30 за последний месяц	📄 ЦИТИРУЕМОСТЬ 5 индекс цитирования · 6 каналов упомянули за всё время	📅 ВОЗРАСТ КАНАЛА 7 лет 8 месяцев создан 17.01.2019	

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Что скрывает Реброва» — 3 233 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 562 человек (17% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. Публикует 300 постов в неделю (~43 в день) — очень активный режим публикаций.

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 3 постам за —.
- 02 Доминирующий формат — Видео (1/3 постов).
- 03 Средняя длина поста — 142 знаков (медиана 142).
- 04 Пик активности аудитории — вторник, 21:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 1 раз больше просмотров, чем самые слабые (561 в среднем у топа vs 561 у худших) — среди 3 постов за —. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-3 ПОСТОВ

№1 08.09 · 18:11 ФОТО Генерировала сегодня подопечным бодрящие картинки с итогами недели 😊 Надо определиться будет с единым стилем	ПРОСМ. 581 РЕП. —	РЕАКЦ. 13 ER 18.0%
№2 08.09 · 18:10 ТЕКСТ Иду вот в зал в 9 вечера, сегодня плотно рабочий день был Но если я не пойду в зал сегодня, то у меня не влезет 3 тренировки в неделю...	ПРОСМ. 564 РЕП. —	РЕАКЦ. — ER 17.4%
№3 08.09 · 18:08 ВИДЕО (пост без подписи — видео)	ПРОСМ. 540 РЕП. —	РЕАКЦ. — ER 16.7%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 08.09 · 18:11 ФОТО Генерировала сегодня подопечным бодрящие картинки с итогами недели 😊 Надо определиться будет с единым стилем	ПРОСМ. 581 РЕП. —	РЕАКЦ. 13 ER 18.0%
↓ 08.09 · 18:10 ТЕКСТ Иду вот в зал в 9 вечера, сегодня плотно рабочий день был Но если я не пойду в зал сегодня, то у меня не влезет 3 тренировки в неделю...	ПРОСМ. 564 РЕП. —	РЕАКЦ. — ER 17.4%
↓ 08.09 · 18:08 ВИДЕО (пост без подписи — видео)	ПРОСМ. 540 РЕП. —	РЕАКЦ. — ER 16.7%

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

3 450

СЕЙЧАС

3 233

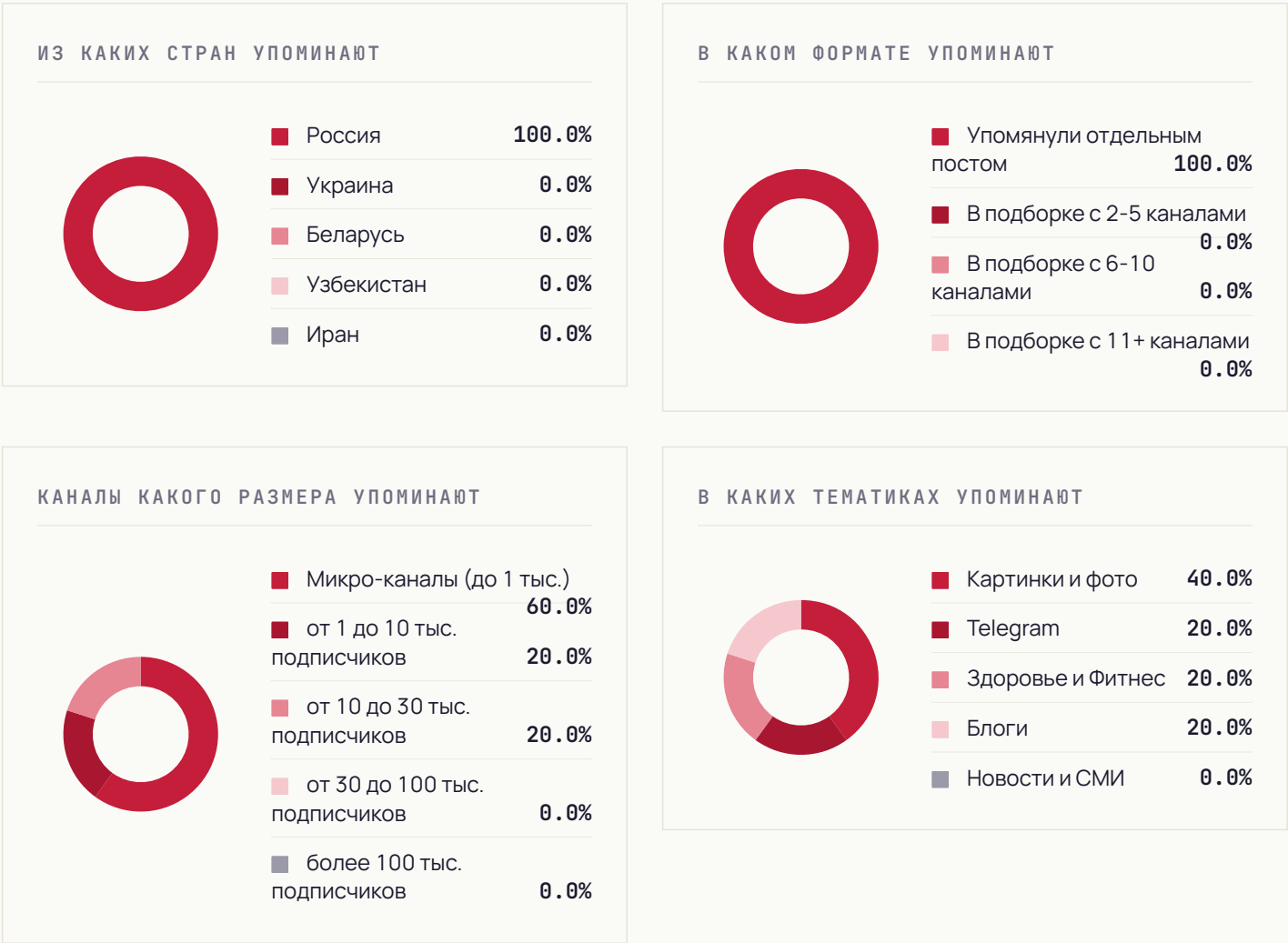
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

-217

— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

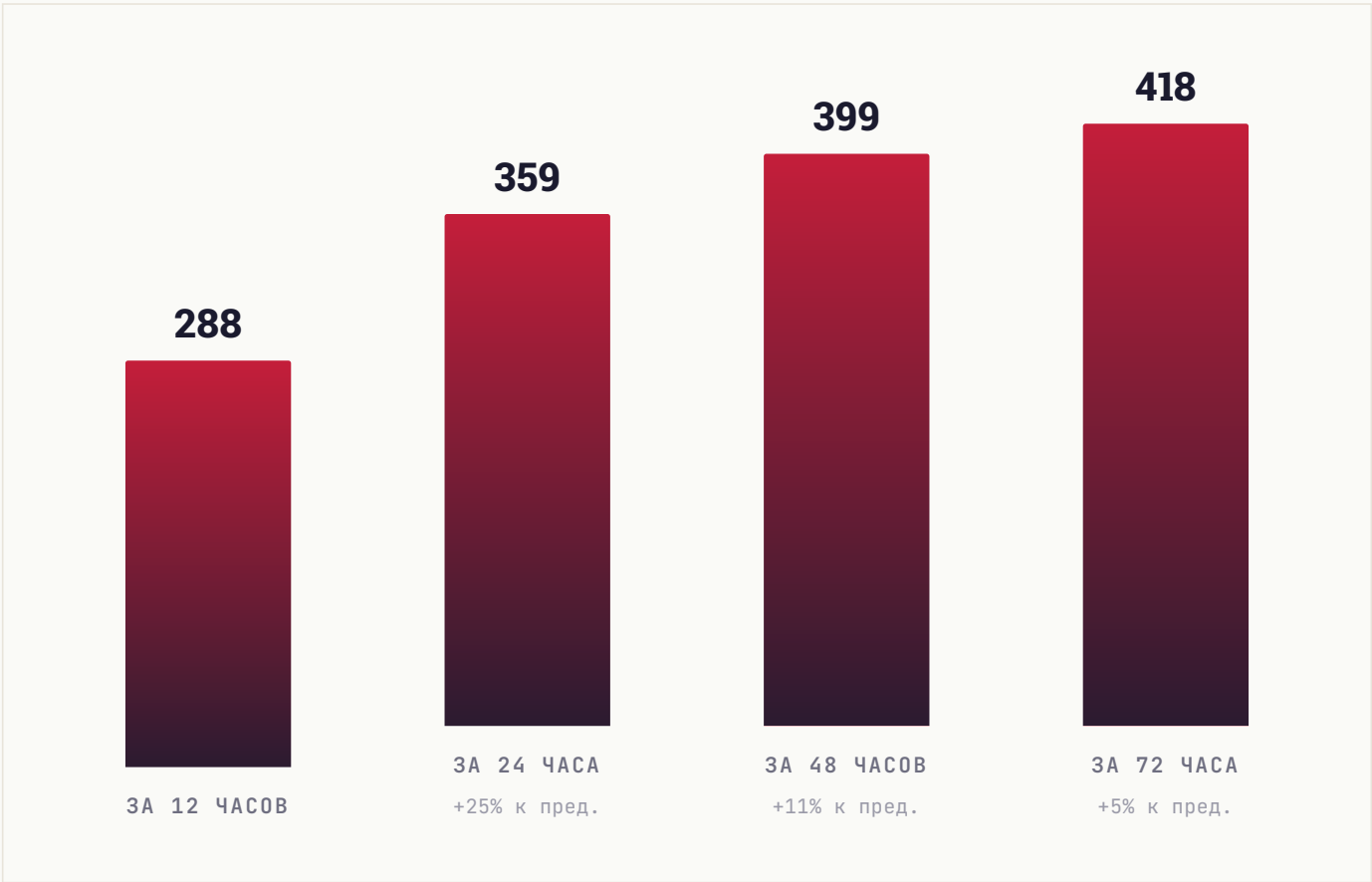
Индекс цитирования 5 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали 6 разных каналов.



— 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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
УД YADOMAROVA дневник фитнес бикини	14.5K
АМ Антон Муштанов	8.1K
ТЗ Тренер здорового человека	5.6K
КШ КСЕНИЯ ШЕВЕЛЁВА 😊	4.1K
ЧС Что скрывает Реброва ВЫ	3.2K
G Galimaslovskaya_ifbb Галина Масловская	3K
КА Karpjr	3K
DO DozersuperstarIFBB	2.5K
44 444	1.6K
ОК Овсяночка, которая блин	1.4K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (5-е место из 10). 4 канала крупнее, 5 — 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 **0**, а канал за это время прибавил **252** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	0	0	65
Февраль 2026	0	0	163
Январь 2026	0	0	20
Декабрь 2025	0	0	2
Ноябрь 2025	0	0	1
Октябрь 2025	0	0	1

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
0	6	252

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

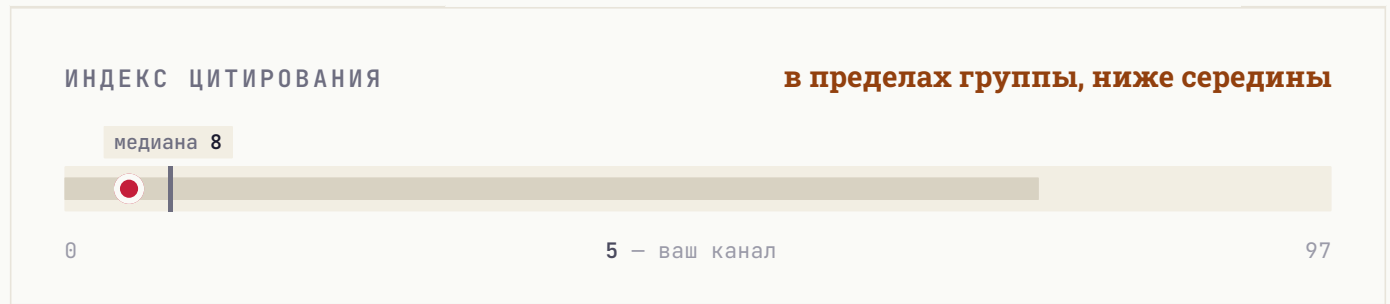
Сравниваем с каналами вашего размера: **166 каналов** категории «Блоги» от 1 тыс. до 10 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#156/166

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 156 из 166 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

Главный пост недели — в вторник

В этот день и в 21:00 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	Запустить рекламу в Telegram	https://panel.promptpress.com/register
----	---	---

02	Связаться с менеджером	t.me/PromptPress_manager
----	-------------------------------	---
