

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Рукето



@ruketo_ru

Официальный канал магазина ruketo.ru [#SJSJR](https://gosuslugi.ru/snet/6874f7e1f794ae55545755bd)

ПОДПИСЧИКИ

13 200

+7 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

18.0%

за сутки 7.7%

ОХВАТ/ПОСТ

2.4K

рекл. охват 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 «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 13 200 —	👁️ охват поста 17.85% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 2.4K медиана 2.4K · 28 дней	📅 постов/нед. 6.5 за период
📈 тренд 7д -14.0% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 51.1 всего 1 328 реакц., 367 реп., 164 комм.	📄 длина поста 953 зн. медиана 1000 · 28 дней	★ постов в анализе 26 28 дней
📈 рекл. охват 1K среднее за 24ч	💖 отток / месяц +7 за последний месяц	📄 цитируемость 9 индекс цитирования · 45 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 6 месяцев создан 25.02.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Рукето» — 13 200 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 2.4K человек (18% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. Публикует 6 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 31 августа – 6 сентября охваты просели на -14.0% к неделе 24–30 августа — стоит разобрать причины.

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 26 постам за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (23/26 постов).
- 03 Средняя длина поста — 953 знаков (медиана 1000).
- 04 Пик активности аудитории — вторник, 10:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (3.3К в среднем у топа vs 1.7К у худших) — среди 26 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 18.08 · 07:32 ФОТО Друзья, ваше доверие – наш главный актив ❤️ Оно формируется на искренности и добросовестности Вы знаете, что во всех наших продуктах мы...	ПРОСМ. 3 503 РЕП. 31	РЕАКЦ. 114 ER 26.5%
№2 27.08 · 03:01 ФОТО 🎉 Долгожданная новинка! Дезодорант ЭROSA – специально по вашему запросу! Вы много раз спрашивали, когда же мы сделаем правильный...	ПРОСМ. 3 307 РЕП. 32	РЕАКЦ. 98 ER 25.1%
№3 17.08 · 16:01 ФОТО Кажется, заболелаю... Что делать в самом начале? 🤒 Знакомое ощущение, когда в горле только запершило, а к вечеру уже ломит мышцы и нет сил...	ПРОСМ. 3 230 РЕП. 26	РЕАКЦ. 58 ER 24.5%

Nº4 30.08 · 10:38 ФОТО Аббревиатура БПЦ расшифровывается как Body Protection Compound, соединение для защиты организма. Название не маркетинговое: пептид выделили...	ПРОСМ. 2 969 РЕП. 11	РЕАКЦ. 52 ER 22.5%
Nº5 16.08 · 13:01 ФОТО Когда тимусу нужна поддержка 🍷 Тимус, или вилочковая железа, играет важную роль в работе иммунной системы. Именно в нём созревают...	ПРОСМ. 2 903 РЕП. 16	РЕАКЦ. 46 ER 22.0%

|

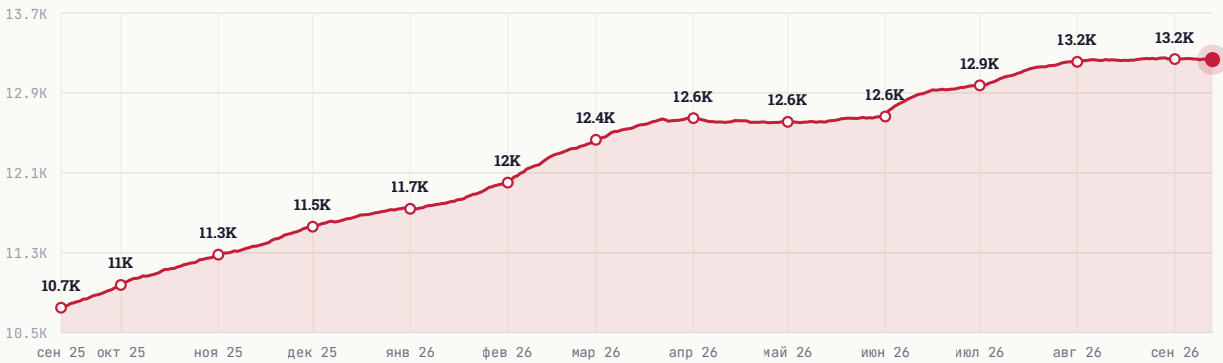
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 06.09 · 14:31 ФОТО 🛁 Почему крем работает по-разному до и после душа Кожа – не стена с дверью, а плотная кладка. Роговой слой устроен как стопка сплюснутых...	ПРОСМ. 2 020 РЕП. 13	РЕАКЦ. 55 ER 15.3%
↓ 08.09 · 13:02 ФОТО 📖 Новая лекция Светланы Чубатовой! Кожа – это самый большой орган, который участвует в защите организма и взаимодействует с окружающей...	ПРОСМ. 1 715 РЕП. 11	РЕАКЦ. 38 ER 13.0%
↓ 09.09 · 07:01 ФОТО Беда Пигментация пришла, откуда не ждали...👁👁 В средней полосе России становится меньше активного солнца, и можно ошибочно подумать, что...	ПРОСМ. 1 465 РЕП. 5	РЕАКЦ. 31 ER 11.1%

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

10 737

СЕЙЧАС

13 200

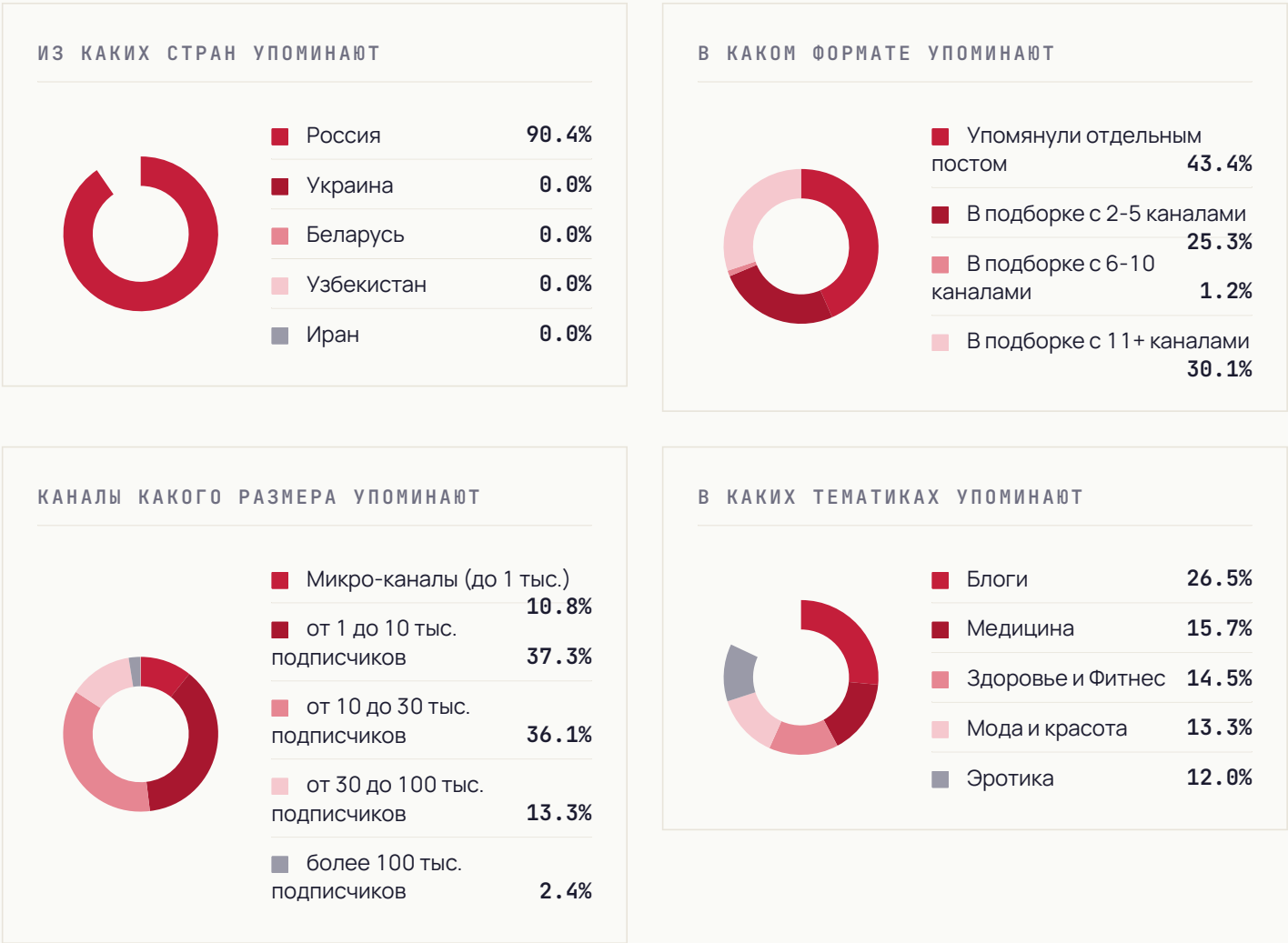
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+2 463

— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

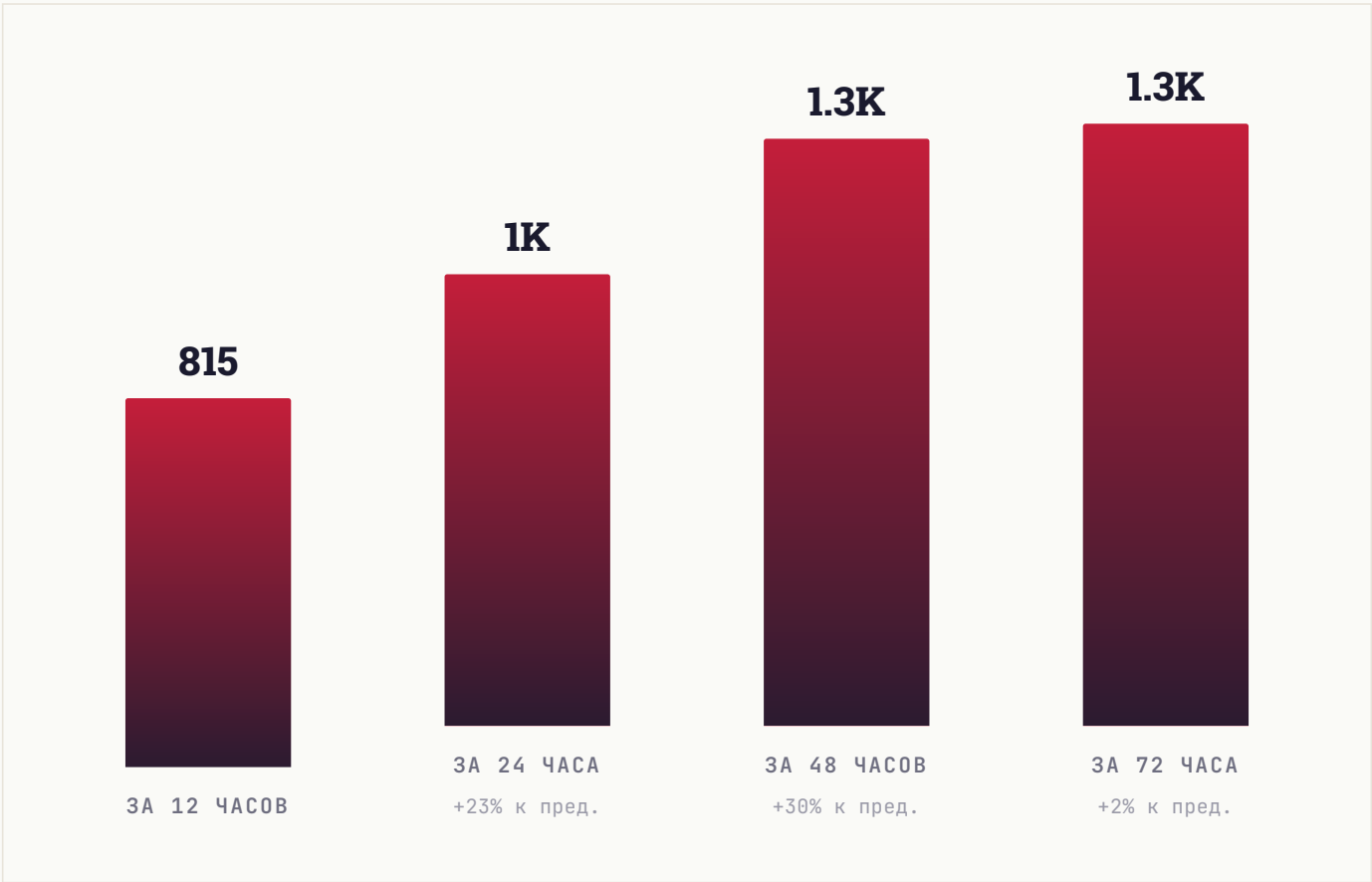
Индекс цитирования 9 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали 45 разных каналов.



— 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
DO Doctor_alina	24.4K
BX Врач Хисамова Ирина Валерьевна	16.7K
AC Алоха с Татьяной Смольяниновой	16.1K
DB Доктор Блюм / Doktor_Blum	15.2K
RY Рукето ВЫ	13.2K
ND Нутрициология, диетология и Аюрведа с Dr.Robertovna	10K
V- vladimirfo — Владимир Фокин	9.8K
PR PreventEra	8.1K
DZ Детское здоровье	8K
AZ Авеню Здоровье!	6.6K
NU NutriHouse	2.9K

| СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (5-е место из 11). 4 канала крупнее, 6 — 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 **16**, а канал за это время прибавил **1 732** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	0	0	265
Февраль 2026	0	0	403
Январь 2026	1	1	260
Декабрь 2025	3	2	201
Ноябрь 2025	7	7	287
Октябрь 2025	5	5	316

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
16	6	1 732

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

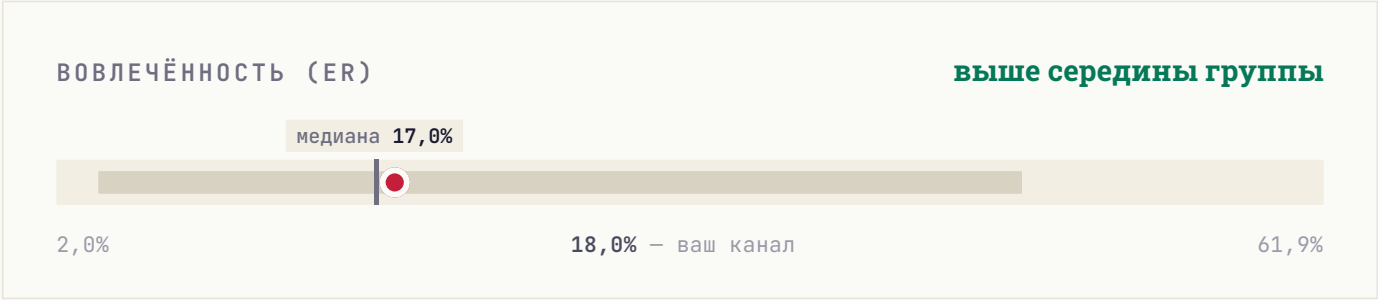
Где канал в своей лиге

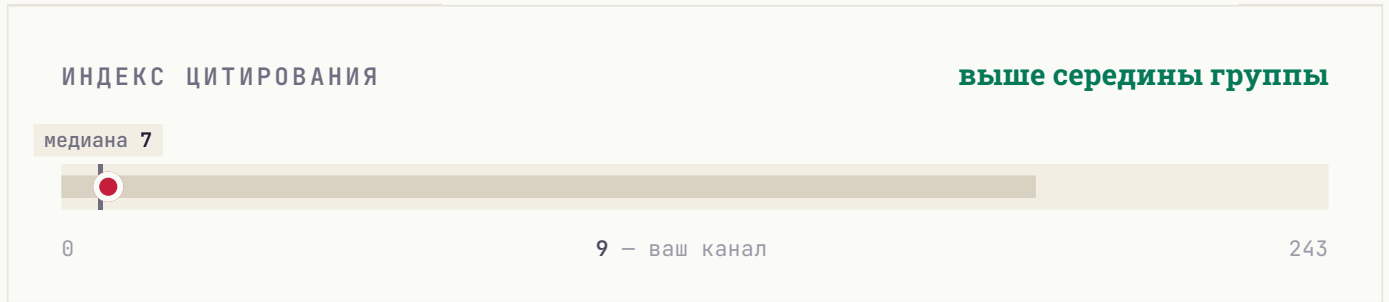
Сравниваем с каналами вашего размера: **77 каналов** категории «Здоровье и Фитнес» от 4 тыс. до 40 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#47 / 77

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 47 из 77 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых сразу по нескольким показателям:

средний охват / пост, вовлечённость и индекс цитирования.

— 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 10:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

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**

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 — 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	Запустить рекламу в Telegram	https://panel.promptpress.com/register
----	---	---

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