

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Salvus channel



@salvus_channel

@salvusman- дипломированный олимпийский тренер и руководитель младшего медицинского персонала EU. Канал создан в образовательных целях и не несет никакой пропаганды употребления ААС. Контент...

ПОДПИСЧИКИ

8 720

+90 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

42.0%

за сутки **19.2%**

ОХВАТ/ПОСТ

3.6K

рекл. охват **1.7K/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 «Спорт»
- 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 8 720 —	👁️ охват поста 40.81% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 3.6K медиана 3.6K · 27 дней	📅 постов/нед. 7.0 за период
📈 тренд 7д -15.6% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 582.6 всего 16 314 реакц., 0 реп., 0 комм.	📄 длина поста 876 зн. медиана 1000 · 27 дней	★ постов в анализе 28 27 дней
📈 рекл. охват 1.7K среднее за 24ч	💖 отток / месяц +90 за последний месяц	📄 цитируемость 11 индекс цитирования · 33 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 1 месяц создан 07.08.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Salvus channel» — 8 720 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 3.6K человек (41% от подписчиков), это широкий охват для канала такого размера. Публикует 7 постов в неделю (~1 в день) — регулярный режим. За неделю 14–20 сентября охваты просели на -15.6% к неделе 7–13 сентября — 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 28 постам за 27 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (12/28 постов).
- 03 Средняя длина поста — 876 знаков (медиана 1000).
- 04 Пик активности аудитории — вторник, 09:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (4.6K в среднем у топа vs 2.5K у худших) — среди 28 постов за 27 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 31.08 · 04:27 ВИДЕО Как меня утомили эти рассказы инста самцов в гонке за подпыщчаками что «высокий эстрадиол снижает гематокрит и поднимает ифр, значит...	ПРОСМ. 4 813 РЕП. —	РЕАКЦ. 596 ER 55.2%
№2 01.09 · 04:12 ФОТО Доброго времени друзья. Это было сложно, долго, местами непонятно, но никто с мая месяца не осмелился это сделать. Вы смеялись про мое...	ПРОСМ. 4 505 РЕП. —	РЕАКЦ. 532 ER 51.7%
№3 01.09 · 06:00 ТЕКСТ Результаты конкурса: 🎉 Победители: 1. Future_Oligarch (@armenka159rus) 2. Bozon (@Bozon1905) 3. Vladimir Neklyudov 4. Александр Корытцев...	ПРОСМ. 4 431 РЕП. —	РЕАКЦ. 224 ER 50.8%

№4

01.09 · 04:12

ТЕКСТ

(пост без подписи — текст)

ПРОСМ.

4 312

РЕАКЦ.

305

РЕП.

—

ER

49.4%

№5

29.08 · 14:24

ТЕКСТ

Исследование на образцах здоровых людей и пациентов с СД2 показало, что эритритол в физиологически релевантных дозах значительно увеличивал...

ПРОСМ.

4 284

РЕАКЦ.

539

РЕП.

—

ER

49.1%

|

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓

20.09 · 04:40

ТЕКСТ

Таким образом логически мы понимаем, что при наружном применении состав осины потенциально может работать сразу по нескольким направлениям...

ПРОСМ.

2 597

РЕАКЦ.

660

РЕП.

—

ER

29.8%

↓

20.09 · 04:40

ВИДЕО

Спасибо Рею Питу за кокос против омеги, науку о ПНЖК, витамин Д3, каррагинан, апельсиновый сок, аспирин, raw молоко(а верблюжье мы выяснили...

ПРОСМ.

2 543

РЕАКЦ.

489

РЕП.

—

ER

29.2%

↓

23.09 · 04:11

ФОТО

Не знаю насколько вам интересны уникальные знания народной медицины, но я нахожу информацию в док. меде ради отделения «мух от котлет». Это...

ПРОСМ.

2 232

РЕАКЦ.

705

РЕП.

—

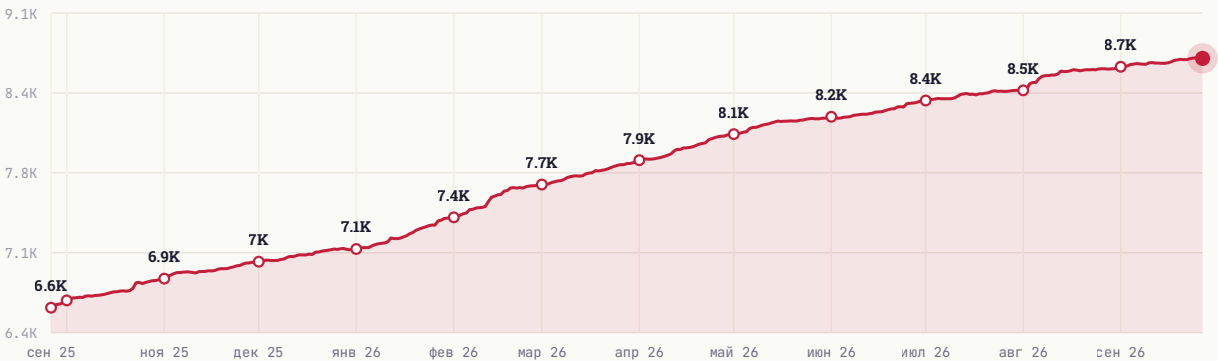
ER

25.6%

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.

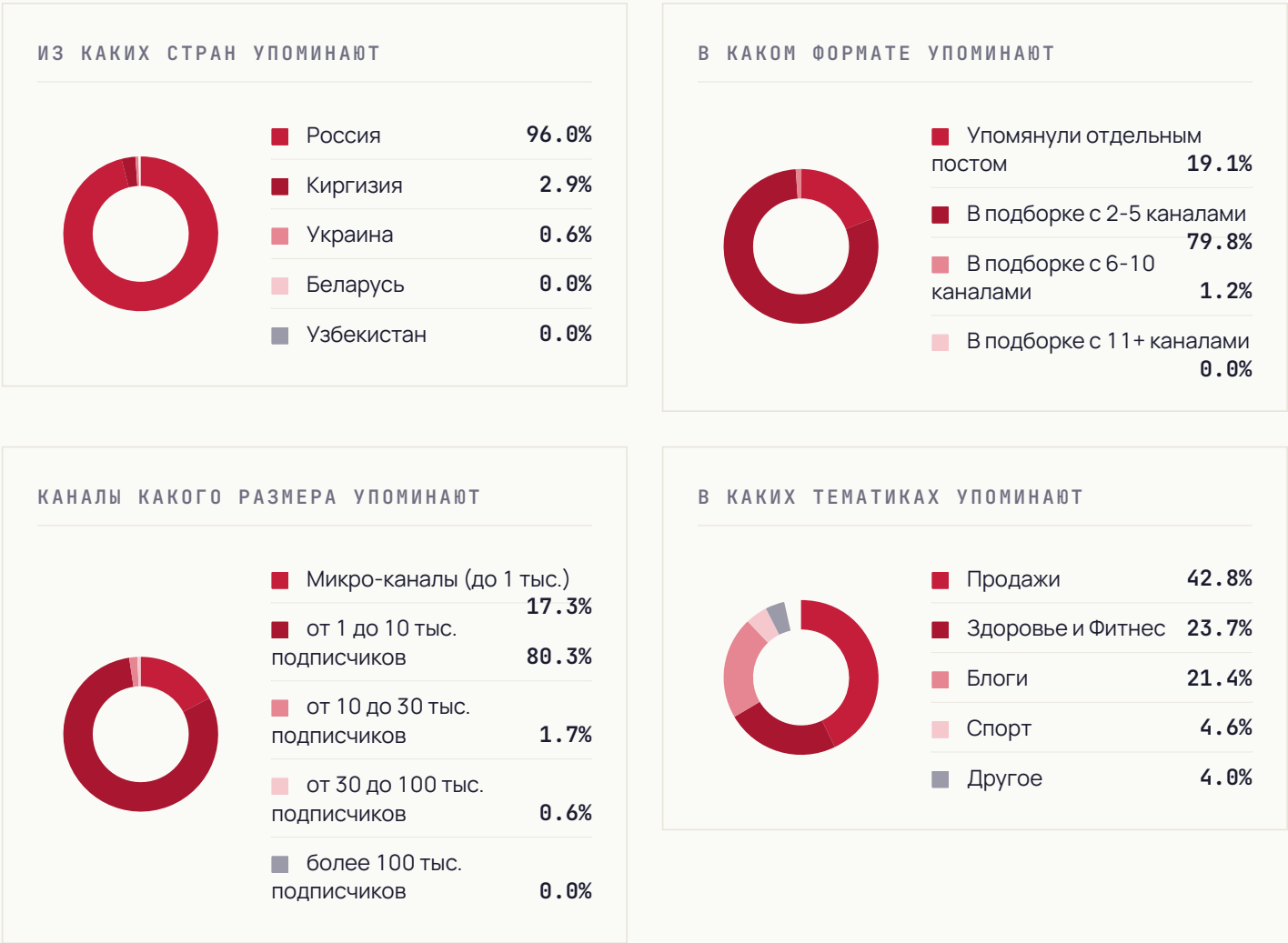


НАЧАЛО ПЕРИОДА	СЕЙЧАС	ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ
6 642	8 720	+2 078

— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

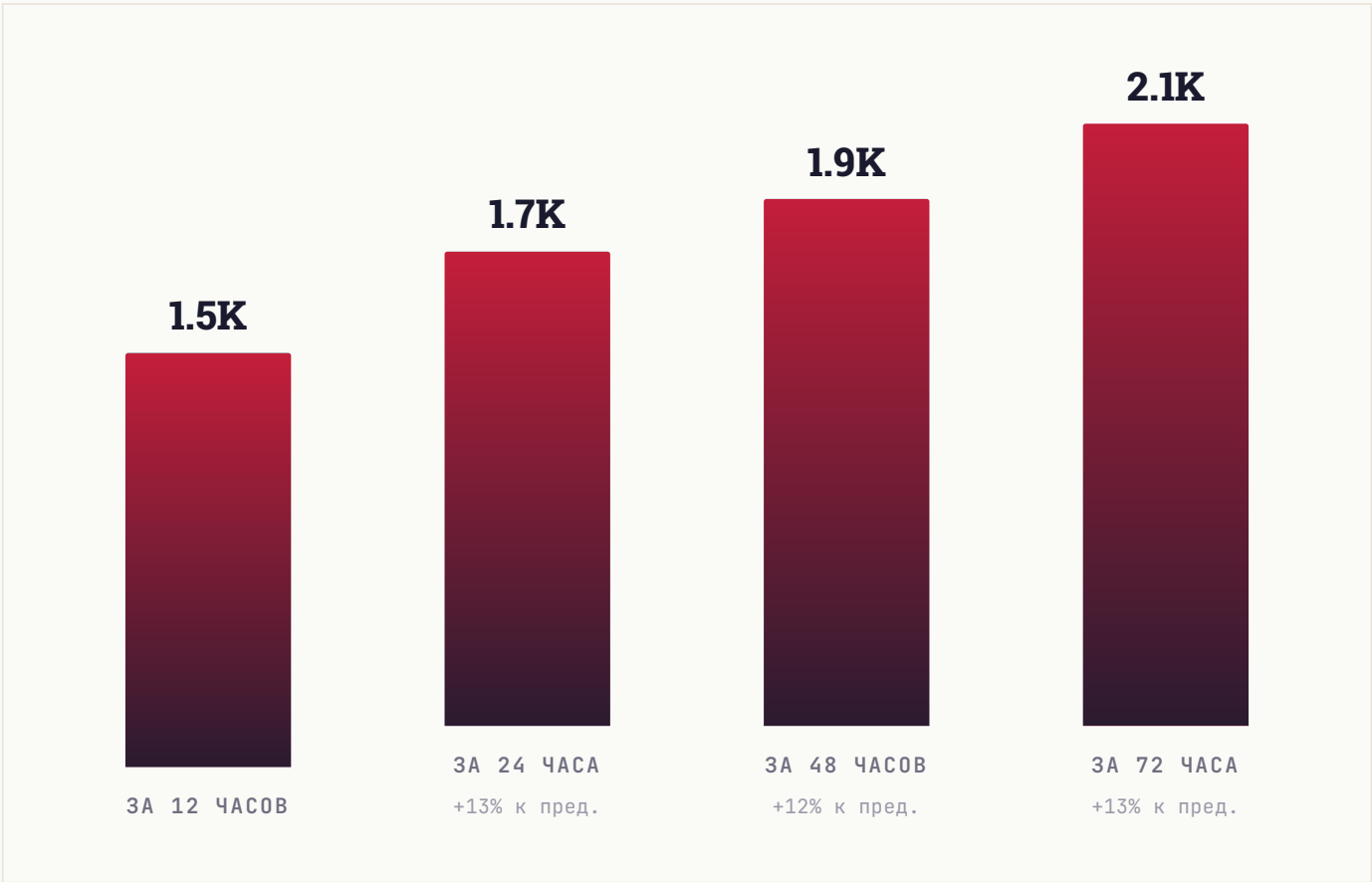
Индекс цитирования **11** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **33** разных каналов.



— 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
КБ Кладбище Биохакеров	37.2K
LF Limar freedom	14.6K
AL alexander__philippov	9K
SC Salvus channel ВЫ	8.7K
EB Evidence Based Cult	8.2K
FB FUCK BADs	5.2K
MM MENTOR MIND💖	3.8K
BI BioGuru	1.4K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (4-е место из 8). 3 канала крупнее, 4 — 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 **76**, а канал за это время прибавил **1 252** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	15	7	203
Февраль 2026	15	10	286
Январь 2026	9	5	266
Декабрь 2025	13	9	136
Ноябрь 2025	18	6	149
Октябрь 2025	6	3	212

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
76	6	1 252

— РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

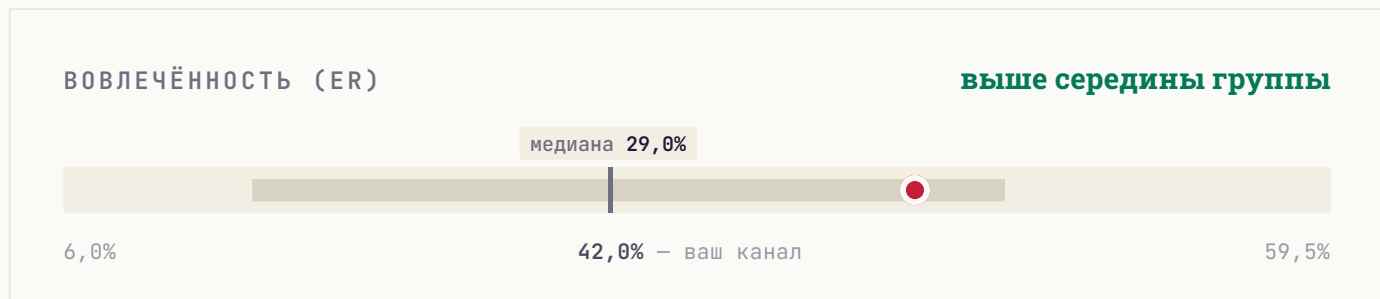
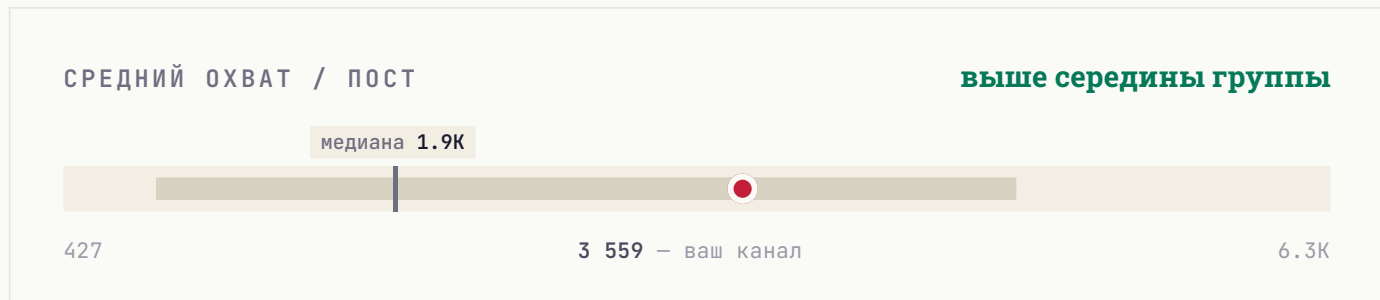
Сравниваем с каналами вашего размера: **27 каналов** категории «Спорт» от 3 тыс. до 26 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#14

/27

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 14 из 27 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых сразу по нескольким показателям:
подписчики, 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 вторник

В этот день и в 09:00 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
----	-------------------------------	---
