

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Скуп протеина



@skup_proteina

⚡ Скидки, новинки и находки спортпита По поводу рекламы/вп — @grosslina
Отзывы на рекламу — @pr_skup_proteina чатик — <https://t.me/+M9TIGUi4wPEwM2Fi> предложка — @ozonwb47_bot
ТИК ТОК:...

ПОДПИСЧИКИ

23 390

+9006 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

56.0%

за сутки 52.5%

ОХВАТ/ПОСТ

12.8K

рекл. охват 12.2K/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	Цитируемость Кто и как упоминает канал
05	Рекламный потенциал Как долго пост приносит охват
06	Динамика упоминаний 6 месяцев · ежемесячно
07	Сравнение с нишей Позиция в категории «Еда и кулинария»
08	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 23 390 —	👁️ ОХВАТ ПОСТА 54.75% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ ПРОСМОТРЫ/ПОСТ 12.8K медиана 12.8K · 29 дней	📅 ПОСТОВ/НЕД. 44.0 за период
📈 ТРЕНД 7Д +5.2% vs предыдущая неделя	💖 РЕАКЦ./ПОСТ 167.8 всего 31 550 реакц., 8 913 реп., 4 704 комм.	📄 ДЛИНА ПОСТА 75 зн. медиана 56 · 29 дней	☆ ПОСТОВ В АНАЛИЗЕ 188 29 дней
📈 РЕКЛ. ОХВАТ 12.2K среднее за 24ч	💖 ОТТОК / МЕСЯЦ +9006 за последний месяц	📄 ЦИТИРУЕМОСТЬ 7 индекс цитирования · 39 каналов упомянули за всё время	📅 ВОЗРАСТ КАНАЛА 2 года 6 месяцев создан 29.03.2024

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Скуп протеина» — 23 390 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 12.8K человек (55% от подписчиков), это широкий охват для канала такого размера. Публикует 44 постов в неделю (~6 в день) — активный режим публикаций. За неделю 28 сентября – 4 октября охваты выросли на +5.2% к неделе 21–27 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 188 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (178/188 постов).
- 03 Средняя длина поста — 75 знаков (медиана 56).
- 04 Пик активности аудитории — воскресенье, 13:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (18.7K в среднем у топа vs 9.2K у худших) — среди 188 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 26.09 · 17:44 ФОТО РЕБЯТА ! В предложку сегодня тоже кидали по 50р такие же, возможно не локально, я сама нашла Еще и купон 50% действует	ПРОСМ. 18 882 РЕП. 291	РЕАКЦ. 290 ER 80.7%
№2 26.09 · 18:24 ФОТО мёд по телу	ПРОСМ. 18 662 РЕП. 45	РЕАКЦ. 449 ER 79.8%
№3 27.09 · 10:35 ФОТО Я обожаю, когда видео попадает в реки и просыпаются ОНИ	ПРОСМ. 18 530 РЕП. 15	РЕАКЦ. 517 ER 79.2%

№4 27.09 · 22:04 ФОТО
Скидки на BootyBar ! Промокод: SEPTM15

ПРОСМ.
18 121
РЕП.
74
РЕАКЦ.
157
ER
77.5%

№5 26.09 · 16:05 ФОТО
Все результаты проверок батончиков и печенек в лаборатории Остальные в комм 📌

ПРОСМ.
17 991
РЕП.
141
РЕАКЦ.
271
ER
76.9%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 17.09 · 11:14 ФОТО
может кому-то интересно будет

ПРОСМ.
9 433
РЕП.
31
РЕАКЦ.
96
ER
40.3%

↓ 17.09 · 21:40 ФОТО
Еще выгодные позиции ProteinRex <https://market.yandex.ru/cc/B6BLCc>

ПРОСМ.
9 221
РЕП.
7
РЕАКЦ.
44
ER
39.4%

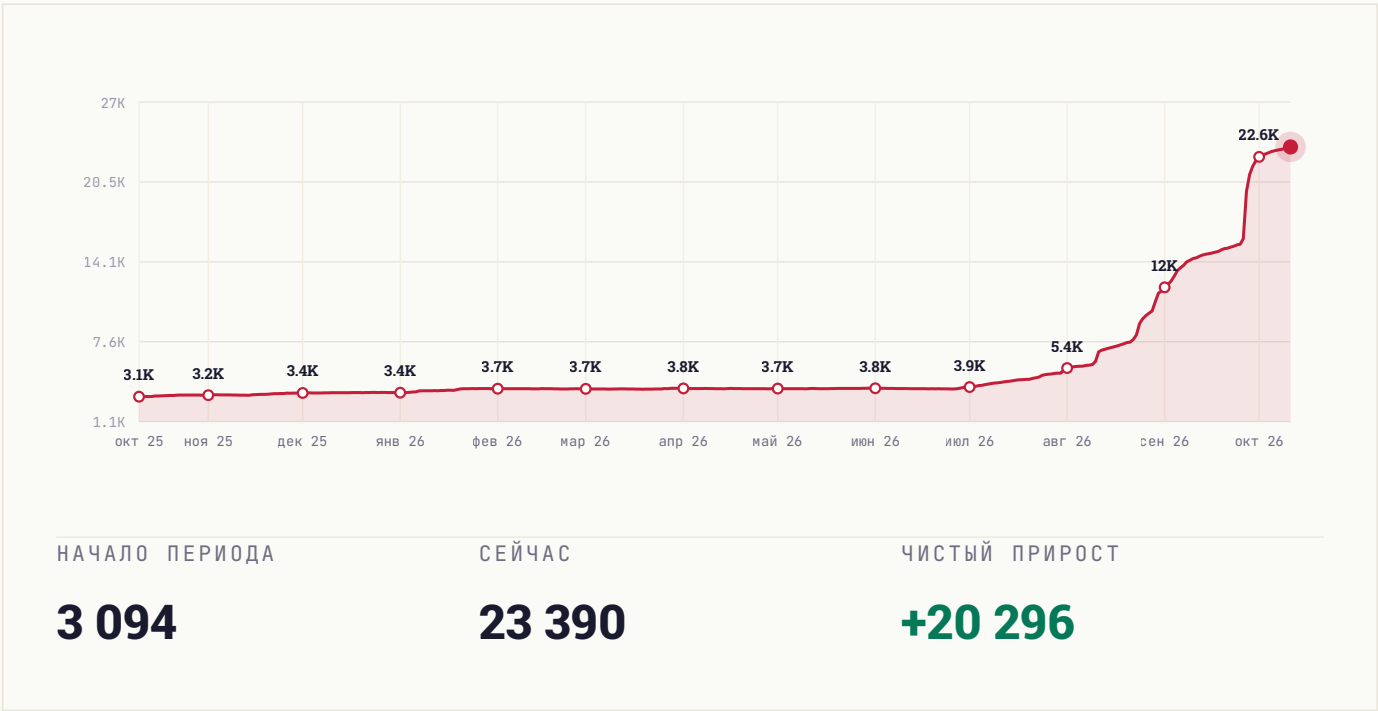
↓ 17.09 · 11:30 ФОТО
🔥 -30% на ISOTONIC и L-CARNITINE Самое время пополнить запас перед тренировками или просто попробовать, если давно...

ПРОСМ.
9 029
РЕП.
12
РЕАКЦ.
78
ER
38.6%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

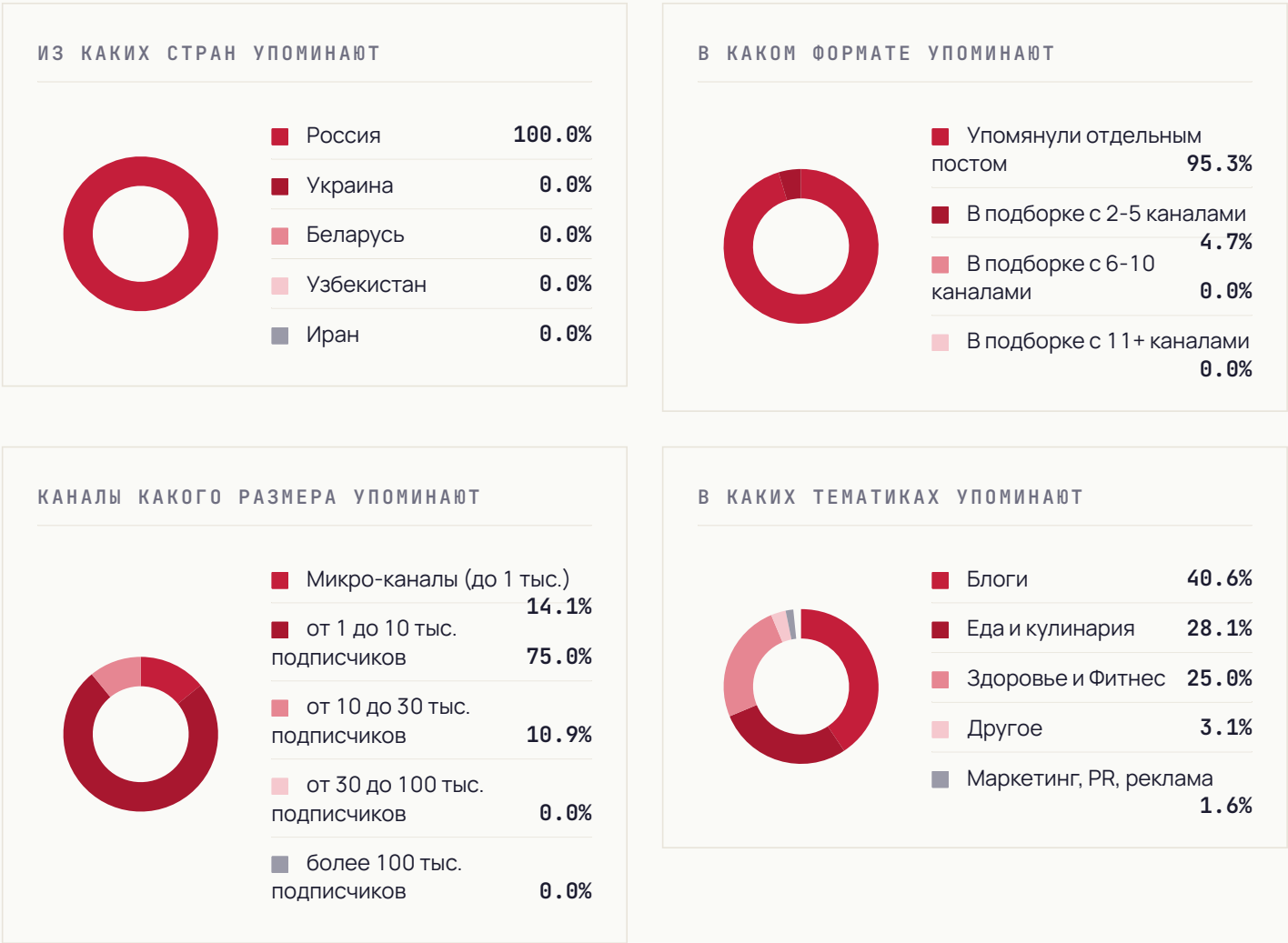
График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

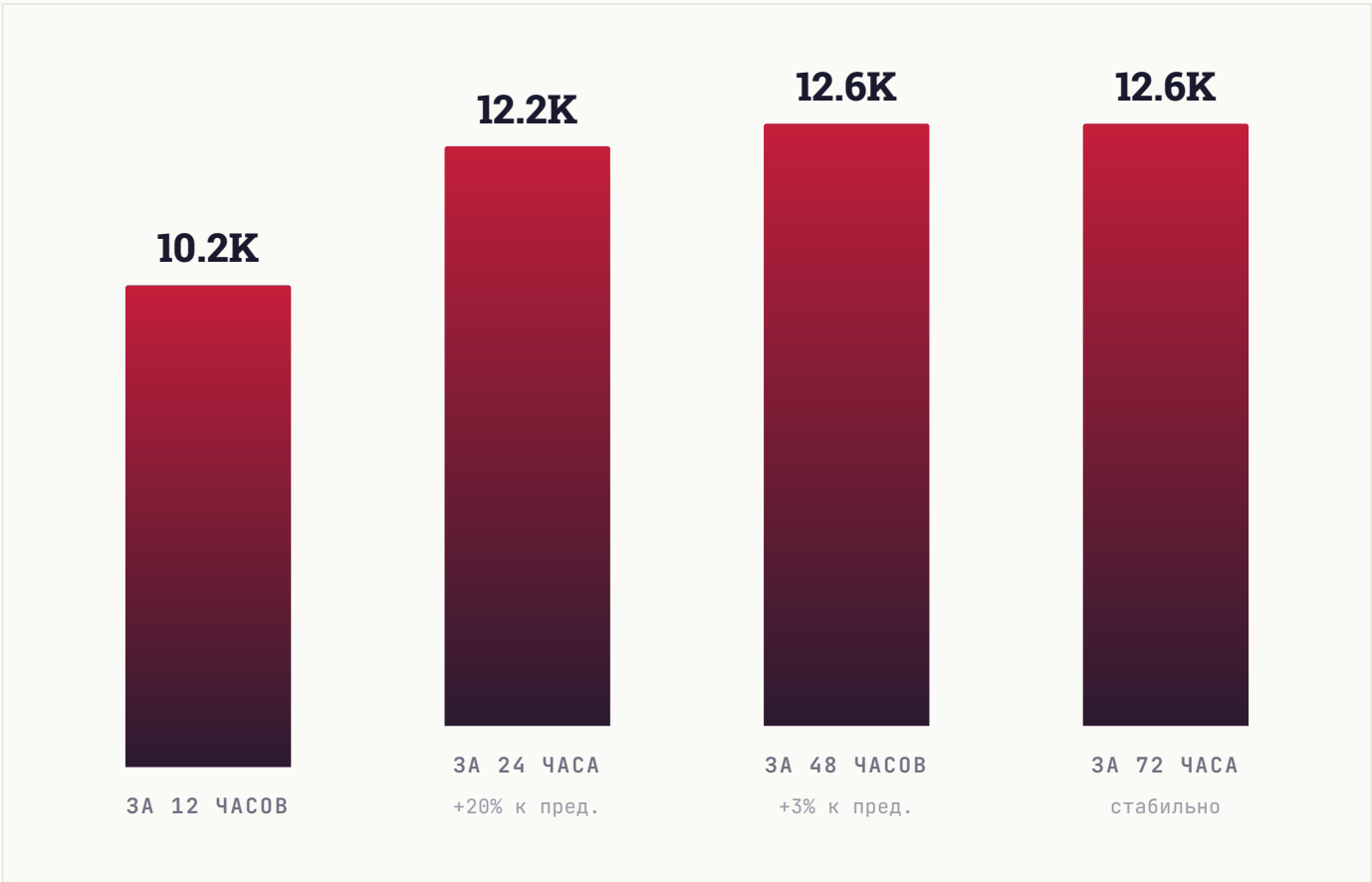
Индекс цитирования 7 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали 39 разных каналов.



— 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 · ДИНАМИКА УПОМИНАНИЙ

Как часто канал упоминают

Ежемесячно мы фиксируем посты в других каналах, где упомянули ваш канал.
За последние **6 месяцев** таких упоминаний было **14**, а канал за это время прибавил **862** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Апрель 2026	1	1	57
Март 2026	2	2	94
Февраль 2026	1	1	53
Январь 2026	6	6	360
Декабрь 2025	2	2	75
Ноябрь 2025	2	2	223

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
14	6	862

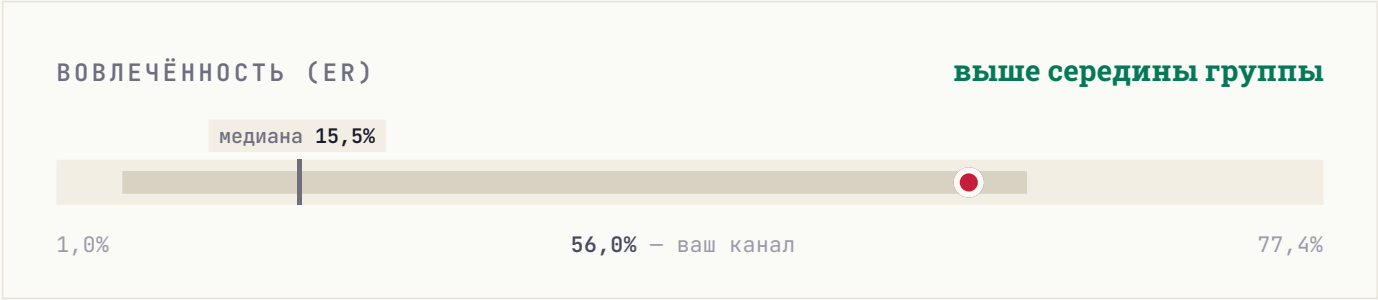
РАЗДЕЛ 07 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

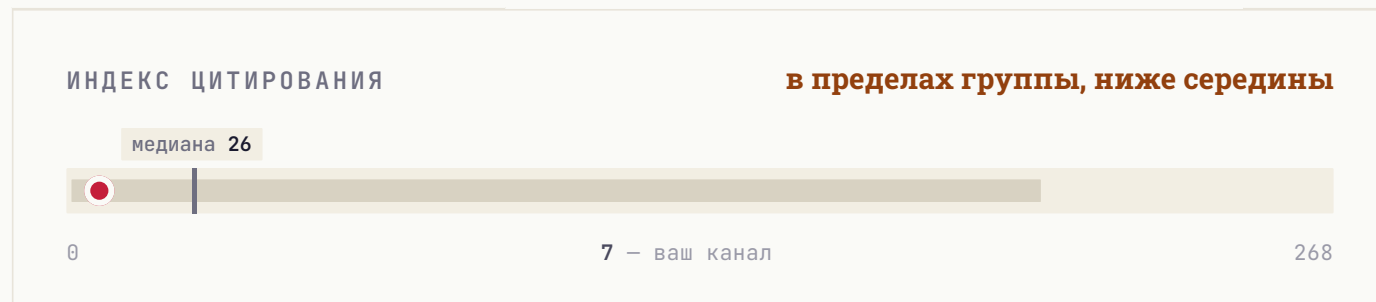
Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **104 канала** категории «Еда и кулинария» от 8 тыс. до 70 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#54 /104

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ
Место 54 из 104 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых сразу по нескольким показателям:

средний охват / пост и вовлечённость.

— РАЗДЕЛ 08 · 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 воскресенье

В этот день и в 13:00 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 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
----	-------------------------------	---
