

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала TORNADO MAX ENERGY



@tornadoenergyme

Делать первый шаг, делиться эмоциями и быть счастливыми.
TORNADO — это про нас! По всем вопросам:
@TORNADOMAX_ENERGY_Support TikTok: tiktok.com/
@tornado.max.energy Канал в MAX:...

ПОДПИСЧИКИ

132 474

+1956 за месяц

ERR (% ВИДЯТ
ПОСТЫ)

19.0%

за сутки 4.6%

ОХВАТ/ПОСТ

24K

рекл. охват 6K/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 «Еда и кулинария»
- 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 132 474 —	👁️ охват подписчиков 18.14% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 24K медиана 22.1K · 27 дней	📅 постов/нед. 7.3 за период
📈 тренд 7д +94.9% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 338.5 всего 9 816 реакц., 2 105 реп., 1 054 комм.	📄 длина поста 75 зн. медиана 34 · 27 дней	★ постов в анализе 29 27 дней
📈 рекл. охват 6K среднее за 24ч	💖 отток / месяц +1956 за последний месяц	📄 цитируемость 548 индекс цитирования · 666 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 3 года 10 месяцев создан 02.09.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «TORNADO MAX ENERGY» — 132 474 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 24K человек (18% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. Публикует 7 постов в неделю (~1 в день) — регулярный режим. За неделю 22–28 июня охваты выросли на +94.9% к неделе 15–21 июня — 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 29 постам за 27 дней.
- 02 Доминирующий формат — Текст (10/29 постов).
- 03 Средняя длина поста — 75 знаков (медиана 34).
- 04 Пик активности аудитории — четверг, 18:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 7 раз больше просмотров, чем самые слабые (76.4K в среднем у топа vs 10.6K у худших) — среди 29 постов за 27 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 25.06 · 15:26 ФОТО Хотите Оммм? Тогда участвуйте в розыгрыше 10 месячных запасов TORNADO RUSSIAN и Sensia by Fresh Bar! Условия просты: Подпишись на...	ПРОСМ. 145 547 РЕП. 372	РЕАКЦ. 580 ER 109.9%
№2 24.06 · 14:31 ФОТО Аж глаза разбегаются! 😄 Розыгрыш 10 мониторов 240 Гц 27" Проверь подписку на канал и жми на кнопку «Участвую». 10 победителей определим...	ПРОСМ. 56 940 РЕП. 1 076	РЕАКЦ. 1 703 ER 43.0%
№3 12.06 · 14:12 ФОТО Некое незримое существо или закон? Нечто подобное Длани Господней, парящей над миром. По крайней мере, истинно то, что человек не властен...	ПРОСМ. 26 846 РЕП. 47	РЕАКЦ. 278 ER 20.3%

№4

21.06 · 18:05

ТЕКСТ

WE WOO WE WOO 🇩🇰

ПРОСМ.

26 433

РЕАКЦ.

408

РЕП.

17

ER

20.0%

№5

18.06 · 14:23

ФОТО



ПРОСМ.

25 390

РЕАКЦ.

730

РЕП.

16

ER

19.2%

|

ХУДШИЕ 3

↓

03.07 · 10:09

ФОТО

Подняли TORNADO на новый уровень 🤖

ПРОСМ.

12 866

РЕАКЦ.

362

РЕП.

28

ER

9.7%

↓

05.07 · 14:23

ВИДЕО

(пост без подписи — видео)

ПРОСМ.

9 702

РЕАКЦ.

194

РЕП.

24

ER

7.3%

↓

05.07 · 14:23

ТЕКСТ

Как я выгляжу со стороны, когда иду за TORNADO: 🙄 Что играет в моих наушниках:

ПРОСМ.

9 206

РЕАКЦ.

133

РЕП.

11

ER

6.9%

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

52 367

СЕЙЧАС

132 474

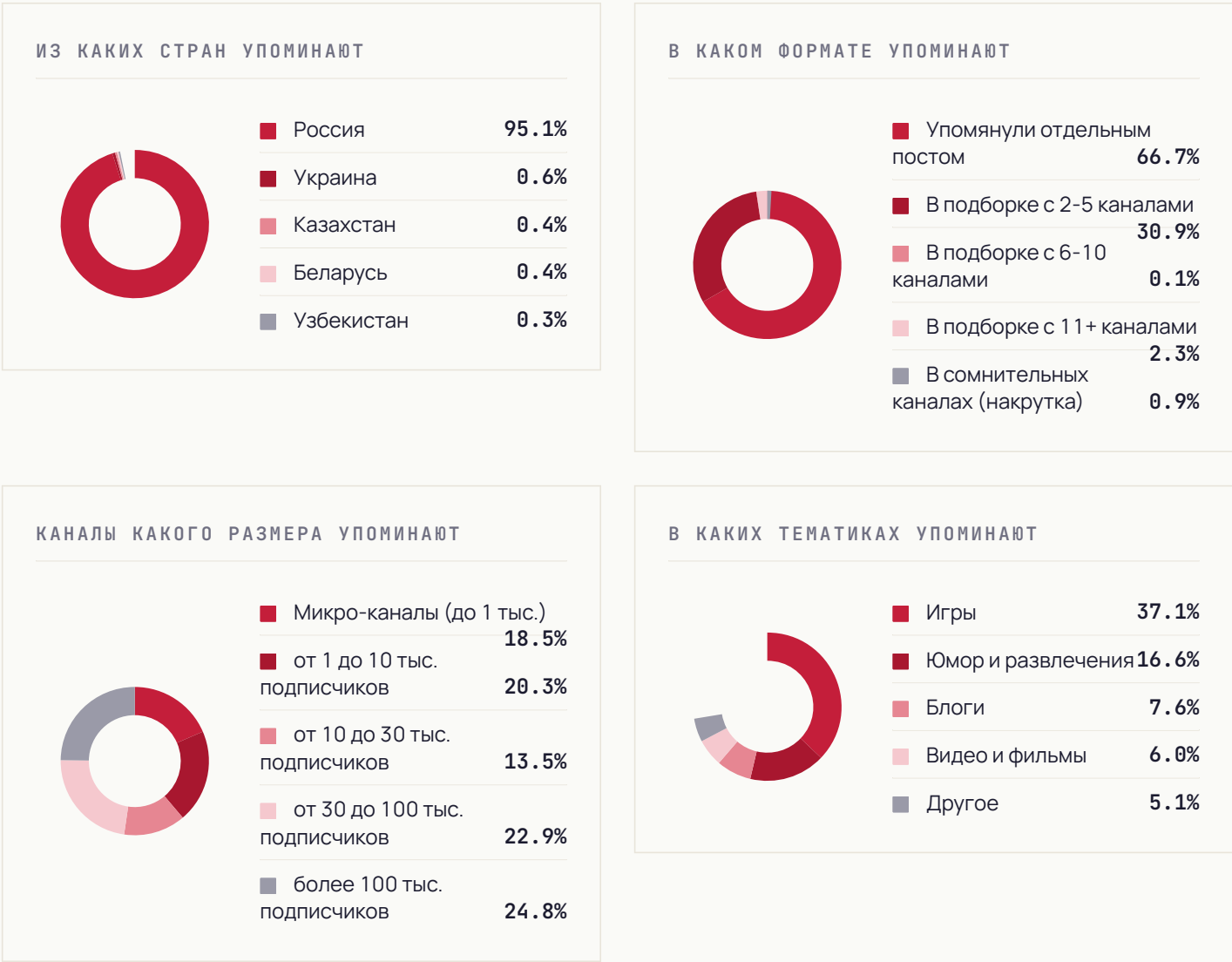
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+80 107

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

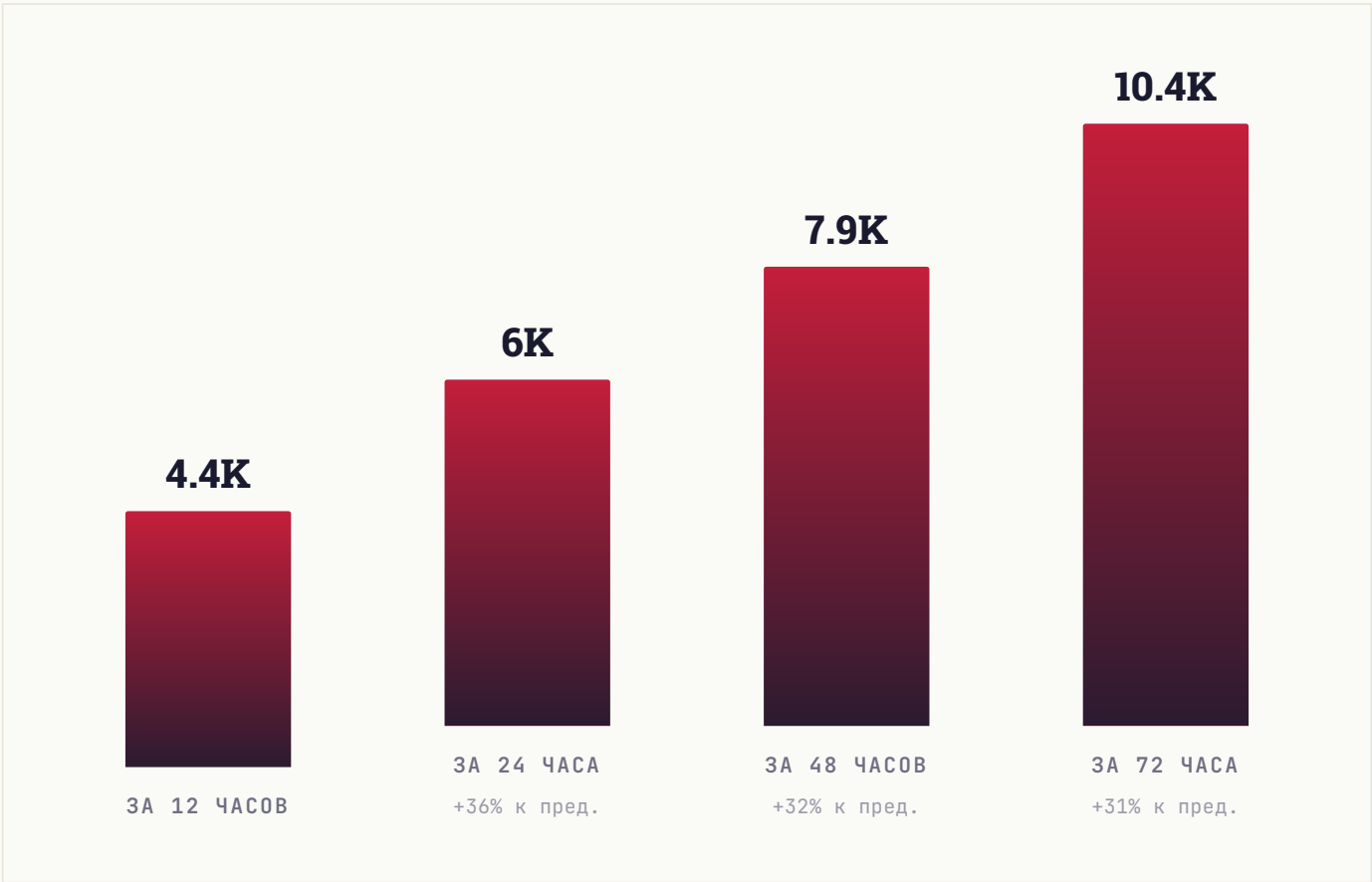
Индекс цитирования **548** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **666** разных каналов.



— 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
КР Кулинария Рецепты Салаты 🧑🍳	995.6K
ПЯ Пятёрочка	776.5K
М 🍰 Мамины Рецепты 😊	680.8K
А Аэрогриль Рецепты	593.3K
ПР Простые Рецепты	586.9K
КР Книга рецептов	559K
КН Кухня наизнанку	532.5K
ВИ Вкусно и дешево 🍪	487.7K
ЧИ ЧИЖИК	485.1K
РН Рецепты на каждый день	461.5K
ТМ TORNADO MAX ENERGY ВЫ	132.5K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в нижней половине топ-100 ниши (#98 из 94). Медиана ниши — 205K подписчиков. Первый KPI роста — выйти на медиану. Лидер: Кулинария Рецепты Салаты 🧑🍳 (995.6K).

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 **161**, они привели **83 594** новых подписчиков.

период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Январь 2026	33	28	2 793
Декабрь 2025	36	29	20 835
Ноябрь 2025	41	39	16 196
Октябрь 2025	38	34	31 578
Сентябрь 2025	11	10	10 933
Август 2025	2	2	1 259
ВСЕГО УПОМИНАНИЙ			161
МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ			6
ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ			83 594

— РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Взяли топ-100 каналов категории «Еда и кулинария» (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.

#98 /100

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Канал в нижней половине рейтинга

ПОДПИСЧИКИ

хуже медианы на 37%



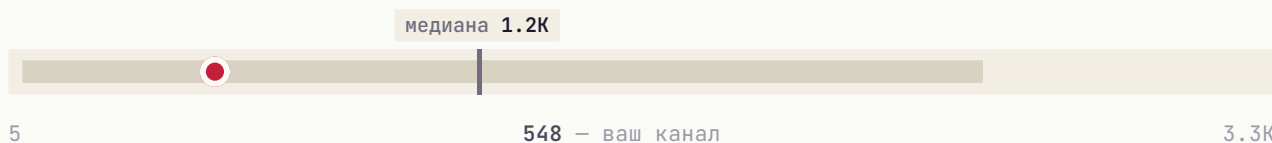
СРЕДНИЙ ОХВАТ / ПОСТ

лучше 69% ниши



ИНДЕКС ЦИТИРОВАНИЯ

хуже медианы на 56%



— 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 четверг

В этот день и в 18:00 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

**+1000-3000
подп.**

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 — 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
----	-------------------------------	---
