

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Магистр Йо- ДД-А.



@yogadda

Йога с Дмитрием Деминым. Видео, фото, тексты, новости.
@demin_asana - связь.

ПОДПИСЧИКИ

4 474

+4 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

21.0%

за сутки **10.9%**

ОХВАТ/ПОСТ

938

рекл. охват **488/24ч**

— 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 4 474 —	👁️ охват поста 20.96% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 938 медиана 876 · 29 дней	📅 постов/нед. 6.8 за период
📈 тренд 7д +4.3% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 36.3 всего 1 053 реакц., 64 реп., 36 комм.	📄 длина поста 451 зн. медиана 259 · 29 дней	★ постов в анализе 29 29 дней
📈 рекл. охват 488 среднее за 24ч	💖 отток / месяц +4 за последний месяц	📄 цитируемость 4 индекс цитирования · 35 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 6 лет 2 месяца создан 31.07.2020

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Магистр ЙО-ДД-А.» — 4 474 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 938 человек (21% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. Публикует 7 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 28 сентября – 4 октября охваты стабильны (+4.3% к неделе 21–27 сентября).

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 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (15/29 постов).
- 03 Средняя длина поста — 451 знаков (медиана 259).
- 04 Пик активности аудитории — среда, 09:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 4 раз больше просмотров, чем самые слабые (2K в среднем у топа vs 511 у худших) — среди 29 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 16.09 · 06:01 ВИДЕО В канале Пре-тичерза-2 Фундаментальные Знания мы выложили запись беседы Д. Демина и А. Корчака на тему «Философия, Традиционная йога и...	ПРОСМ. 2 618 РЕП. 4	РЕАКЦ. 38 ER 58.5%
№2 02.10 · 10:26 ФОТО Питер! 10 октября! Вечер. 10 октября (суббота) с 19:00 Квартирник с Дмитрием Дёминым. Дмитрий - московский преподаватель, совладелец...	ПРОСМ. 1 700 РЕП. 12	РЕАКЦ. 46 ER 38.0%
№3 02.10 · 07:35 ТЕКСТ 12 и 14 октября все ближе, возможность позаниматься очно или ОНЛАЙН на наших расширенных совместных классах с...	ПРОСМ. 1 693 РЕП. 3	РЕАКЦ. 15 ER 37.8%

№4 14.09 · 12:59 ТЕКСТ ! Сообщение по поводу доступа сайта Школы chaturanga.yoga , в свете непрекращающихся рандомных блокировок интернета по всей...	ПРОСМ. 1 480 РЕП. 2 РЕАКЦ. 51 ER 33.1%
№5 13.09 · 17:14 ТЕКСТ Если кто ещё не в курсе про онлайн - конференцию по медитации, где я принимаю участие https://t.me/mixyogafest/150	ПРОСМ. 1 230 РЕП. 1 РЕАКЦ. 32 ER 27.5%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 09.10 · 08:35 ТЕКСТ Слушайте, я не виноват, что Глеб прям активно делает прикольные штучки и хочется этим поделиться. 🤖 Ща, буду догонять.	ПРОСМ. 550 РЕП. — РЕАКЦ. 19 ER 12.3%
↓ 09.10 · 14:45 ФОТО События с «Чатурангой» — октябрь / ноябрь 2026 Ближайшие очные и онлайн мероприятия с преподавателями Школы йоги «Чатуранга». ГЛАВНОЕ. ВСЕ...	ПРОСМ. 514 РЕП. 2 РЕАКЦ. 6 ER 11.5%
↓ 09.10 · 08:34 ВИДЕО ❤️ - если выбираете первый вариант 🔥 - если второй вариант ПИР 🙏 - если используете оба, исходя из обстоятельств...	ПРОСМ. 471 РЕП. — РЕАКЦ. 44 ER 10.5%

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

4 297

СЕЙЧАС

4 474

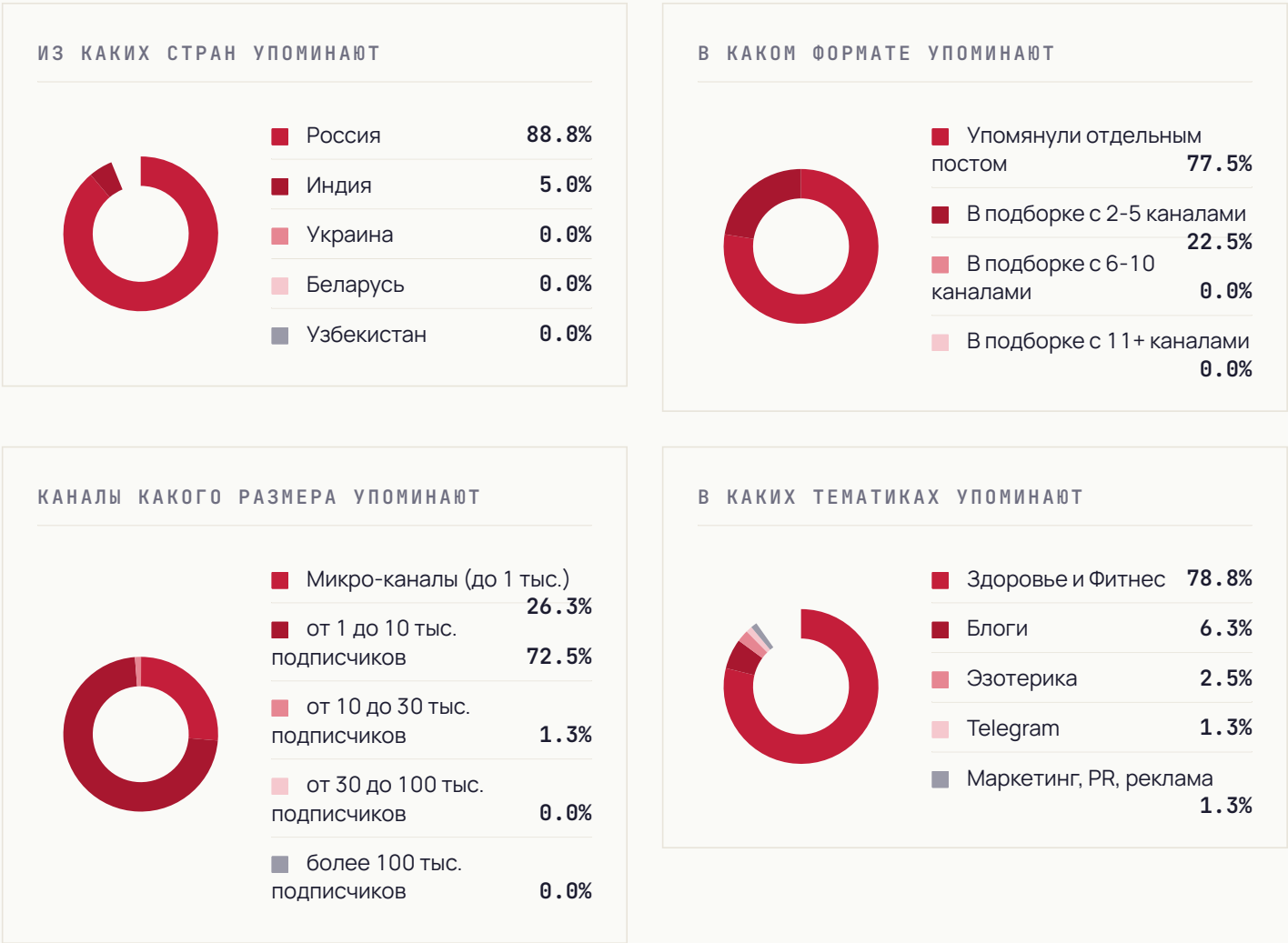
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+177

— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

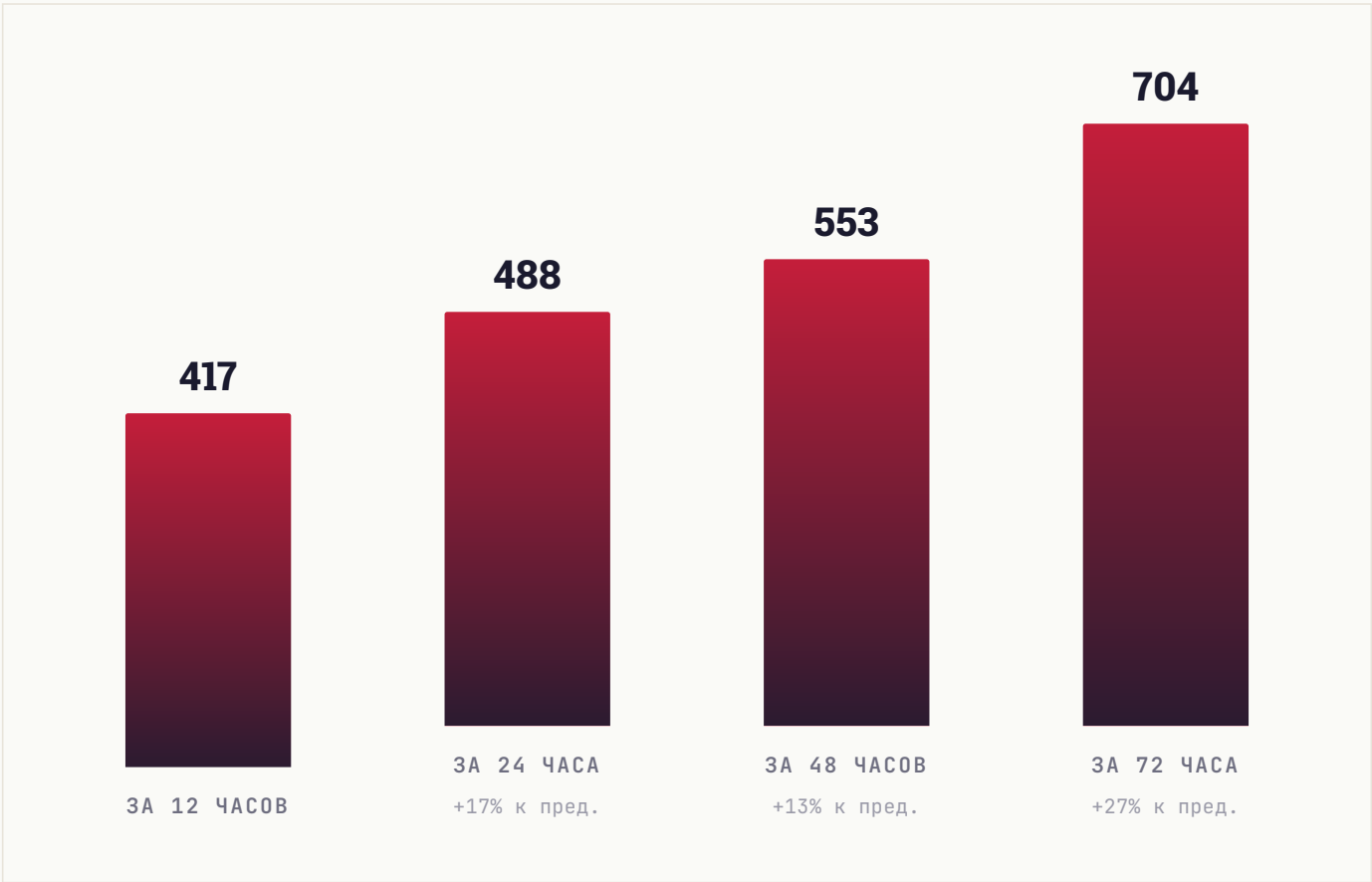
Индекс цитирования 4 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали 35 разных каналов.



— 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
йк ЙОГА. Культура движения	7.7K
бк Блог Ксении Шатской	7.6K
мй Магистр ЙО-ДД-А. вы	4.5K
ма Mahadev108	4.4K
мб Михаил Баранов - Йога108	3.6K
йс Йога с Лидией Гуторенко	2.8K
йс Йога с Ольгой Булановой	1.8K
ии Индуизм и Йога с Владимиром Зайцевым	1.7K
sy SAMATHA YOGA MAZAEV	1.4K
бо Большуха	830

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал — 3-е место из 10, в верхней трети подборки. Крупнее — 2 канала (лидер: ЙОГА. Культура движения, 7.7K), мельче — 7 каналов. С лидерами — платные размещения или ивенты; с остальными — взаимные размены постов на равных условиях.

— 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 **6**, а канал за это время прибавил **241** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Апрель 2026	1	1	32
Март 2026	0	0	30
Февраль 2026	0	0	50
Январь 2026	3	3	34
Декабрь 2025	1	1	24
Ноябрь 2025	1	1	71

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
6	6	241

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

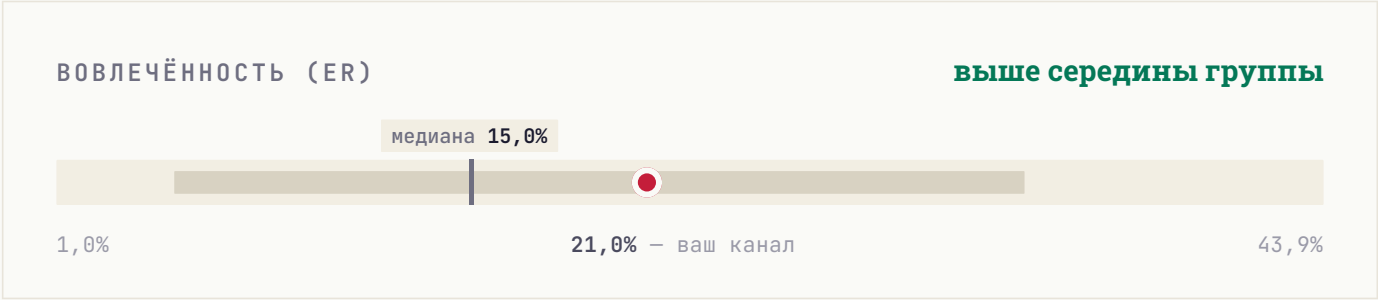
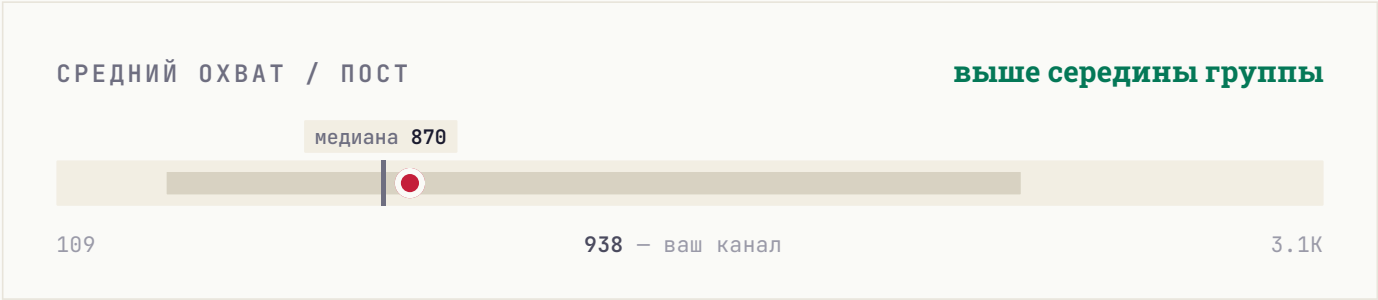
Где канал в своей лиге

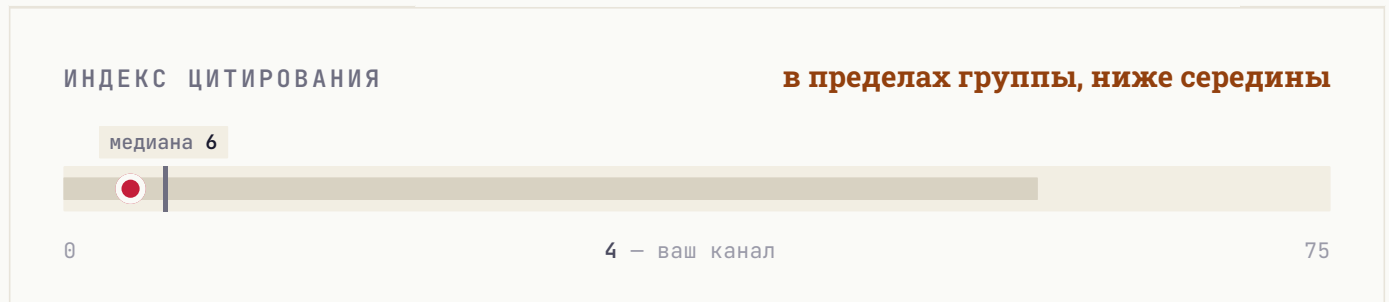
Сравниваем с каналами вашего размера: **123 канала** категории «Здоровье и Фитнес» от 1 тыс. до 13 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#95 /123

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 95 из 123 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых сразу по нескольким показателям:

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 среда

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
----	-------------------------------	---
