



Avaliação do site flexderek.com

Gerado a 26 de Maio de 2023 15:06 PM

O resultado é de 45/100




Conteúdo SEO

	Título	Stretching online, растяжка, развитие гибкости тела Online уроки Cumprimento : 64 Perfeito, o Título contém entre 10 e 70 caracteres.																		
	Descrição	FlexDerekSchool - школа развития гибкости всего тела online. Stretching персональные и групповые тренировки ONLINE. Развитие гибкости тела Cumprimento : 138 Perfeito, a Descrição META contém entre 70 e 160 caracteres.																		
	Palavras-chave	Mau. Não detetámos palavras-chave META na sua página.																		
	Propriedades Og Meta	Boa! Esta página tira vantagens das propriedades Og. <table><thead><tr><th>Propriedade</th><th>Conteúdo</th></tr></thead><tbody><tr><td>locale</td><td>ru_RU</td></tr><tr><td>locale:alternate</td><td>it_IT</td></tr><tr><td>type</td><td>website</td></tr><tr><td>title</td><td>Stretching online, растяжка, развитие гибкости тела Online уроки</td></tr><tr><td>description</td><td>FlexDerekSchool - школа развития гибкости всего тела online. Stretching персональные и групповые тренировки ONLINE. Развитие гибкости тела</td></tr><tr><td>url</td><td>https://flexderek.com/</td></tr><tr><td>site_name</td><td>Stretching online workshops</td></tr><tr><td>image</td><td>https://flexderek.com/wp-content/uploads/2022/07/zachem.jpg</td></tr></tbody></table>	Propriedade	Conteúdo	locale	ru_RU	locale:alternate	it_IT	type	website	title	Stretching online, растяжка, развитие гибкости тела Online уроки	description	FlexDerekSchool - школа развития гибкости всего тела online. Stretching персональные и групповые тренировки ONLINE. Развитие гибкости тела	url	https://flexderek.com/	site_name	Stretching online workshops	image	https://flexderek.com/wp-content/uploads/2022/07/zachem.jpg
Propriedade	Conteúdo																			
locale	ru_RU																			
locale:alternate	it_IT																			
type	website																			
title	Stretching online, растяжка, развитие гибкости тела Online уроки																			
description	FlexDerekSchool - школа развития гибкости всего тела online. Stretching персональные и групповые тренировки ONLINE. Развитие гибкости тела																			
url	https://flexderek.com/																			
site_name	Stretching online workshops																			
image	https://flexderek.com/wp-content/uploads/2022/07/zachem.jpg																			





Conteúdo SEO

	Cabeçalhos	H1	H2	H3	H4	H5	H6
		2	12	6	15	0	0
		<ul style="list-style-type: none">• [H1] ОНЛАЙН ТРЕНИРОВКИ• [H1] Все тренировки проводит Комаха Вячеслав• [H2] школа гибкости• [H2] ONLINE В ГРУППЕ ПЕРСОНАЛЬНО• [H2] АВТОРСКАЯ МЕТОДИКА• [H2] БЕЗОПАСНОГО СТРЕТЧИНГА• [H2] Наши• [H2] Преимущества• [H2] ЗАЧЕМ• [H2] ЗАНИМАТЬСЯ• [H2] СТРЕТЧИНГОМ• [H2] ОТЗЫВЫ УЧЕНИКОВ• [H2] Подписаться на соцсети:• [H2] Написать мне:• [H3] Сертификация• [H3] Комфорт• [H3] Удобство• [H3] Зал• [H3] Подход• [H3] Цена• [H4] Владимир• [H4] Влад• [H4] Ася• [H4] Дмитрий• [H4] Максим Погорелый• [H4] Виталий Козловский• [H4] Скидан Алла• [H4] Ирина Поликовская• [H4] Рада Плесецкая• [H4] Олеся Дидковская• [H4] Александр Рудковский• [H4] Татьяна Мешкова• [H4] Катя и Ярослав Ярославские• [H4] Вика• [H4] Лена					
	Imagens	Encontrámos 43 imagens nesta página. 22 atributos ALT estão vazios ou em falta. É recomendado adicionar texto alternativo de modo a que os motores de busca identifiquem melhor o conteúdo das suas imagens.					
	Rácio Texto/HTML	Rácio : 0% O rácio de texto para código HTML desta página é menor que 15 por cento, o que significa que provavelmente é necessário de adicionar mais conteúdos em forma de texto.					
	Flash	Perfeito, não foi encontrado conteúdo Flash nesta página.					

Conteúdo SEO

	Iframe	Oh, não, esta página tem Iframes na página, o que significa que o conteúdo destas não pode ser indexado.
---	--------	--

Ligações SEO

	Reescrita de URL	Perfeito. As ligações aparentam ser limpas!
	Underscores (traços inferiores) nas URLs	Detetámos 'underscores' (traços inferiores) nas suas URLs. O uso hífen é mais eficiente em termos de otimização SEO.
	Ligações para a própria página	Encontrámos um total de 25 ligações incluindo 0 ligações a ficheiros
	Statistics	Ligações externas : noFollow 0% Ligações externas : Passa sumo 4% Ligações internas 96%


Ligações para a própria página

Âncoras	Tipo	Sumo
=	Externas	Passa sumo
Тренинг	Internas	Passa sumo
О нас	Internas	Passa sumo
Методика	Internas	Passa sumo
Правила	Internas	Passa sumo
Противопоказания	Internas	Passa sumo
Отзывы и фото учеников	Internas	Passa sumo
Скидки и статьи	Internas	Passa sumo
Видеотренировки	Internas	Passa sumo
Пакет из всех видеокурсов	Internas	Passa sumo
Гибкость тела за 5 дней	Internas	Passa sumo
Универсальный курс гибкости	Internas	Passa sumo

Ligações para a própria página

Как сесть на шпагат	Internas	Passa sumo
Питание и развитие гибкости	Internas	Passa sumo
Махи ногами	Internas	Passa sumo
Занятия	Internas	Passa sumo
Групповые online тренировки stretching	Internas	Passa sumo
Индивидуальные тренировки	Internas	Passa sumo
Записаться	Internas	Passa sumo
Расписание	Internas	Passa sumo
Цены	Internas	Passa sumo
Контакты	Internas	Passa sumo
Комаха Вячеслав	Internas	Passa sumo
я был вот таким.	Internas	Passa sumo
Пользовательское соглашение	Internas	Passa sumo



Palavras-chave SEO

	Núvem de palavras-chave	
--	-------------------------	--




Consistência das Palavras-chave

Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
---------------	----------	--------	----------------	-----------	------------












Usabilidade

	Url	Domínio : flexderek.com Cumprimento : 13
	Favicon	Ótimo, o site tem um favicon.
	Facilidade de Impressão	Não encontramos CSS apropriado para impressão.





Usabilidade

		
	Língua	Otimo! A língua declarada deste site é ru.
	Dublin Core	Esta página não tira vantagens do Dublin Core.

Documento




	Tipo de Documento	HTML 5
	Codificação	Perfeito. O conjunto de caracteres UTF-8 está declarado.
	Validação W3C	Erros : 7 Avisos : 9
	Privacidade do Email	Boa! Nenhum endereço de email está declarado sob a forma de texto!
	HTML obsoleto	Fantástico! Não detetámos etiquetas HTML obsoletas.
	Dicas de Velocidade	<ul style="list-style-type: none"> Excelente, este site não usa tabelas dentro de tabelas. Oh não, o site usa estilos CSS nas etiquetas HTML. Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros CSS (mais que 4). Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros JavaScript (mais que 6). Perfeito, o site tira vantagens da compressão gzip.

Dispositivos Móveis

	Otimização para dispositivos móveis	<ul style="list-style-type: none"> Icon Apple Meta Viewport Tag Conteúdo Flash
---	-------------------------------------	---

Dispositivos Móveis

Otimização

	XML Sitemap	Perfeito, o site tem um mapa XML do site (sitemap). https://flexderek.com/sitemap_index.xml
	Robots.txt	http://flexderek.com/robots.txt Perfeito, o seu site tem um ficheiro robots.txt.
	Analytics	Em falta Não detetámos nenhuma ferramenta analítica de análise de atividade. Este tipo de ferramentas (como por exemplo o Google Analytics) permite perceber o comportamento dos visitantes e o tipo de atividade que fazem. No mínimo, uma ferramenta deve estar instalada, sendo que em algumas situações mais do que uma pode ser útil.