

Avaliação do site lunchcoach.pl

Gerado a 03 de Fevereiro de 2023 00:28 AM





O resultado é de 49/100







Conteúdo SEO

	Título	Strona główna Cumprimento : 13 Perfeito, o Título contém entre 10 e 70 caracteres.														
	Descrição	Witamy Państwo na stronie lunchcoach.pl! Zapraszamy do zapoznania się z naszą ofertą. Znajdziecie tu także Aktualności i ciekawe artykuły. 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>pl_PL</td></tr><tr><td>type</td><td>website</td></tr><tr><td>title</td><td>Strona główna</td></tr><tr><td>description</td><td>Witamy Państwo na stronie lunchcoach.pl! Zapraszamy do zapoznania się z naszą ofertą. Znajdziecie tu także Aktualności i ciekawe artykuły.</td></tr><tr><td>url</td><td>https://lunchcoach.pl/</td></tr><tr><td>image</td><td>https://lunchcoach.pl/wp-content/uploads/2022/09/Agata-photo-okragle-300x300.png</td></tr></tbody></table>	Propriedade	Conteúdo	locale	pl_PL	type	website	title	Strona główna	description	Witamy Państwo na stronie lunchcoach.pl! Zapraszamy do zapoznania się z naszą ofertą. Znajdziecie tu także Aktualności i ciekawe artykuły.	url	https://lunchcoach.pl/	image	https://lunchcoach.pl/wp-content/uploads/2022/09/Agata-photo-okragle-300x300.png
Propriedade	Conteúdo															
locale	pl_PL															
type	website															
title	Strona główna															
description	Witamy Państwo na stronie lunchcoach.pl! Zapraszamy do zapoznania się z naszą ofertą. Znajdziecie tu także Aktualności i ciekawe artykuły.															
url	https://lunchcoach.pl/															
image	https://lunchcoach.pl/wp-content/uploads/2022/09/Agata-photo-okragle-300x300.png															
	Cabeçalhos	<table><thead><tr><th>H1</th><th>H2</th><th>H3</th><th>H4</th><th>H5</th><th>H6</th></tr></thead><tbody><tr><td>1</td><td>5</td><td>0</td><td>2</td><td>0</td><td>0</td></tr></tbody></table> <ul style="list-style-type: none">[H1]	H1	H2	H3	H4	H5	H6	1	5	0	2	0	0		
H1	H2	H3	H4	H5	H6											
1	5	0	2	0	0											

Conteúdo SEO

		<ul style="list-style-type: none">• [H2] cześć!• [H2] Nazywam się Agata i jestem dietetykiem klinicznym.• [H2] Specjalizuję się w tematyce PCOS, insulinooporności, zaburzeń hormonalnych.• [H2] Chętnie poprowadzę Cię w tej drodze i pomogę Ci wdrożyć skuteczne działania, dzięki którym odzyskasz równowagę hormonalną.• [H2] Zapisz się koniecznie się na mój newsletter, w którym przesyłam ciekawe informacje na temat zdrowia hormonalnego.• [H4] Cześć!• [H4] Dziękuję!
	Imagens	Encontrámos 7 imagens nesta página. 4 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 : 4% 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.
	Iframe	Excelente, não foram detetadas Iframes nesta página.

Ligações SEO

	Reescrita de URL	Perfeito. As ligações aparentam ser limpas!
	Underscores (traços inferiores) nas URLs	Perfeito. Não foram encontrados 'underscores' (traços inferiores) nas suas URLs.
	Ligações para a própria página	Encontrámos um total de 14 ligações incluindo 0 ligações a ficheiros
	Statistics	Ligações externas : noFollow 7.14% Ligações externas : Passa sumo 7.14% Ligações internas 85.71%

Ligações para a própria página

Âncoras	Tipo	Sumo
Skip to content	Internas	Passa sumo
-	Internas	Passa sumo
Blog	Internas	Passa sumo
O mnie	Internas	Passa sumo
Współpraca 1:1	Internas	Passa sumo
Podcast	Internas	Passa sumo
Sklep	Internas	Passa sumo
Koszyk	Internas	Passa sumo
Oferta dla firm	Internas	Passa sumo
Kontakt	Internas	Passa sumo
Instagramie	Externas	Passa sumo
Polityką Prywatności.	Internas	Passa sumo
Out the Box	Externas	noFollow
Kontakt	Internas	Passa sumo

Palavras-chave SEO








Núvem de palavras-chave

lub drodze pcos mnie cię tej też się dla twoje











Consistência das Palavras-chave

Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
się	12	✘	✘	✔	✔
cię	6	✘	✘	✘	✔
też	5	✘	✘	✘	✘
pcos	4	✘	✘	✘	✔
mnie	3	✘	✘	✘	✘

Usabilidade

	Url	Domínio : lunchcoach.pl Cumprimento : 13
	Favicon	Oh, não! Não encontramos nenhum favicon. Os favicon são umas das formas mais fáceis de atrair visitantes regulares para qualquer site, uma vez que eles o tornam distintivo.
	Facilidade de Impressão	Não encontramos CSS apropriado para impressão.
	Língua	Otimo! A língua declarada deste site é pl.
	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 : 10 Avisos : 44				
	Privacidade do Email	Aviso! No mínimo, foi encontrado um endereço de email sob a forma de texto. Isto é um convite para que spammers entupam a caixa de correio deste endereço.				
	HTML obsoleto	<table><thead><tr><th>Etiquetas obsoletas</th><th>Ocorrências</th></tr></thead><tbody><tr><td><u></td><td>3</td></tr></tbody></table> <p>Etiquetas HTML obsoletas são etiquetas que já não são usadas segundo as normas mais recentes. É recomendado que sejam removidas ou substituídas por outras etiquetas atualizadas.</p>	Etiquetas obsoletas	Ocorrências	<u>	3
Etiquetas obsoletas	Ocorrências					
<u>	3					
	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).				

Documento

✔ Perfeito, o site tira vantagens da compressão gzip.

Dispositivos Móveis



Otimização para dispositivos móveis

✖ Icon Apple

✔ Meta Viewport Tag

✔ Conteúdo Flash

Otimização



XML Sitemap

Perfeito, o site tem um mapa XML do site (sitemap).

<http://lunchcoach.pl/wpms-sitemap.xml>



Robots.txt

<http://lunchcoach.pl/robots.txt>

Perfeito, o seu site tem um ficheiro robots.txt.



Analytics

Perfeito, o site tem uma ferramenta analítica para a análise de atividade.



Google Analytics