

# Website Analysis: snejniki.ru

Generated on April 05 2026 21:40 PM






The score is 66/100







## SEO Content

|           | <b>Title</b>  | <p>Физиология Движения: Наука о теле и движении - Исследуем секреты человеческого тела и движения: от анатомии стопы до биомеханики бега. Понимание физиологии для здоровья, эффективности и комфорта.</p> <p>Length : 195</p> <p>Ideally, your title should contain between 10 and 70 characters (spaces included). Use <a href="#">this free tool</a> to calculate text length.</p>  |          |         |        |       |           |   |      |         |
|-----------|---|--|----------|---------|--------|-------|-----------|---|------|---------|
|           | <b>Description</b>  | <p>Исследуем секреты человеческого тела и движения: от анатомии стопы до биомеханики бега. Понимание физиологии для здоровья, эффективности и комфорта.</p> <p>Length : 148</p> <p>Great, your meta description contains between 70 and 160 characters.</p>  |          |         |        |       |           |   |      |         |
|           | <b>Keywords</b>   | <p>Very bad. We haven't found meta keywords on your page. Use <a href="#">this free online meta tags generator</a> to create keywords.</p>   |          |         |        |       |           |   |      |         |
|           | <b>Og Meta Properties</b>   | <p>Good, your page take advantage of Og Properties.</p> <table><thead><tr><th>Property</th><th>Content</th></tr></thead><tbody><tr><td>locale</td><td>ru_RU</td></tr><tr><td>site_name</td><td>Физиология Движения: Наука о теле и движении - Исследуем секреты человеческого тела и движения: от анатомии стопы до биомеханики бега. Понимание физиологии для здоровья, эффективности и комфорта.</td></tr><tr><td>type</td><td>website</td></tr></tbody></table> | Property | Content | locale | ru_RU | site_name | Физиология Движения: Наука о теле и движении - Исследуем секреты человеческого тела и движения: от анатомии стопы до биомеханики бега. Понимание физиологии для здоровья, эффективности и комфорта. | type | website |
| Property  | Content   |  |          |         |        |       |           |   |      |         |
| locale    | ru_RU   |  |          |         |        |       |           |   |      |         |
| site_name | Физиология Движения: Наука о теле и движении - Исследуем секреты человеческого тела и движения: от анатомии стопы до биомеханики бега. Понимание физиологии для здоровья, эффективности и комфорта. |  |          |         |        |       |           |   |      |         |
| type      | website   |  |          |         |        |       |           |   |      |         |

## SEO Content

|  |                 | <p><b>title</b> Физиология Движения: Наука о теле и движении - Исследуем секреты человеческого тела и движения: от анатомии стопы до биомеханики бега. Понимание физиологии для здоровья, эффективности и комфорта.</p> <p><b>description</b> Исследуем секреты человеческого тела и движения: от анатомии стопы до биомеханики бега. Понимание физиологии для здоровья, эффективности и комфорта.</p> <p><b>url</b> <a href="https://snejniki.ru/">https://snejniki.ru/</a></p> |    |    |    |    |    |    |   |   |   |   |   |   |
|--|-----------------|--|----|----|----|----|----|----|---|---|---|---|---|---|
|    | Headings        | <table border="1"> <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>0</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>[H1] Физиология Движения: Наука о теле и движении</li> </ul>  | H1 | H2 | H3 | H4 | H5 | H6 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| H1   | H2              | H3   | H4 | H5 | H6 |    |    |    |   |   |   |   |   |   |
| 1  | 0               | 0  | 0  | 0  | 0  |    |    |    |   |   |   |   |   |   |
|    | Images          | <p>We found 110 images on this web page.</p> <p>54 alt attributes are empty or missing. Add alternative text so that search engines can better understand the content of your images.</p>  |    |    |    |    |    |    |   |   |   |   |   |   |
|  | Text/HTML Ratio | <p>Ratio : 0%</p> <p>This page's ratio of text to HTML code is below 15 percent, this means that your website probably needs more text content.</p>  |    |    |    |    |    |    |   |   |   |   |   |   |
|  | Flash           | Perfect, no Flash content has been detected on this page.  |    |    |    |    |    |    |   |   |   |   |   |   |
|  | Iframe          | Great, there are no Iframes detected on this page.   |    |    |    |    |    |    |   |   |   |   |   |   |

## SEO Links

|  |                         |  |
|--|-------------------------|--|
|  | URL Rewrite             | Good. Your links looks friendly!   |
|  | Underscores in the URLs | Perfect! No underscores detected in your URLs.                               |
|  | In-page links           | We found a total of 35 links including 0 link(s) to files                    |
|  | Statistics              | <p>External Links : noFollow 0%</p> <p>External Links : Passing Juice 0%</p> |

## SEO Links

Internal Links 100%

### In-page links

| Anchor   | Type     | Juice         |
|--|----------|---------------|
| <a href="#">Анатомия и Физиология Стопы</a>  | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Биомеханика Движения</a>   | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Обувь и Здоровье Стоп</a>  | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Секреты Тела</a>   | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Движение в Разных Условиях</a>   | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Анатомия сухожилия малоберцовой мышцы что каждый должен знать о важной составляющей нашего организма</a> | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Анатомия ладьевидной и клиновидных костей ключ к пониманию структуры запястья</a>                        | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Как высокий свод стопы влияет на сухожилия разбираемся вместе</a>  | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Биомеханика при ходьбе по неровностям что происходит в нашем теле и как это влияет на наше здоровье</a>  | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Физиология репарации хрящевой ткани секреты восстановления и восстановления здоровья суставов</a>        | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Невероятное устройство нашего тела Анатомия медиальных связок таранно пяточного сустава</a>              | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Роль стопы в стабилизации тела как небольшая часть тела влияет на всё наше движение</a>                  | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Физиология адаптации стопы к нагрузкам как наши ноги приспосабливаются к переменам</a>                   | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Анатомия суставов плюсны как понять структуру и функции этого важного сегмента стопы</a>                 | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Анатомия сухожилий малоберцового нерва что каждый должен знать о своих ногах</a>                         | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Физиология репарации микротравм как организм восстанавливает повреждения на клеточном уровне</a>         | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Роль стопы в кинестетическом восприятии как наши ноги помогают ощущать мир вокруг нас</a>                | Internal | Passing Juice |

## In-page links

|   |          |               |
|---|----------|---------------|
| <a href="#">Анатомия медиальной группы мышц полное руководство для тех кто хочет понять свою анатомию</a>                   | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Как пронация влияет на стабильность голени секреты исправления и профилактики</a>                               | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Что мы не знаем о связи обуви и здоровья наших стоп правда или миф?</a>   | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Роль стопы в кинетической цепи ключ к правильной осанке и движению</a>  | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Физиология осмотического баланса ключ к жизни и здоровью организма</a>  | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Анатомия латеральной группы мышц секреты и практическое значение</a>  | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Это не просто бег как биомеханика помогает преодолевать песчаные дюны и превращает бег по песку в искусство</a> | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Что происходит с вашей стопой при тендините вся правда о изменениях и восстановлении</a>                        | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Что происходит внутри нас разгадка физиологии венозного оттока</a>  | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Функциональная анатомия голеностопного сустава ключ к правильному движению и здоровью</a>                       | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Функции сводов стопы важность продольного и поперечного сводов для нашего организма</a>                         | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Физиология чувствительности стопы к давлению как работают наши ноги</a>   | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Физиология формирования мозолей что происходит внутри кожи и зачем это нужно?</a>                               | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Физиология формирования мозолей почему наши руки и ноги превращаются в каменные прочности?</a>                  | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">КОНТАКТЫ И РЕКЛАМА</a>  | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">Карта сайта</a>   | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">ПОЛИТИКА КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТИ</a>   | Internal | Passing Juice |
| <a href="#">АВТОРАМ И ПРАВООБЛАДАТЕЛЯМ</a>  | Internal | Passing Juice |

## SEO Keywords



Keywords Cloud

физиология стопы тела комфорта  
секреты здоровья ДВИЖЕНИЯ  
эффективности для бега

## Keywords Consistency

| Keyword    | Content | Title | Keywords | Description | Headings |
|------------|---------|-------|----------|-------------|----------|
| движения   | 5       | ✓     | ✗        | ✓           | ✓        |
| секреты    | 3       | ✓     | ✗        | ✓           | ✗        |
| физиология | 3       | ✓     | ✗        | ✗           | ✓        |
| тела       | 3       | ✓     | ✗        | ✓           | ✗        |
| стопы      | 3       | ✓     | ✗        | ✓           | ✗        |










## Usability

|  |              |   |
|--|--------------|---|
|  | Url          | Domain : snejniki.ru<br>Length : 11               |
|  | Favicon      | Great, your website has a favicon.                |
|  | Printability | Great. We have found a Print-Friendly CSS.        |
|  | Language     | Good. Your declared language is ru.               |
|  | Dublin Core  | This page does not take advantage of Dublin Core. |





## Document

|  |          |  |
|--|----------|--|
|  | Doctype  | HTML 5                                   |
|  | Encoding | Perfect. Your declared charset is UTF-8. |




## Document

|   |                 |  |
|---|-----------------|--|
|  | W3C Validity    | Errors : 1<br>Warnings : 14  |
|  | Email Privacy   | Great no email address has been found in plain text!   |
|  | Deprecated HTML | Great! We haven't found deprecated HTML tags in your HTML.   |
|  | Speed Tips      | <ul style="list-style-type: none"><li> Excellent, your website doesn't use nested tables.</li><li> Too bad, your website is using inline styles.</li><li> Great, your website has few CSS files.</li><li> Perfect, your website has few JavaScript files.</li><li> Perfect, your website takes advantage of gzip.</li></ul> |

## Mobile

|   |                     |  |
|---|---------------------|--|
|  | Mobile Optimization | <ul style="list-style-type: none"><li> Apple Icon</li><li> Meta Viewport Tag</li><li> Flash content</li></ul> |
|---|---------------------|--|

## Optimization

|   |             |  |
|---|-------------|--|
|  | XML Sitemap | Great, your website has an XML sitemap.<br><pre>http://snejniki.ru/sitemap.xml</pre> <pre>https://snejniki.ru/sitemap.xml</pre>  |
|  | Robots.txt  | <pre>http://snejniki.ru/robots.txt</pre><br>Great, your website has a robots.txt file.   |
|  | Analytics   | Missing<br><br>We didn't detect an analytics tool installed on this website.<br><br>Web analytics let you measure visitor activity on your website. You should have at least one analytics tool installed, but It can also be good to install a second in order to cross-check the data. |

# Optimization