



# Revisión web de flexderek.com

Generado el 22 Julio 2024 14:36 PM






La puntuación es 44/100




## Contenido SEO

	Título	Stretching online, растяжка, развитие гибкости тела Online уроки Longitud : 64 Perfecto, tu título contiene entre 10 y 70 caracteres.																
	Descripción	FlexDerekSchool - школа развития гибкости всего тела online. Stretching персональные и групповые тренировки ONLINE. Развитие гибкости тела Longitud : 138 Genial, tu descripción meta contiene entre 70 y 160 caracteres.																
	Palabras Claves (Keywords)	Muy mal. No hemos encontrado palabras clave (meta keywords) en tu página. Usa <a href="#">este generador de meta tags gratuito</a> para crear tus palabras clave.																
	Propiedades Meta Og	Bien. Tu página usa propiedades Og (etiquetas og). <table><thead><tr><th>Propiedad</th><th>Contenido</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></tbody></table>	Propiedad	Contenido	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
Propiedad	Contenido																	
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																	




## Contenido SEO

		image	https://flexderek.com/wp-content/uploads/2024/02/gr1-1.png				
	Titulos	H1 0	H2 9	H3 10	H4 0	H5 0	H6 0
		<ul style="list-style-type: none"><li>• [H2] АВТОРСКАЯ МЕТОДИКА</li><li>• [H2] БЕЗОПАСНОГО СТРЕТЧИНГА</li><li>• [H2] Мои</li><li>• [H2] Преимущества</li><li>• [H2] ЗАЧЕМ</li><li>• [H2] ЗАНИМАТЬСЯ</li><li>• [H2] СТРЕТЧИНГОМ</li><li>• [H2] Подписаться на соцсети:</li><li>• [H2] Написать мне:</li><li>• [H3] Сертификация</li><li>• [H3] Комфорт</li><li>• [H3] Удобство</li><li>• [H3] Зал</li><li>• [H3] Подход</li><li>• [H3] Цена</li><li>• [H3] Записаться в Telegram</li><li>• [H3] Записаться в Viber</li><li>• [H3] Записаться в WhatsApp</li><li>• [H3] Записаться по Email</li></ul>					
	Imagenes	Hemos encontrado 30 imágenes en esta web.  9 atributos alt están vacíos o no existen. Agrega texto alternativo para que los motores de búsqueda puedan entender las imágenes.					
	Ratio Texto/HTML	Ratio : 2%  El ratio entre texto y código HTML de esta página es menor que el 15 por ciento, esto significa que tu web posiblemente necesite más contenido en texto.					
	Flash	Perfecto, no se ha detectado contenido Flash en la página.					
	Iframe	Muy mal, tienes Iframes en la página, esto significa que el contenido no podrá ser indexado.					

## Enlaces SEO

	Reescritura URL	Bien. Tus enlaces parecen amigables			
	Guiones bajos en las URLs	Hemos detectado guiones bajos en tus URLs. Deberías usar guiones en su lugar para optimizar tu SEO.			

## Enlaces SEO

		
	Enlaces en página	Hemos encontrado un total de 27 enlaces incluyendo 0 enlace(s) a ficheros
	Statistics	<p>Enlaces Externos : noFollow 0%</p> <p>Enlaces Externos : Pasando Jugo 14.81%</p> <p>Enlaces Internos 85.19%</p>


## Enlaces en página

Ancla	Tipo	Jugo
=	Externo	Pasando Jugo
<a href="#">Тренинг</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">О нас</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Методика</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Правила</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Противопоказания</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Отзывы и фото учеников</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Скидки и статьи</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Видеотренировки</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Пакет из всех видеокурсов</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Гибкость тела за 5 дней</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Универсальный курс гибкости</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Как сесть на шпагат</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Питание и развитие гибкости</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Махи ногами</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Занятия</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Групповые online тренировки stretching</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Индивидуальные тренировки</a>	Interna	Pasando Jugo

## Enlaces en página

<a href="#">Записаться</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Расписание</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Цены</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Контакты</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">я был вот таким.</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Записаться в Telegram</a>	Externo	Pasando Jugo
<a href="#">Записаться в Viber</a>	Externo	Pasando Jugo
<a href="#">Записаться в WhatsApp</a>	Externo	Pasando Jugo
<a href="#">&amp;nbsp;Пользовательское соглашение</a>	Interna	Pasando Jugo


## Palabras Clave SEO

	Nube de Palabras Clave	<p>тренировки противопоказания</p> <p><b>записаться</b> тренировку instagram фото online правила telegram whatsapp</p>
---	------------------------	--





## Consistencia de las Palabras Clave

Palabra Clave (Keyword)	Contenido	Título	Palabras Claves (Keywords)	Descripción	Titulos
записаться	6	✘	✘	✘	✔
тренировки	3	✘	✘	✘	✘
telegram	2	✘	✘	✘	✔
фото	2	✘	✘	✘	✘
тренировку	2	✘	✘	✘	✘












## Usabilidad

	Url	<p>Dominio : flexderek.com</p> <p>Longitud : 13</p>

## Usabilidad

	Favicon	Genial, tu web tiene un favicon.
	Imprimibilidad	No hemos encontrado una hoja de estilos CSS para impresión.
	Idioma	Genial. Has declarado el idioma ru.
	Dublin Core	Esta página no usa Dublin Core.




## Documento

	Tipo de documento (Doctype)	HTML 5
	Codificación	Perfecto. Has declarado como codificación UTF-8.
	Validez W3C	Errores : 7 Avisos : 8
	Privacidad de los Emails	Atención! Hemos encontrado por lo menos una dirección de correo electrónico en texto plano. Usa <a href="#">este protector antispam gratuito</a> para ocultarla de los spammers.
	HTML obsoleto	Genial, no hemos detectado ninguna etiqueta HTML obsoleta.
	Consejos de Velocidad	<ul style="list-style-type: none"><li> Excelente, esta web no usa tablas.</li><li> Muy mal, tu web está usando estilos embebidos (inline CSS).</li><li> Muy mal, tu página web usa demasiados ficheros CSS (más de 4).</li><li> Muy mal, tu sitio usa demasiados ficheros JavaScript (más de 6).</li><li> Su sitio web no se beneficia de gzip. Intente implementarlo en su sitio web.</li></ul>

## Movil

	Optimización Móvil	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Icono para Apple</li><li>✓ Etiqueta Meta Viewport</li><li>✓ Contenido Flash</li></ul>
--	--------------------	---

## Optimización

	Mapa del sitio XML	<p>¡Perfecto! Su sitio tiene un mapa del sitio en XML.</p> <pre>http://flexderek.com/sitemap.xml</pre> <pre>https://flexderek.com/sitemap_index.xml</pre>
	Robots.txt	<pre>http://flexderek.com/robots.txt</pre> <p>¡Estupendo! Su sitio web tiene un archivo robots.txt.</p>
	Herramientas de Analítica	<p>No disponible</p> <p>No hemos encontrado ninguna herramienta de analítica en esta web.</p> <p>La analítica Web le permite medir la actividad de los visitantes de su sitio web. Debería tener instalada al menos una herramienta de analítica y se recomienda instalar otra más para obtener una confirmación de los resultados.</p>