

# Revisión web de lunchcoach.pl

Generado el 27 Julio 2024 21:18 PM

La puntuación es 52/100



## Contenido SEO

	Título	Strona główna Longitud : 13 Perfecto, tu título contiene entre 10 y 70 caracteres.														
	Descripción	Jestem dietetykiem klinicznym. Specjalizuję się w dietach przy PCOS i insulinooporności. Poznaj moją ofertę - konsultacje przy PCOS, jadłospisy. Longitud : 144 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>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>Jestem dietetykiem klinicznym. Specjalizuję się w dietach przy PCOS i insulinooporności. Poznaj moją ofertę - konsultacje przy PCOS, jadłospisy.</td></tr><tr><td>url</td><td>https://lunchcoach.pl/</td></tr><tr><td>image</td><td>http://lunchcoach.pl/wp-content/uploads/2023/11/lunchcoach-dieta-w-pcos-26.jpg</td></tr></tbody></table>	Propiedad	Contenido	locale	pl_PL	type	website	title	Strona główna	description	Jestem dietetykiem klinicznym. Specjalizuję się w dietach przy PCOS i insulinooporności. Poznaj moją ofertę - konsultacje przy PCOS, jadłospisy.	url	https://lunchcoach.pl/	image	http://lunchcoach.pl/wp-content/uploads/2023/11/lunchcoach-dieta-w-pcos-26.jpg
Propiedad	Contenido															
locale	pl_PL															
type	website															
title	Strona główna															
description	Jestem dietetykiem klinicznym. Specjalizuję się w dietach przy PCOS i insulinooporności. Poznaj moją ofertę - konsultacje przy PCOS, jadłospisy.															
url	https://lunchcoach.pl/															
image	http://lunchcoach.pl/wp-content/uploads/2023/11/lunchcoach-dieta-w-pcos-26.jpg															
	Titulos	<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>11</td><td>0</td><td>0</td><td>0</td><td>0</td></tr></tbody></table>	H1	H2	H3	H4	H5	H6	1	11	0	0	0	0		
H1	H2	H3	H4	H5	H6											
1	11	0	0	0	0											

## Contenido SEO

		<ul style="list-style-type: none"><li>• [H1] Odzyskaj równowagę hormonalną i wygraj z PCOS z moją pomocą</li><li>• [H2] Cześć!</li><li>• [H2] Ty także pragniesz odzyskać równowagę hormonalną?</li><li>• [H2] Mogę Ci pomóc!</li><li>• [H2] Sprawdź, jak możemy razem pracować!</li><li>• [H2] Poznajmy się!</li><li>• [H2] Jestem Agata i będę Twoją przewodniczką w drodze do zdrowia hormonalnego</li><li>• [H2] Opinie</li><li>• [H2] Sprawdź, jak pomogłam kobietom wygrać z PCOS i problemami hormonalnymi!</li><li>• [H2] I to jest możliwe także dla Ciebie! ☐☐</li><li>• [H2] Twój prezent!</li><li>• [H2] Sprawdź mój podcast!</li></ul>
	Imágenes	Hemos encontrado 34 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 : 1%  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	Genial, no se han detectado Iframes en la página.

## Enlaces SEO

	Reescritura URL	Bien. Tus enlaces parecen amigables
	Guiones bajos en las URLs	Perfecto! No hemos detectado guiones bajos en tus URLs
	Enlaces en página	Hemos encontrado un total de 15 enlaces incluyendo 0 enlace(s) a ficheros
	Statistics	Enlaces Externos : noFollow 0%  Enlaces Externos : Pasando Jugo 6.67%  Enlaces Internos 93.33%

## Enlaces SEO

### Enlaces en página

Ancla	Tipo	Jugo
<a href="#">Skip to content</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">O mnie</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">podcast</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">=</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Moje konto</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Sklep</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Kontakt</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Współpraca 1:1</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Jadłospisy</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Oferta dla firm</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Regulamin</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Polityka prywatności i cookies</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Regulamin publikacji komentarzy</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Regulamin newslettera</a>	Interna	Pasando Jugo
<a href="#">Produktywna Freelancerka</a>	Externo	Pasando Jugo

### Palabras Clave SEO

	Nube de Palabras Clave	sklep odzyskać kontakt zdrowia <b>pcos</b> jak równowagę podcast <b>się</b> hormonalną
------------------------------------------------------------------------------------	------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------

### Consistencia de las Palabras Clave

Palabra Clave (Keyword)	Contenido	Título	Palabras Claves (Keywords)	Descripción	Titulos
-------------------------	-----------	--------	----------------------------	-------------	---------

## Consistencia de las Palabras Clave

się	11	✘	✘	✔	✔
pcos	11	✘	✘	✔	✔
równowagę	5	✘	✘	✘	✔
hormonalną	4	✘	✘	✘	✔
podcast	4	✘	✘	✘	✔

## Usabilidad

	Url	Dominio : lunchcoach.pl Longitud : 13
	Favicon	Genial, tu web tiene un favicon.
	Imprimibilidad	No hemos encontrado una hoja de estilos CSS para impresión.
	Idioma	Genial. Has declarado el idioma pl.
	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 : 0 Avisos : 0
	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.

## Documento

		
	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 embenidos (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://lunchcoach.pl/sitemap.xml</pre> <pre>http://lunchcoach.pl/wpms-sitemap.xml</pre>
	Robots.txt	<pre>http://lunchcoach.pl/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>