











# Avaliação do site extcheer.com

Gerado a 24 de Janeiro de 2026 01:02 AM


O resultado é de 51/100







## Conteúdo SEO

	Título	Extreme Tumble & Cheer  Cumprimento : 22  Perfeito, o Título contém entre 10 e 70 caracteres.												
	Descrição	Cumprimento : 0  Mau. Não encontrámos nenhuma Descrição META na sua página.												
	Palavras-chave	Mau. Não detetámos palavras-chave META na sua página.												
	Propriedades Og Meta	Esta página não tira vantagens das propriedades Og.												
	Cabeçalhos	<table><tr><td>H1</td><td>H2</td><td>H3</td><td>H4</td><td>H5</td><td>H6</td></tr><tr><td>1</td><td>1</td><td>0</td><td>1</td><td>0</td><td>0</td></tr></table> <ul style="list-style-type: none"><li>• [H1]</li><li>• [H2] EXTREME Tumble &amp; Cheer strives to teach &amp; train athletes to be the BEST they can be!</li><li>• [H4] Tumble Classes, Cheerleading Classes &amp; All Star Cheer Teams</li></ul>	H1	H2	H3	H4	H5	H6	1	1	0	1	0	0
H1	H2	H3	H4	H5	H6									
1	1	0	1	0	0									
	Imagens	Encontrámos 13 imagens nesta página.  12 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 : 36%  Ideal! O rácio de texto para código HTML desta página está entre 25 e 70 por cento.												
	Flash	Perfeito, não foi encontrado conteúdo Flash nesta página.												

## Conteúdo SEO

	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 13 ligações incluindo 1 ligações a ficheiros
	Statistics	Ligações externas : noFollow 0% Ligações externas : Passa sumo 23.08% Ligações internas 76.92%

## Ligações para a própria página

Âncoras	Tipo	Sumo
<a href="#">Team Log-In</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Customer Sign in</a>	Externas	Passa sumo
<a href="#">Sign up</a>	Externas	Passa sumo
<a href="#">facebook</a>	Externas	Passa sumo
<a href="#">History</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">General Information</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">&amp;nbsp;</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Home</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">News &amp; Events</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Staff</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Pricing</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Galleries</a>	Internas	Passa sumo


## Ligações para a própria página

[Contact](#)

Internas

Passa sumo






### Palavras-chave SEO

	Núvem de palavras-chave	all cheer staff tumble classes screening extreme complete see health
--	-------------------------	--












### Consistência das Palavras-chave

Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
staff	5	✖	✖	✖	✖
cheer	5	✔	✖	✖	✔
screening	4	✖	✖	✖	✖
tumble	4	✔	✖	✖	✔
classes	4	✖	✖	✖	✔





### Usabilidade

	Url	Domínio : extcheer.com Cumprimento : 12
	Favicon	Ótimo, o site tem um favicon.
	Facilidade de Impressão	Não encontramos CSS apropriado para impressão.
	Língua	Não foi declarada nenhuma língua para este site.
	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 : 0 Avisos : 0
	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	<div><div></div> Excelente, este site não usa tabelas dentro de tabelas.</div> <div><div></div> Oh não, o site usa estilos CSS nas etiquetas HTML.</div> <div><div></div> Boa, o site usa poucos ficheiros CSS.</div> <div><div></div> Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros JavaScript (mais que 6).</div> <div><div></div> Perfeito, o site tira vantagens da compressão gzip.</div>



## Dispositivos Móveis

	Otimização para dispositivos móveis	<div><div></div> Icon Apple</div> <div><div></div> Meta Viewport Tag</div> <div><div></div> Conteúdo Flash</div>
--	-------------------------------------	---

## Otimização

	XML Sitemap	<p>Em falta</p> <p>O site não tem um mapa XML do site (sitemap) - isto pode ser problemático.</p> <p>Um mapa do site identifica todas as URLs que estão disponíveis para rastreio, incluindo informação acerca de atualizações, frequência de alterações ou a importância de cada URL. Isto contribui para uma maior inteligência e eficiência do rastreio.</p>
--	-------------	---

## Otimização

	Robots.txt	<p><a href="http://extcheer.com/robots.txt">http://extcheer.com/robots.txt</a></p> <p>Perfeito, o seu site tem um ficheiro robots.txt.</p>
	Analytics	<p>Em falta</p> <p>Não detetámos nenhuma ferramenta analítica de análise de atividade.</p> <p>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.</p>