



Avaliação do site plymouthcreekathleticclub.com

Gerado a 10 de Abril de 2026 14:23 PM




O resultado é de 44/100






Conteúdo SEO

	Título	<p>Plymouth Creek Athletic Club</p> <p>Cumprimento : 28</p> <p>Perfeito, o Título contém entre 10 e 70 caracteres.</p>												
	Descrição	<p>Cumprimento : 0</p> <p>Mau. Não encontramos nenhuma Descrição META na sua página.</p>												
	Palavras-chave	<p>Mau. Não detetámos palavras-chave META na sua página.</p>												
	Propriedades Og Meta	<p>Esta página não tira vantagens das propriedades Og.</p>												
	Cabeçalhos	<table border="1" data-bbox="539 1263 1481 1335"> <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>2</td> <td>7</td> <td>1</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> </tr> </tbody> </table> <ul data-bbox="616 1368 1497 1899" style="list-style-type: none"> • [H1] Fitness. Support. Empowerment. • [H1] For every body. • [H2] View Class Schedule & Class Descriptions • [H2] - We ACCEPT SILVER SNEAKERS, One Pass, & Renew Active! • [H2] -Call Kathy to Sign up for Swim lessons & check availability: • [H2] (763) 478-6428 • [H2] -Schedule a massage treatment with one of our highly experienced & licensed therapists: • [H2] - Schedule a complimentary personal training session to build a fitness & nutrition plan: • [H2] Call: (763)559-6286 Text: (612)208-6686 E-mail: (steven.frolov@plymouthcreekathleticclub.com) to get started! • [H3] -Click the view class schedule link above for all Group Fitness and Aqua Aerobics classes. 	H1	H2	H3	H4	H5	H6	2	7	1	0	0	0
H1	H2	H3	H4	H5	H6									
2	7	1	0	0	0									
	Imagens	<p>Encontrámos 10 imagens nesta página.</p> <p>8 atributos ALT estão vazios ou em falta. É recomendado adicionar texto alternativo de modo a que os motores de busca identifiquem</p>												

Conteúdo SEO

		melhor o conteúdo das suas imagens.
	Rácio Texto/HTML	Rácio : 6% 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 7 ligações incluindo 0 ligações a ficheiros
	Statistics	Ligações externas : noFollow 0% Ligações externas : Passa sumo 0% Ligações internas 100%

Ligações para a própria página

Âncoras	Tipo	Sumo
Home	Internas	Passa sumo
About Us	Internas	Passa sumo
Health And Fitness	Internas	Passa sumo
Facilities	Internas	Passa sumo
Memberships	Internas	Passa sumo
Happenings	Internas	Passa sumo

Ligações para a própria página

[Contact](#)

Internas

Passa sumo

Palavras-chave SEO



Núvem de palavras-chave

happenings drive sunday **plymouth**
campus monday-friday operating hours
am10 saturday












Consistência das Palavras-chave

Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
am10	2	✘	✘	✘	✘
plymouth	2	✔	✘	✘	✔
operating	1	✘	✘	✘	✘
drive	1	✘	✘	✘	✘
campus	1	✘	✘	✘	✘





Usabilidade

	Url	Domínio : plymouthcreekathleticclub.com Cumprimento : 29
	Favicon	Ótimo, o site tem um favicon.
	Facilidade de Impressão	Não encontramos CSS apropriado para impressão.
	Língua	Ótimo! A língua declarada deste site é en.
	Dublin Core	Esta página não tira vantagens do Dublin Core.



Documento

	Tipo de Documento	XHTML 1.0 Transitional
	Codificação	Perfeito. O conjunto de caracteres UTF-8 está declarado.
	Validação W3C	Erros : 0 Avisos : 0
	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	Fantástico! Não detetámos etiquetas HTML obsoletas.
	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. Boa, o site usa poucos ficheiros CSS. Perfeito, o site usa poucos ficheiros JavaScript. Atenção, o site não tira vantagem da compressão gzip.

Dispositivos Móveis

	Otimização para dispositivos móveis	<ul style="list-style-type: none"> Icon Apple Meta Viewport Tag Conteúdo Flash
--	-------------------------------------	---

Otimização

	XML Sitemap	Perfeito, o site tem um mapa XML do site (sitemap). http://plymouthcreekathleticclub.com/sitemap.xml
	Robots.txt	http://plymouthcreekathleticclub.com/robots.txt Perfeito, o seu site tem um ficheiro robots.txt.

Otimização



Analytics

Em falta

Não detetámos nenhuma ferramenta analítica de análise de atividade.

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.