



# Avaliação do site kyledembowski.com

Gerado a 22 de Setembro de 2024 03:50 AM

O resultado é de 53/100



## Conteúdo SEO

|    | <p>Título</p>   | <p>Home Page</p> <p><b>Cumprimento : 9</b></p> <p>Idealmente, o Título deve conter entre 10 e 70 caracteres (incluindo espaços).</p>   |             |          |       |           |      |         |     |                            |             |   |   |   |
|---|---|--|-------------|----------|-------|-----------|------|---------|-----|----------------------------|-------------|---|---|---|
|    | <p>Descrição</p>  | <p>Kyle Dembowski in Maple Ridge, BC, Canada provides a range of fitness coaching services, fitness programs, personal development podcasts and apparel to help you reach your fitness goals. Shop the store and find the perfect fit for you!</p> <p><b>Cumprimento : 235</b></p> <p>Idealmente, a Descrição META deve conter entre 70 e 160 caracteres (incluindo espaços).</p>  |             |          |       |           |      |         |     |                            |             |   |   |   |
|  | <p>Palavras-chave</p>   | <p>keyword</p> <p>Perfeito, a página contém palavras-chave META.</p>   |             |          |       |           |      |         |     |                            |             |   |   |   |
|  | <p>Propriedades Og Meta</p>   | <p>Boa! Esta página tira vantagens das propriedades Og.</p> <table border="1" data-bbox="539 1413 1481 1951"> <thead> <tr> <th>Propriedade</th> <th>Conteúdo</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>title</td> <td>Home Page</td> </tr> <tr> <td>type</td> <td>website</td> </tr> <tr> <td>url</td> <td>https://kyledembowski.com/</td> </tr> <tr> <td>description</td> <td>Kyle Dembowski in Maple Ridge, BC, Canada provides a range of fitness coaching services, fitness programs, personal development podcasts and apparel to help you reach your fitness goals. Shop the store and find the perfect fit for you!</td> </tr> </tbody> </table> | Propriedade | Conteúdo | title | Home Page | type | website | url | https://kyledembowski.com/ | description | Kyle Dembowski in Maple Ridge, BC, Canada provides a range of fitness coaching services, fitness programs, personal development podcasts and apparel to help you reach your fitness goals. Shop the store and find the perfect fit for you! |   |   |
| Propriedade   | Conteúdo  |  |             |          |       |           |      |         |     |                            |             |   |   |   |
| title   | Home Page   |  |             |          |       |           |      |         |     |                            |             |   |   |   |
| type  | website   |  |             |          |       |           |      |         |     |                            |             |   |   |   |
| url   | https://kyledembowski.com/  |  |             |          |       |           |      |         |     |                            |             |   |   |   |
| description   | Kyle Dembowski in Maple Ridge, BC, Canada provides a range of fitness coaching services, fitness programs, personal development podcasts and apparel to help you reach your fitness goals. Shop the store and find the perfect fit for you! |  |             |          |       |           |      |         |     |                            |             |   |   |   |
|   | <p>Cabeçalhos</p>   | <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>1</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> </tr> </tbody> </table>  | H1          | H2       | H3    | H4        | H5   | H6      | 1   | 1                          | 0           | 0   | 0 | 0 |
| H1  | H2  | H3   | H4          | H5       | H6    |           |      |         |     |                            |             |   |   |   |
| 1   | 1   | 0  | 0           | 0        | 0     |           |      |         |     |                            |             |   |   |   |

## Conteúdo SEO

|  |                  |   |
|--|------------------|---|
|  |                  | <ul style="list-style-type: none"><li>• [H1] KYLE DEMBOWSKI</li><li>• [H2] THE ESSENTIALS</li></ul>   |
|  | Imagens          | Encontrámos 8 imagens nesta página.<br>Bom, a maioria das imagens têm o atributo ALT definidos.   |
|  | Rácio Texto/HTML | Rácio : <b>4%</b><br>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 5 ligações incluindo 0 ligações a ficheiros                            |
|  | Statistics                               | Ligações externas : noFollow 0%<br>Ligações externas : Passa sumo 0%<br>Ligações internas 100% |

## Ligações para a própria página

| Âncoras                       | Tipo     | Sumo       |
|-------------------------------|----------|------------|
| <a href="#">PROTOCOL 100</a>  | Internas | Passa sumo |
| <a href="#">DNA COACHING</a>  | Internas | Passa sumo |
| <a href="#">E. NO PODCAST</a> | Internas | Passa sumo |

## Ligações para a própria página

[CONNECT](#)

Internas

Passa sumo

[MY STORY](#)

Internas

Passa sumo

## Palavras-chave SEO



Núvem de palavras-chave

coaching fitness protocol dna  
podcast program learn more life  
unleash

## Consistência das Palavras-chave

| Palavra-chave | Conteúdo | Título | Palavras-chave | Descrição | Cabeçalhos |
|---------------|----------|--------|----------------|-----------|------------|
| protocol      | 4        | ✘      | ✘              | ✘         | ✘          |
| dna           | 4        | ✘      | ✘              | ✘         | ✘          |
| coaching      | 4        | ✘      | ✘              | ✔         | ✘          |
| podcast       | 4        | ✘      | ✘              | ✔         | ✘          |
| learn         | 3        | ✘      | ✘              | ✘         | ✘          |

## Usabilidade

|  |                         |   |
|--|-------------------------|---|
|  | Url                     | Domínio : kyledembowski.com<br>Cumprimento : 17 |
|  | Favicon                 | Ótimo, o site tem um favicon.                   |
|  | Facilidade de Impressão | Não encontramos CSS apropriado para impressão.  |
|  | Língua                  | Otimo! A língua declarada deste site é en.      |
|  | Dublin Core             | Esta página não tira vantagens do Dublin Core.  |

# Usabilidade

## Documento

|  |                      |   |
|--|----------------------|---|
|  | Tipo de Documento    | HTML 5  |
|  | Codificação          | Perfeito. O conjunto de caracteres UTF-8 está declarado.  |
|  | Validação W3C        | Erros : 0<br>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  | <ul style="list-style-type: none"><li> Excelente, este site não usa tabelas dentro de tabelas.</li><li> Oh não, o site usa estilos CSS nas etiquetas HTML.</li><li> Boa, o site usa poucos ficheiros CSS.</li><li> Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros JavaScript (mais que 6).</li><li> Perfeito, o site tira vantagens da compressão gzip.</li></ul> |

## Dispositivos Móveis

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

## Otimização

|  |             |  |
|--|-------------|--|
|  | XML Sitemap | Perfeito, o site tem um mapa XML do site (sitemap).<br><a href="https://kyledembowski.com/sitemap">https://kyledembowski.com/sitemap</a> |
|  | Robots.txt  | <a href="http://kyledembowski.com/robots.txt">http://kyledembowski.com/robots.txt</a>  |

## Otimização

|  |           |   |
|--|-----------|---|
|  |           | Perfeito, o seu site tem um ficheiro robots.txt.  |
|  | 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> |