

Website Review

Website Review is a free SEO tool which provides you content analysis of the website.

Content analysis

 View a content analysis. Check your text/html ratio, headings and etc.

Link Extractor

 Extract links from your website with anchors, url and find out internal and external links percentage.

Meta Tags

 Get full list of meta tags from web page. View site's title, keywords, og properties and more.

Speed Test

 Speed up your website load time by finding most slowest page's parts.





Avaliação do site maximov.org.ua

Gerado a 18 de Maio de 2026 09:51 AM

O resultado é de 64/100







Conteúdo SEO

	Título	<p>МАКСИМОВ — Блог о здоровье, тренировках, питание и диетах</p> <p>Cumprimento : 57</p> <p>Perfeito, o Título contém entre 10 e 70 caracteres.</p>																				
	Descrição	<p>Блог о здоровье, тренировках, питание и диетах</p> <p>Cumprimento : 46</p> <p>Idealmente, a Descrição META deve conter entre 70 e 160 caracteres (incluindo espaços).</p>																				
	Palavras-chave	<p>Mau. Não detetámos palavras-chave META na sua página.</p>																				
	Propriedades Og Meta	<p>Boa! Esta página tira vantagens das propriedades Og.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Propriedade</th> <th>Conteúdo</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>title</td> <td>МАКСИМОВ — Блог о здоровье, тренировках, питание и диетах</td> </tr> <tr> <td>type</td> <td>website</td> </tr> <tr> <td>image</td> <td>https://maximov.org.ua/wp-content/uploads/2026/03/maximov-1200.png</td> </tr> <tr> <td>image:width</td> <td>1200</td> </tr> <tr> <td>image:height</td> <td>630</td> </tr> <tr> <td>image:alt</td> <td>Maximov</td> </tr> <tr> <td>description</td> <td>Блог о здоровье, тренировках, питание и диетах</td> </tr> <tr> <td>url</td> <td>https://maximov.org.ua/</td> </tr> <tr> <td>locale</td> <td>ru_RU</td> </tr> </tbody> </table>	Propriedade	Conteúdo	title	МАКСИМОВ — Блог о здоровье, тренировках, питание и диетах	type	website	image	https://maximov.org.ua/wp-content/uploads/2026/03/maximov-1200.png	image:width	1200	image:height	630	image:alt	Maximov	description	Блог о здоровье, тренировках, питание и диетах	url	https://maximov.org.ua/	locale	ru_RU
Propriedade	Conteúdo																					
title	МАКСИМОВ — Блог о здоровье, тренировках, питание и диетах																					
type	website																					
image	https://maximov.org.ua/wp-content/uploads/2026/03/maximov-1200.png																					
image:width	1200																					
image:height	630																					
image:alt	Maximov																					
description	Блог о здоровье, тренировках, питание и диетах																					
url	https://maximov.org.ua/																					
locale	ru_RU																					





Conteúdo SEO

	site_name	МАКСИМОВ					
	Cabeçalhos	H1	H2	H3	H4	H5	H6
		0	21	17	0	0	0
		<ul style="list-style-type: none">• [H2] Блог о здоровье, тренировках, питание и диетах• [H2] Еда против стресса: как снизить уровень кортизола с помощью рациона• [H2] Золотой стандарт кухни: как выбрать качественное оливковое масло и не ошибиться• [H2] Как составить персональную стратегию долголетия: ваш путь к активному будущему• [H2] Мифы о метаболизме: можно ли его «разогнать» и как не попасться на маркетинговые уловки?• [H2] Влияние закаливания на иммунитет: Почему контрастный душ — это «бизнес-класс» для вашего здоровья• [H2] Гормон сна мелатонин: когда стоит принимать добавки и как не навредить себе?• [H2] Щитовидная железа: симптомы гипотиреоза, которые нельзя игнорировать• [H2] Скандинавская ходьба: почему это идеальный выбор для здоровья сердца и суставов?• [H2] Перетренированность: как понять, что ваш организм требует отдыха, и как вернуться в форму• [H2] Ключ к крепкому иммунитету: Секреты вашего микробиома• [H2] Железодефицит: почему постоянно нет сил и как это исправить• [H2] Здоровые зубы: секреты гигиены, о которых не говорят стоматологи (но вы обязаны знать)• [H2] Как выбрать кроссовки для разных видов спорта• [H2] Здоровье спины: как победить боль в пояснице с помощью простых упражнений• [H2] Дефицит калорий: как рассчитать свою норму (формула Миффлина-Сан Жеора)• [H2] Алкоголь и фитнес: почему один бокал может «обнулить» ваши усилия в зале• [H2] Поздний ужин: что съесть перед сном, чтобы не поправиться?• [H2] Как организовать рабочее место для здоровья спины• [H2] Пагинация записей• [H2] Сейчас читают• [H3] Еда против стресса: как снизить уровень кортизола с помощью рациона• [H3] Дефицит калорий: как рассчитать свою норму (формула Миффлина-Сан Жеора)• [H3] Алкоголь и фитнес: почему один бокал может «обнулить» ваши усилия в зале• [H3] Поздний ужин: что съесть перед сном, чтобы не поправиться?• [H3] Что я ем за день — пример меню на 1800 ккал• [H3] Золотой стандарт кухни: как выбрать качественное оливковое масло и не ошибиться• [H3] Как экономить на здоровом питании: список бюджетных продуктов					

Conteúdo SEO

		<ul style="list-style-type: none">• [H3] Месяц без сахара: личный дневник и результаты• [H3] Домашняя аптечка: что должно быть у каждого• [H3] Глютен: нужно ли от него отказываться, если нет целиакии?• [H3] Правда о детокс-чае: мой печальный опыт• [H3] Тренировки дома: минимальный набор инвентаря для результата• [H3] Протеин: сывороточный, изолят или растительный — что выбрать?• [H3] Скандинавская ходьба: почему это идеальный выбор для здоровья сердца и суставов?• [H3] 10 000 шагов каждый день: что изменилось в моём теле за месяц• [H3] Как экономить на здоровом питании: список бюджетных продуктов• [H3] Молочные продукты: польза и вред лактозы для взрослых
	Imagens	Encontrámos 38 imagens nesta página. Bom, a maioria das imagens têm o atributo ALT definidos.
	Rácio Texto/HTML	Rácio : 7% 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 99 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
Перейти к содержанию	Internas	Passa sumo
Максимов Блог	Internas	Passa sumo
Максимов Блог	Internas	Passa sumo
Здоровье	Internas	Passa sumo
Обзоры	Internas	Passa sumo
Питание	Internas	Passa sumo
Психология	Internas	Passa sumo
Личный опыт	Internas	Passa sumo
Тренировки	Internas	Passa sumo
=	Internas	Passa sumo
Українська	Internas	Passa sumo
=	Internas	Passa sumo
=	Internas	Passa sumo
=	Internas	Passa sumo
=	Internas	Passa sumo
=	Internas	Passa sumo
=	Internas	Passa sumo
=	Internas	Passa sumo
=	Internas	Passa sumo
Еда против стресса: как снизить уровень кортизола с помощью рациона	Internas	Passa sumo
Еда против стресса: как снизить уровень кортизола с помощью рациона	Internas	Passa sumo
Золотой стандарт кухни: как выбрать качественное оливковое масло и не ошибиться	Internas	Passa sumo
Золотой стандарт кухни: как выбрать качественное оливковое масло и не ошибиться	Internas	Passa sumo
Как составить персональную стратегию долголетия: ваш путь к активному будущему	Internas	Passa sumo

Ligações para a própria página

Как составить персональную стратегию долголетия: ваш путь к активному будущему	Internas	Passa sumo
Мифы о метаболизме: можно ли его «разогнать» и как не попасться на маркетинговые уловки?	Internas	Passa sumo
Мифы о метаболизме: можно ли его «разогнать» и как не попасться на маркетинговые уловки?	Internas	Passa sumo
Влияние закаливания на иммунитет: Почему контрастный душ — это «бизнес-класс» для вашего здоровья	Internas	Passa sumo
Влияние закаливания на иммунитет: Почему контрастный душ — это «бизнес-класс» для вашего здоровья	Internas	Passa sumo
Гормон сна мелатонин: когда стоит принимать добавки и как не навредить себе?	Internas	Passa sumo
Гормон сна мелатонин: когда стоит принимать добавки и как не навредить себе?	Internas	Passa sumo
Щитовидная железа: симптомы гипотиреоза, которые нельзя игнорировать	Internas	Passa sumo
Щитовидная железа: симптомы гипотиреоза, которые нельзя игнорировать	Internas	Passa sumo
Скандинавская ходьба: почему это идеальный выбор для здоровья сердца и суставов?	Internas	Passa sumo
Скандинавская ходьба: почему это идеальный выбор для здоровья сердца и суставов?	Internas	Passa sumo
Перетренированность: как понять, что ваш организм требует отдыха, и как вернуться в форму	Internas	Passa sumo
Перетренированность: как понять, что ваш организм требует отдыха, и как вернуться в форму	Internas	Passa sumo
Ключ к крепкому иммунитету: Секреты вашего микробиома	Internas	Passa sumo
Ключ к крепкому иммунитету: Секреты вашего микробиома	Internas	Passa sumo
Железодефицит: почему постоянно нет сил и как это исправить	Internas	Passa sumo
Железодефицит: почему постоянно нет сил и как это исправить	Internas	Passa sumo
Здоровые зубы: секреты гигиены, о которых не говорят стоматологи (но вы обязаны знать)	Internas	Passa sumo

Ligações para a própria página

Здоровые зубы: секреты гигиены, о которых не говорят стоматологи (но вы обязаны знать)	Internas	Passa sumo
Как выбрать кроссовки для разных видов спорта	Internas	Passa sumo
Как выбрать кроссовки для разных видов спорта	Internas	Passa sumo
Здоровье спины: как победить боль в пояснице с помощью простых упражнений	Internas	Passa sumo
Здоровье спины: как победить боль в пояснице с помощью простых упражнений	Internas	Passa sumo
Дефицит калорий: как рассчитать свою норму (формула Миффлина-Сан Жеора)	Internas	Passa sumo
Дефицит калорий: как рассчитать свою норму (формула Миффлина-Сан Жеора)	Internas	Passa sumo
Алкоголь и фитнес: почему один бокал может «обнулить» ваши усилия в зале	Internas	Passa sumo
Алкоголь и фитнес: почему один бокал может «обнулить» ваши усилия в зале	Internas	Passa sumo
Поздний ужин: что съесть перед сном, чтобы не поправиться?	Internas	Passa sumo
Поздний ужин: что съесть перед сном, чтобы не поправиться?	Internas	Passa sumo
Как организовать рабочее место для здоровья спины	Internas	Passa sumo
Как организовать рабочее место для здоровья спины	Internas	Passa sumo
2	Internas	Passa sumo
5	Internas	Passa sumo
Далее	Internas	Passa sumo
Калькулятор калорий по формуле Миффлина-Сан Жеора	Internas	Passa sumo
Месяц без сахара личный дневник и результаты.	Internas	Passa sumo
Месяц без сахара: личный дневник и результаты	Internas	Passa sumo
05/03/2026	Internas	Passa sumo
аптечка	Internas	Passa sumo
Домашняя аптечка: что должно быть у каждого	Internas	Passa sumo
14/03/2026	Internas	Passa sumo
Глютен: нужно ли от него отказываться, если нет	Internas	Passa sumo

Ligações para a própria página


[целиакии?](#)

Глютен: нужно ли от него отказываться, если нет целиакии?	Internas	Passa sumo
07/03/2026	Internas	Passa sumo
Правда о детокс чаях мой печальный опыт	Internas	Passa sumo
Правда о детокс-чае: мой печальный опыт	Internas	Passa sumo
02/04/2026	Internas	Passa sumo
Тренировки дома	Internas	Passa sumo
Тренировки дома: минимальный набор инвентаря для результата	Internas	Passa sumo
05/03/2026	Internas	Passa sumo
Протеин сывороточный, изолят или растительный — что выбрать	Internas	Passa sumo
Протеин: сывороточный, изолят или растительный — что выбрать?	Internas	Passa sumo
11/03/2026	Internas	Passa sumo
Скандинавская ходьба польза для суставов и сердца.	Internas	Passa sumo
Скандинавская ходьба: почему это идеальный выбор для здоровья сердца и суставов?	Internas	Passa sumo
06/05/2026	Internas	Passa sumo
10 000 шагов каждый день что изменилось в моем теле за месяц.	Internas	Passa sumo
10 000 шагов каждый день: что изменилось в моём теле за месяц	Internas	Passa sumo
05/03/2026	Internas	Passa sumo
Как экономить на здоровом питании список бюджетных продуктов	Internas	Passa sumo
Как экономить на здоровом питании: список бюджетных продуктов	Internas	Passa sumo
14/03/2026	Internas	Passa sumo
Молочные продукты польза и вред лактозы для взрослых	Internas	Passa sumo
Молочные продукты: польза и вред лактозы для взрослых	Internas	Passa sumo

Ligações para a própria página

07/03/2026	Internas	Passa sumo
MAXIMOV	Internas	Passa sumo
WordPress	Internas	noFollow
HybridMag	Internas	noFollow
Здоровье	Internas	Passa sumo
Обзоры	Internas	Passa sumo
Питание	Internas	Passa sumo
Психология	Internas	Passa sumo
Личный опыт	Internas	Passa sumo
Тренировки	Internas	Passa sumo
=	Internas	Passa sumo
Українська	Internas	Passa sumo






Palavras-chave SEO

	Núvem de palavras-chave	может здоровья просто которые выбрать день тренировки здоровье ПИТАНИЕ личный
--	-------------------------	--












Consistência das Palavras-chave

Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
здоровье	5	✓	✗	✓	✓
питание	5	✓	✗	✓	✓
может	5	✗	✗	✗	✓
день	5	✗	✗	✗	✓
просто	5	✗	✗	✗	✗

Usabilidade

	Url	Domínio : maximov.org.ua Cumprimento : 14
	Favicon	Ótimo, o site tem um favicon.
	Facilidade de Impressão	Não encontramos CSS apropriado para impressão.
	Língua	Otimo! A língua declarada deste site é ru.
	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 : 1 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"> 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. Perfeito, o seu site aproveita a compressão de conteúdo.

Dispositivos Móveis



Otimização para dispositivos móveis

- ✓ Icon Apple
- ✓ Meta Viewport Tag
- ✓ Conteúdo Flash

Otimização



XML Sitemap

Perfeito, o site tem um mapa XML do site (sitemap).

<https://maximov.org.ua/sitemap.xml>



Robots.txt

<http://maximov.org.ua/robots.txt>

Perfeito, o seu site tem um ficheiro robots.txt.



Analytics

Perfeito, o site tem uma ferramenta analítica para a análise de atividade.



Google Analytics