

Аудит сайта и рекомендации по его развитию

www.promising.ru

Работу провел(а): Шашкова Анастасия

Благодарим Вас, что решили провести аудит своего сайта, и выбрали для этого нас! Реализация замечаний и предложений, указанных в этом документе позволит вашему сайту существенно повысить отдачу, увеличив конверсию посетителей сайта в ваших клиентов.

Оглавление

1.	ОТЧЕТ ПО ОСНОВНЫМ СТРАНИЦАМ.....	2
1.1.	ГЛАВНАЯ.....	2
1.2.	РАЗБОР ОДНОЙ ИЗ ПУБЛИКАЦИИ.....	3
2.	ОБЩИЙ ОТЧЕТ.....	7
2.1.	ДИЗАЙН И ВЕРСТКА.....	7
2.2.	СТРУКТУРА, ФУНКЦИОНАЛЬНОСТЬ, ЮЗАБИЛИТИ.....	7
2.3.	КОНТЕНТ.....	8
3.	ОБЩИЙ ВЫВОД.....	8

1.2. Разбор одной из публикации.



Стероиды для новичков

27-02-2011 | Спорт | Спортивное питание

Вы изнуряли себя жестокими тренировками, соблюдали правильную диеты, подчинили свой ритм жизни тренировкам в зале, но то, чего вы добились, явно не хватает для самоудовлетворения. И вы нашли выход - стероиды. Эта статья...

Чем короче статья, тем выше вероятность того, что ее дочитают до конца. Всю «воду» нужно безжалостно вырезать, а крупные материалы стоит разбивать на более мелкие.

Она даст вам элементарные знания об анаболических и андрогенных стероидах, составит ваше представление об их действии и способах применения.

Каждый потенциальный пользователь стероидов рано или поздно задает ряд вопросов:

- ▶ Какие стероиды принимать?
- ▶ Когда настанет время для приема стероидов?
- ▶ В какой день мне принимать стероиды?
- ▶ Какой будет результат от стероидов?
- ▶ Где приобрести стероиды?

Вступление уже давно пора закончить. Читатель и так понял, что речь пойдет об основах употребления стероидов.

Подразумевается, что каждый задающий подобные вопросы уже решил, что будет принимать стероиды. Статья лишь даст необходимые знания.

Что такое стероиды

Тестостерон - мужской половой гормон. Стероиды - синтетический тестостерон. В основном, используют тестостерон в большом и сильном.

Вот на этом месте я, врач по образованию, понимаю всё о компетенции автора материала. Таких категоричных высказываний стоит избегать, если не хотите подорвать доверие читателей.

В каком возрасте можно использовать стероиды

Если вам более 21 года, то нет причин не использовать стероиды. Если же вы младше, то надо немного повременить. В раннем возрасте вы можете остановить преждевременно свой рост, плечи не будут такими широкими и т.д. В молодом возрасте эндокринная система вырабатывает достаточное количество тестостерона и нет необходимости употреблять дополнительный.

Но существует и другая сторона медали, 25 летний мужчина, ничего не знающий о тренировках и о диете не сможет этого ему надо будет 100 профессионалов, дабы выжать молодой человек, занимающийся питание может без проблем начать принимать стероиды и в 20 лет.

О каком форуме идет речь? Из-за этого смысл всего абзаца теряется. Такое ощущение, что это довольно бездумный репайт

Какие стероиды принимать

Читая различные темы форума, как старые так и новые, вы постепенно начнете узнавать какие стероиды бывают, в каких дозировках используются и для каких целей применяются. Это составит для вас окончательный список возможных препаратов, которые вы будете применять, исходя из побочных эффектов и требуемых результатов.

Оральные или инъекционные стероиды

Вы уже решили принимать стероиды. Осталось решить: будут ли они

Такой способ хорош для накопления стероидов в организме атлета, с целью увеличения его показателей, но негативно отражается на печени, заставляя ее работать в усиленном режиме.

Инъекционные стероиды пред вену может привести к серьезной мышцу предотвращает проход очень сильные стероиды прич

А вот здесь не помешало бы более полно раскрыть тему: как именно делать укол, чтобы избежать абсцесса и не повредить нерв (это довольно частое осложнение от неправильного укола в ягодичную мышцу). В конце концов, можно добавить схему-инструкцию

Куда колоть инъекционные стероиды

Одним из мест для укола является ваша ягодичная мышца. Укол в это место поможет вам избежать таких неприятных последствий как абсцесс.

Также можно колоть и в бедро, так как это очень большая мышца. Колют и в другие мышцы, особенно когда курс очень тяжелый, включающий в себя большое количество вводимого в неделю масса.

Что использовать для начала

Пример первого курса для новичка: 500 мг тестостерона в течение 8 недель, плюс по 25 мг дианабола ежедневно в течение 4 недель. В этом курсе есть один инъекционный стероид и один оральный.

Как и **К сожалению, это «сферический случай в вакууме». Если нет возможности подробнее описать принципы подбора курса, лучше оставить это специалистам.**

Совер всего эффекта, можно было бы вводить и раз в неделю, но для более ровного их действия лучше все же делать инъекции 2 раза в неделю

Дианабол лучше принимать каждый день, так как он имеет малое время полураспада - около 4 часов. Что касается желудочно-кишечного тракта - принимайте его с едой.

Где приобрести стероиды ?

Никогда не покупайте стероиды через интернет. Это делают только люди, связанные с ГНК, или же вам придется искать поставщика для покупки только проверенных и честных людей, с которыми вы знакомы лично.

Какой эффект ожидать от приема стероидов ?

Невозможно на 100% ответить на этот вопрос. Эффект будет также зависеть от многих факторов: дозировки, длительности приема, индивидуальных особенностей организма.

Что такое загрузка ?

Загрузка используется для того чтобы достичь максимальной концентрации стероида в крови намного раньше, чем это было бы возможно. Необходимо удвоить концентрацию вводимого препарата в первые 1-2 недели. Это зависит от периода полураспада препарата (полураспад – время, которое необходимо организму, чтобы усвоить и выделить половину действующего препарата). К примеру, если вы собираетесь ставить 500 мг энантата в неделю, то в первую неделю курса вам необходимо поставить 1000 мг.

Что такое антиэстрогены ?


Определенные стероиды взаимодействуют с эстрогенами через ароматические ферменты, что может привести к неприятным побочным эффектам. Эстроген является преимущественно женским половым гормоном. Используя антиэстрогены, вы можете предотвратить побочные эффекты, возникающие при приеме определенных стероидов. Провирон и Анастрозол пытаются блокировать фермент ароматизации, который превращает тестостерон в эстроген. Как Нольвадекс связывает все эстрогены, так Анастрозол блокирует фермент, который превращает тестостерон в эстроген. Провирон блокирует рецепторы эстрогена, которые связывают эстроген с клетками, которые реагируют на него.

Вопросительные предложения стоит заканчивать вопросительным знаком, даже если это подзаголовок.


Статья и так слишком длинная, так что неинформативные абзацы стоит вообще убрать


вопросы.


Метки: **Форму комментирования стоит перенести сюда. Сейчас она расположена слишком низко и выпадает из поля зрения читателей.**



Похожие материалы

 **Закаливание организма**
Что такое ...

 **Плюсы ...**
Хотите иметь нормальный здоровый вес? Важнейшую роль здесь играет сочетание питания и физи ...
Комментариев: 0

 **Как улучшить эрекцию**
Сексуальное здоровье является важнейшим компонентом жизни каждого мужчины. Не секрет, что ...
Комментариев: 0

Комментарии пользователей (0)

Оставить свой комментарий

B *i* U **U** | ≡ ≡ ≡ | 😊 ↻ 📎 📄 📄 **HIDE** 🗑️ **T SP**

Добавить комментарий

2. Общий отчет

2.1. Дизайн и верстка

1. На сайте достаточно много материалов, потому для облегчения навигации стоит как-то выделять посещенные ссылки

2. Ссылки на статьи в боковых колонках по оформлению немного напоминают рекламу, что может вызывать эффект «баннерной слепоты». Если рядом с заголовками будет стоять и, например, рейтинг материала, количество кликов по этим ссылкам может увеличиться.

3. Цвет и размер основного шрифта не очень хороши для длинных текстов: небольшой размер, низкая контрастность с фоном, темный фон — все это утомляет зрение. Как вариант можно попробовать взять для основного шрифта тон чуть светлее (совсем белый будет слишком ярким) и увеличить размер на 1-2 px. Это может хорошо сказаться на времени просмотра страниц.

4. Хотя доля пользователей старых браузеров довольно мала, стоит обратить внимание на то, что IE 7 едет верстка в блоке со слайд шоу, в IE 6 сайт отображается совсем неправильно.

5. Сайт загружается довольно медленно. Стоит попробовать использовать gzip сжатие и объединить в css спрайты многочисленные фоновые изображения.

6. Это субъективное мнение, но мне кажется странным выбор иконок для рубрикатора меню. Они хорошо отрисованы, но очень косвенно отражают суть разделов. Такое ощущение, что их брали из готового набора и не смогли в нем найти иконки, которые бы лучше иллюстрировали разделы «Здоровье» и «Девушки». Кроме того, эти иконки занимают довольно много места. Будь они помельче, страница бы выглядела менее «тесной».

2.2. Структура, функциональность, юзабилити

1. Довольно большие проблемы с формой регистрации. Кроме того, что уже указано в иллюстрированной части отчета, стоит обратить внимание на следующие недочеты:

- не указаны обязательные поля (не так уж и очевидно, что без e-mail не обойтись);

- не указаны правила их заполнения (пользователь должен один раз ошибиться, чтобы узнать, что в пароле должно быть не менее 6 символов)

- при ошибке в капче содержимое всех полей сбрасывается, приходится заполнять заново;

2. Вообще не очень понятен смысл регистрации. Только для комментирования? Это не очень интересно, особенно если учесть, что на сайте нет сформировавшегося сообщества. Лучше позволить комментировать без регистрации, но зарегистрированным пользователям или открывать какой-то недоступный для простых посетителей контент, или позволить им участвовать в конкурсах, рейтингах и т.п.

Возможно, имеет смысл установить форму комментирования «Вконтакте»: и регистрироваться не нужно, и реклама для вас. Если же сделать комментирование

общедоступным совсем нельзя, то под каждой статьей нужно размещать ссылку на регистрацию.

Кроме того, еще одним решением может стать авторизация через популярные сервисы. В этом случае пользователям не придется проходить через утомительный процесс регистрации.

3. У рубризатора нет четкой логики построения. Непосвященный пользователь ни за что не догадается, в чем принципиальное различие разделов «Секреты успеха» или «Полезные советы». Где искать советы о достижении успеха? В этом смысле хорошим примером могут служить разделы рубрики «Отдых»: в них запутаться невозможно.

4. Мало интерактивности. Чтобы вокруг сайта формировалось сообщество, нужно все время его тормошить опросами, конкурсами, рейтингами.

5. Перемодерация комментариев также портит впечатление от журнала. Не стоит ставить возможность живого диалога на сайте в зависимость от рабочих часов модератора.

2.3. Контент

1. Очень скучные заголовки и лиды статей. Например, вот такое есть на главной странице.

Если смотреть правде в глаза, это скучно. При этом если зайти в текст самой статьи, можно прочитать очень интересную историю о нелепой ошибке ученого, изучавшего шпинат. Почему бы не начать статью с интересного?

2. Много неоправданно длинных статей. Даже если в начале чтения хочется что-то прокомментировать, к концу статьи хочется отвлечься на что-то другое.

3. Много поучений, мало юмора, нет провокации на беседу. Если вы наймете одного действительно хорошего копирайтера, который будет в неделю делать одну действительно остроумную статью на любую тему, это уже будет прекрасно и полностью изменит тон ресурса с менторского на дружеский.

4. Мало статей, перекликающихся по теме. Например, судя по статистике, много пользователей пришло на страницу <http://promising.ru/girls/sex/2.html> Прочитав статью, пользователь либо уйдет с сайта, либо пойдет читать материал из этой же области. Но в блоке «похожие материалы» оказывается много лишнего: «начинаем бегать», «упражнения на растяжку» и т.п.

5. Пользователи не будут комментировать, пока этого никто не делает. Почему? Во-первых, мало кому вообще придет в голову сделать то, чего никто не делает. Во-вторых, нет никакого шанса, что на реплику ответят. Так что нужно создать хотя бы видимость бурного общения.

3. Общий вывод

Таким образом, можно вывести основной список работ для повышения конверсии:

1. Начать самостоятельно комментировать материалы, провоцировать на дискуссию.

2. Сделать комментирование более доступным. Возможно, отказаться от обязательной регистрации.

3. Поместить форму комментирования непосредственно под текст статьи.
4. Если есть такая возможность, сменить авторов или немножко изменить направление работы нынешних копирайтеров.
5. Проблема и в источнике трафика: очень многие приходят по фразе «как долго не кончать». Это интересная тема, но она, во-первых, освещена лишь в одной статье на сайте, а во-вторых, не располагает к регистрации и комментированию. Возможно, стоит попробовать продвигаться по запросам, более располагающим к светской беседе: тренировки, мужская мода, отношения.

Проведенный аудит выявил недоработки сайта и указал пути его улучшения.

НО! Только реальная работа по внедрению изменений на сайте приведет к повышению эффективности!

Мы можем Вам в этом помочь двумя путями:

- Модернизировать сайт с учетом необходимых изменений;
- Проконтролировать внедрение наших рекомендаций, при проведении таких правок Вами или третьей стороной.

Будем рады проконсультировать вас и ответить на ваши вопросы.

С уважением,
Компания «ВебАвангард»