



# Evaluation du site lunchcoach.pl

Généré le 31 Janvier 2024 23:15

**Le score est de 53/100**



## Optimisation du contenu

	<b>Titre</b>	<p>Strona główna</p> <p><b>Longueur : 13</b></p> <p>Parfait, votre titre contient entre 10 et 70 caractères.</p>														
	<b>Description</b>	<p>Jestem dietetykiem klinicznym. Specjalizuję się w dietach przy PCOS i insulinooporności. Poznaj ofertę - konsultacje przy PCOS, jadłospisy.</p> <p><b>Longueur : 139</b></p> <p>Génial, votre balise META description contient entre 70 et 160 caractères.</p>														
	<b>Mots-clefs</b>	<p>Très mauvais. Nous n'avons pas trouvé de balise META keywords sur votre page. Utilisez <a href="#">ce générateur gratuit de balises META en ligne</a> pour créer des mots-clés.</p>														
	<b>Propriétés Open Graph</b>	<p>Bien, cette page profite des balises META Open Graph.</p> <table border="1" data-bbox="539 1346 1481 1971"> <thead> <tr> <th>Propriété</th> <th>Contenu</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>locale</td> <td>pl_PL</td> </tr> <tr> <td>type</td> <td>website</td> </tr> <tr> <td>title</td> <td>Strona główna</td> </tr> <tr> <td>description</td> <td>Jestem dietetykiem klinicznym. Specjalizuję się w dietach przy PCOS i insulinooporności. Poznaj ofertę - konsultacje przy PCOS, jadłospisy.</td> </tr> <tr> <td>url</td> <td>https://lunchcoach.pl/</td> </tr> <tr> <td>image</td> <td>http://lunchcoach.pl/wp-content/uploads/2023/11/lunchcoach-dieta-w-pcos-26.jpg</td> </tr> </tbody> </table>	Propriété	Contenu	locale	pl_PL	type	website	title	Strona główna	description	Jestem dietetykiem klinicznym. Specjalizuję się w dietach przy PCOS i insulinooporności. Poznaj ofertę - konsultacje przy PCOS, jadłospisy.	url	https://lunchcoach.pl/	image	http://lunchcoach.pl/wp-content/uploads/2023/11/lunchcoach-dieta-w-pcos-26.jpg
Propriété	Contenu															
locale	pl_PL															
type	website															
title	Strona główna															
description	Jestem dietetykiem klinicznym. Specjalizuję się w dietach przy PCOS i insulinooporności. Poznaj ofertę - konsultacje przy PCOS, jadłospisy.															
url	https://lunchcoach.pl/															
image	http://lunchcoach.pl/wp-content/uploads/2023/11/lunchcoach-dieta-w-pcos-26.jpg															
	<b>Niveaux de titre</b>	<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>10</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> </tr> </tbody> </table>	H1	H2	H3	H4	H5	H6	1	10	0	0	0	0		
H1	H2	H3	H4	H5	H6											
1	10	0	0	0	0											

## Optimisation du contenu

		<ul style="list-style-type: none"><li>• [H1] Odzyskaj równowagę hormonalną i wygraj z PCOS z moją pomocą</li><li>• [H2] Cześć!</li><li>• [H2] Ty także pragniesz odzyskać równowagę hormonalną?</li><li>• [H2] Mogę Ci pomóc!</li><li>• [H2] Sprawdź, jak mogę Ci pomóc!</li><li>• [H2] Poznajmy się!</li><li>• [H2] Jestem Agata i będę Twoją przewodniczką w drodze do zdrowia hormonalnego</li><li>• [H2] Opinie</li><li>• [H2] Sprawdź, jak pomogłam innym kobietom wygrać z PCOS!</li><li>• [H2] Twój prezent!</li><li>• [H2] Sprawdź mój podcast!</li></ul>
	Images	Nous avons trouvé 30 image(s) sur cette page Web.  9 attribut(s) alt sont vides ou manquants. Ajouter un texte alternatif permet aux moteurs de recherche de mieux comprendre le contenu de vos images.
	Ratio texte/HTML	Ratio : <b>1%</b>  le ratio de cette page texte/HTML est au-dessous de 15 pour cent, ce qui signifie que votre site manque de contenu textuel.
	Flash	Parfait, aucun contenu FLASH n'a été détecté sur cette page.
	Iframe	Génial, il n'y a pas d'Iframes détectés sur cette page.

## Liens

	Réécriture d'URLs	Bien. Vos liens sont optimisés!
	Tiret bas dans les URLs	Parfait! Aucuns soulignements détectés dans vos URLs.
	Liens dans la page	Nous avons trouvé un total de 15 lien(s) dont 0 lien(s) vers des fichiers
	Statistics	Liens externes : noFollow 0%  Liens externes : Passing Juice 6.67%  Liens internes 93.33%

## Liens dans la page

Texte d'ancre	Type	Juice
<a href="#">Skip to content</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">O mnie</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">podcast</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">=</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Moje konto</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Sklep</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Kontakt</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Współpraca 1:1</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">jadłospisy i e-booki</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Oferta dla firm</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Regulamin</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Polityka prywatności i cookies</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Regulamin publikacji komentarzy</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Regulamin newslettera</a>	Interne	Passing Juice
<a href="#">Produktywna Freelancerka</a>	Externe	Passing Juice

## Mots-clefs

	Nuage de mots-clefs	się równowagę kontakt <b>pcos</b> hormonalną swoją odzyskać jak podcast zdrowia
--	---------------------	---

## Cohérence des mots-clefs

Mot-clef	Contenu	Titre	Mots-clefs	Description	Niveaux de titre
się	11	✘	✘	✔	✔
pcos	9	✘	✘	✔	✔
równowagę	5	✘	✘	✘	✔

## Cohérence des mots-clefs

odzyskać	4	✘	✘	✘	✔
kontakt	4	✘	✘	✘	✘

## Ergonomie

	Url	Domaine : lunchcoach.pl Longueur : 13
	Favicon	Génial, votre site web dispose d'un favicon.
	Imprimabilité	Aucun style CSS pour optimiser l'impression n'a pu être trouvé.
	Langue	Bien. Votre langue est : pl.
	Dublin Core	Cette page ne profite pas des métadonnées Dublin Core.

## Document

	Doctype	HTML 5
	Encodage	Parfait. Votre charset est UTF-8.
	Validité W3C	Erreurs : 30 Avertissements : 4
	E-mail confidentialité	Attention! Au moins une adresse e-mail a été trouvée en texte clair. Utilisez <a href="#">une protection anti-spam gratuite</a> pour cacher vos e-mails aux spammeurs.
	HTML obsolètes	Génial! Nous n'avons pas trouvé de balises HTML obsolètes dans votre code.
	Astuces vitesse	<ul style="list-style-type: none"><li>✔ Excellent, votre site n'utilise pas de tableaux imbriqués.</li><li>✘ Mauvais, votre site web utilise des styles css inline.</li><li>✘ Mauvais, votre site web contient trop de fichiers CSS (plus de 4).</li></ul>

## Document

-  Mauvais, votre site web contient trop de fichiers javascript (plus de 6).
-  Parfait : votre site tire parti de gzip.

## Mobile



### Optimisation mobile

-  Icône Apple
-  Méta tags viewport
-  Contenu FLASH

## Optimisation



### Sitemap XML

Votre site web dispose d'une sitemap XML, ce qui est optimal.

<http://lunchcoach.pl/wpms-sitemap.xml>



### Robots.txt

<http://lunchcoach.pl/robots.txt>

Votre site dispose d'un fichier robots.txt, ce qui est optimal.



### Mesures d'audience

Manquant

Nous n'avons trouvé aucun outil d'analytics sur ce site.

Un outil de mesure d'audience vous permet d'analyser l'activité des visiteurs sur votre site. Vous devriez installer au moins un outil Analytics. Il est souvent utile d'en rajouter un second, afin de confirmer les résultats du premier.