



Avaliação do site nordicmilitarytraining.se

Gerado a 24 de Março de 2025 19:06 PM

O resultado é de 42/100



Conteúdo SEO

	Título	NMT – nordic military training					
		Cumprimento : 36					
		Perfeito, o Título contém entre 10 e 70 caracteres.					
	Descrição	Cumprimento : 0					
		Mau. Não encontrámos nenhuma Descrição META na sua página.					
	Palavras-chave						
		Mau. Não detetámos palavras-chave META na sua página.					
	Propriedades Og Meta	Esta página não tira vantagens das propriedades Og.					
	Cabeçalhos	H1 6	H2 1	H3 0	H4 1	H5 3	H6 0
		• [H1] TRÄNA UTOMHUS • [H1] FUNKTIONELL UTOMHUSTRÄNING • [H1] STARK, FRISK OCH GLAD • [H1] MED NMT TRÄNING • [H1] SAGT OM NMT • [H1] FÖLJ OSS! • [H2] TRÄNING SOM GÖR DIG • [H4] Missa inte vår nya tävling Outrox 4 maj i Stockholm! Outrox är en tävling som kombinerar styrka med kondition. Du kommer inte till Outrox för en söndagspromenad. • [H5] ÄVENTYRSRESA ELBA • [H5] MÖHIPPA/SVENSEXA • [H5] FÖRETAGSTRÄNING					
	Imagens	Encontrámos 17 imagens nesta página.					
		2 atributos ALT estão vazios ou em falta. É recomendado adicionar texto alternativo de modo a que os motores de busca identifiquem melhor o conteúdo das suas imagens.					
	Rácio Texto/HTML	Rácio : 0%					

Conteúdo SEO

		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	Oh, não, esta página tem Iframes na página, o que significa que o conteúdo destas não pode ser indexado.

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 30 ligações incluindo 0 ligações a ficheiros
	Statistics	Ligações externas : noFollow 0% Ligações externas : Passa sumo 3.33% Ligações internas 96.67%

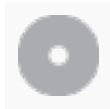
Ligações para a própria página

Âncoras	Tipo	Sumo
Startsida	Internas	Passa sumo
Om NMT	Internas	Passa sumo
Bli medlem	Internas	Passa sumo
Jönköping	Internas	Passa sumo
Lund	Internas	Passa sumo
Stockholm - Östermalms IP	Internas	Passa sumo
Stockholm - Täby	Internas	Passa sumo

Ligações para a própria página

Stockholm - Tantolunden	Internas	Passa sumo
Stockholm - Ursvik	Internas	Passa sumo
Uppsala	Internas	Passa sumo
Västerås	Internas	Passa sumo
NMT Pessoal treinamento	Internas	Passa sumo
Treinamento empresarial	Internas	Passa sumo
Möhippor och svenssexor	Internas	Passa sumo
Instrutores	Internas	Passa sumo
Condições de compra	Internas	Passa sumo
Minha conta	Internas	Passa sumo
Página de membros	Internas	Passa sumo
Contato	Internas	Passa sumo
Bootcamp abril 2025	Internas	Passa sumo
Concurso de presença para você como membro!	Internas	Passa sumo
Outrox 4 maio	Externas	Passa sumo
NMT Viagem de aventura Bósnia e Herzegovina 14-18 out 2025	Internas	Passa sumo
=	Internas	Passa sumo
CHECKOUT	Internas	Passa sumo
NMT Oeste para membros	Internas	Passa sumo
Cartão de presente Bootcamp	Internas	Passa sumo
NMT Buff	Internas	Passa sumo
T-shirt Burpees are calling T-shirt	Internas	Passa sumo
NMT moças	Internas	Passa sumo

Palavras-chave SEO



Núvem de palavras-chave

Palavras-chave SEO

Consistência das Palavras-chave

Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
---------------	----------	--------	----------------	-----------	------------

Usabilidade

	Url	Domínio : nordicmilitarytraining.se Cumprimento : 25
	Favicon	Ótimo, o site tem um favicon.
	Facilidade de Impressão	Fantástico. Encontrámos CSS apropriado para impressão.
	Língua	Otimo! A língua declarada deste site é sv.
	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 : 48 Avisos : 68
	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	 Excelente, este site não usa tabelas dentro de tabelas.  Oh não, o site usa estilos CSS nas etiquetas HTML.

Documento

- ✖ Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros CSS (mais que 4).
- ✖ Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros JavaScript (mais que 6).
- ✔ Perfeito, o site tira vantagens da compressão gzip.

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://nordicmilitarytraining.se/wp-sitemap.xml>



Robots.txt

<http://nordicmilitarytraining.se/robots.txt>

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



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.