



Avaliação do site o-training.net

Gerado a 30 de Março de 2025 23:10 PM

O resultado é de 41/100



Conteúdo SEO

	Título	O-training.net Cumprimento : 14 Perfeito, o Título contém entre 10 e 70 caracteres.												
	Descrição	Cumprimento : 0 Mau. Não encontrámos nenhuma Descrição META na sua página.												
	Palavras-chave	Main Page,Orienteering Exercises - Attackpoints,Orienteering Exercises - Compass,Orienteering Exercises - Concentration,Orienteering Exercises - Contours,Orienteering Exercises - Control description,Orienteering Exercises - Distance evaluation,Orienteering Exercises - Flow,Orienteering Exercises - GPS evaluation,Orienteering Exercises - Inside the control circle,Orienteering Exercises - Map contact Perfeito, a página contém palavras-chave META.												
	Propriedades Og Meta	Esta página não tira vantagens das propriedades Og.												
	Cabeçalhos	<table><tr><th>H1</th><th>H2</th><th>H3</th><th>H4</th><th>H5</th><th>H6</th></tr><tr><td>0</td><td>3</td><td>1</td><td>0</td><td>0</td><td>0</td></tr></table> • [H2] O-training.net • [H2] Contribute to O-training.net • [H2] Orienteering Exercises • [H3] From O-training.net	H1	H2	H3	H4	H5	H6	0	3	1	0	0	0
H1	H2	H3	H4	H5	H6									
0	3	1	0	0	0									
	Imagens	Encontrámos 24 imagens nesta página. 24 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 : 12% O rácio de texto para código HTML desta página é menor que 15 por cento, o que significa que provavelmente é necessário de adicionar												

Conteúdo SEO

		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	Detetámos 'underscores' (traços inferiores) nas suas URLs. O uso hífen é mais eficiente em termos de otimização SEO.
	Ligações para a própria página	Encontrámos um total de 49 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
navigation	Internas	Passa sumo
search	Internas	Passa sumo
About page	Internas	Passa sumo
Orienteering exercises	Internas	Passa sumo
Training Tips	Internas	Passa sumo
Resources	Internas	Passa sumo
Overview articles	Internas	Passa sumo
Blog: Latest news from O-training.net	Internas	noFollow

Ligações para a própria página

requesting an account	Internas	Passa sumo
add content page	Internas	Passa sumo
Attackpoints	Internas	Passa sumo
Compass	Internas	Passa sumo
Concentration	Internas	Passa sumo
Contours	Internas	Passa sumo
Control description	Internas	Passa sumo
Distance evaluation	Internas	Passa sumo
Flow	Internas	Passa sumo
GPS evaluation	Internas	Passa sumo
Inside the control circle	Internas	Passa sumo
Map contact	Internas	Passa sumo
Map memory	Internas	Passa sumo
Map reading	Internas	Passa sumo
Map understanding	Internas	Passa sumo
Mental exercise	Internas	Passa sumo
Overspeed orienteering	Internas	Passa sumo
Pressure handling	Internas	Passa sumo
Relocation	Internas	Passa sumo
Route choice	Internas	Passa sumo
Route planning	Internas	Passa sumo
Simplification	Internas	Passa sumo
Speed adaption	Internas	Passa sumo
Sprint orienteering	Internas	Passa sumo
Terrain memory	Internas	Passa sumo
Theoretical exercise	Internas	Passa sumo
http://o-training.net/w/Main_Page	Internas	Passa sumo
RouteChoice Challenge: Long decisive leg in Swiss Champs Long	Internas	Passa sumo

Ligações para a própria página

WebRoute: Route choice leg Canada	Internas	Passa sumo
2DRerun: Two very WOC Middle relevant races	Internas	Passa sumo
EOC Long Final: GPS Analysis	Internas	Passa sumo
EOC Middle Final: GPS Analysis	Internas	Passa sumo
EOC Middle Qual: GPS analysis	Internas	Passa sumo
EOC 2012 GPS analysis: Warm up with training-analysis	Internas	Passa sumo
Excellent presentation about O-technical analysis (Norwegian)	Internas	Passa sumo
Camolyze Review: HeadCam analysis software	Internas	Passa sumo
Training Camp Time: Video-intro to 2DRerun!	Internas	Passa sumo
OCAD for O-training	Internas	Passa sumo
Training camp sites	Internas	Passa sumo
O-training related webpages	Internas	Passa sumo
Terrain types / Terrain characterization	Internas	Passa sumo

Palavras-chave SEO



Núvem de palavras-chave

gps articles training map route orienteering
analysis eoc contribute o-trainingnet

Consistência das Palavras-chave

Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
o-trainingnet	11	×	×	×	×
analysis	6	×	×	×	×
orienteering	6	×	✓	×	✓
gps	5	×	✓	×	×
eoc	4	×	×	×	×

Usabilidade

	Url	Domínio : o-training.net Cumprimento : 14
	Favicon	Ótimo, o site tem um favicon.
	Facilidade de Impressão	Fantástico. Encontrámos CSS apropriado para impressão.
	Língua	Otimo! A língua declarada deste site é en.
	Dublin Core	Esta página não tira vantagens do Dublin Core.

Documento

	Tipo de Documento	XHTML 1.0 Transitional
	Codificação	Perfeito. O conjunto de caracteres UTF-8 está declarado.
	Validação W3C	Erros : 15 Avisos : 36
	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	 Excelente, este site não usa tabelas dentro de tabelas.  Oh não, o site usa estilos CSS nas etiquetas HTML.  Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros CSS (mais que 4).  Perfeito, o site usa poucos ficheiros JavaScript.  Atenção, o site não tira vantagem da compressão gzip.

Dispositivos Móveis

	Otimização para dispositivos móveis	 Icon Apple
		 Meta Viewport Tag
		 Conteúdo Flash

Otimização

	XML Sitemap	Em falta O site não tem um mapa XML do site (sitemap) - isto pode ser problemático. Um mapa do site identifica todas as URLs que estão disponíveis para rastreio, incluindo informação acerca de atualizações, frequência de alterações ou a importância de cada URL. Isto contribui para uma maior inteligência e eficiência do rastreio.
	Robots.txt	http://o-training.net/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.