



# Avaliação do site personaltrainerdr.com

Gerado a 31 de Março de 2025 08:52 AM

O resultado é de 51/100



## Conteúdo SEO

	Título	Dimitri Rampado   Personal Trainer &#8211; Functional training / Instructor  <b>Cumprimento : 75</b>  Idealmente, o Título deve conter entre 10 e 70 caracteres (incluindo espaços).												
	Descrição	<b>Cumprimento : 0</b>  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	<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>0</td> <td>2</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>1</td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>• [H2] Benvenuto! Sono Dimitri, Personal Trainer da circa 10 anni.</li> <li>• [H2] Allenati con me! Guarda il mio ultimo video</li> <li>• [H6]</li> </ul>	H1	H2	H3	H4	H5	H6	0	2	0	0	0	1
H1	H2	H3	H4	H5	H6									
0	2	0	0	0	1									
	Imagens	Encontrámos 3 imagens nesta página.  Bom, a maioria das imagens têm o atributo ALT definidos.												
	Rácio Texto/HTML	Rácio : <b>4%</b>  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.												

## Conteúdo SEO

	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 4 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
<a href="#">Metodo</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Workout</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Cosa dicono di me</a>	Internas	Passa sumo
<a href="#">Contatti</a>	Internas	Passa sumo

## Palavras-chave SEO

	Núvem de palavras-chave	<p>noi video una rampado mio personal trainer dimitri metodo dove</p>
--	-------------------------	---

## Consistência das Palavras-chave

Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
dimitri	3	✓	✗	✗	✓
personal	3	✓	✗	✗	✓
trainer	3	✓	✗	✗	✓
dove	3	✗	✗	✗	✗
mio	3	✗	✗	✗	✓

## Usabilidade

	Url	Domínio : personaltrainerdr.com Cumprimento : 21
	Favicon	Ótimo, o site tem um favicon.
	Facilidade de Impressão	Não encontramos CSS apropriado para impressão.
	Língua	Otimo! A língua declarada deste site é it.
	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 : 29
	Privacidade do Email	Boa! Nenhum endereço de email está declarado sob a forma de texto!

## Documento

	HTML obsoleto	Fantástico! Não detetámos etiquetas HTML obsoletas.
	Dicas de Velocidade	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Excelente, este site não usa tabelas dentro de tabelas.</li><li>✓ Perfeito. Não foram detetados estilos CSS nas etiquetas HTML!</li><li>✗ Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros CSS (mais que 4).</li><li>✗ Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros JavaScript (mais que 6).</li><li>✓ Perfeito, o site tira vantagens da compressão gzip.</li></ul>

## Dispositivos Móveis

	Otimização para dispositivos móveis	<ul style="list-style-type: none"><li>✗ Icon Apple</li><li>✓ Meta Viewport Tag</li><li>✓ Conteúdo Flash</li></ul>
--	-------------------------------------	---

## Otimização

	XML Sitemap	Perfeito, o site tem um mapa XML do site (sitemap). <a href="https://www.personaltrainerdr.com/wp-sitemap.xml">https://www.personaltrainerdr.com/wp-sitemap.xml</a>
	Robots.txt	<a href="http://personaltrainerdr.com/robots.txt">http://personaltrainerdr.com/robots.txt</a> 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.