





Website review остеодок.рф

Generated on January 31 2025 08:54 AM

The score is 50/100




SEO Content

	Title	<p>Остеопат Ростов-на-Дону Дмитрий Котов Запись на прием 8-905-479-97-30</p> <p>Length : 71</p> <p>Ideally, your title should contain between 10 and 70 characters (spaces included). Use this free tool to calculate text length.</p>										
	Description	<p>Центр остеопатии «Остеодок» - лечение болей в спине, головных болей, лечебный массаж. Остеопатия и мануальная терапия в Ростове. Запись на прием 8 (905) 479-97-30</p> <p>Length : 162</p> <p>Ideally, your meta description should contain between 70 and 160 characters (spaces included). Use this free tool to calculate text length.</p>										
	Keywords	<p>Very bad. We haven't found meta keywords on your page. Use this free online meta tags generator to create keywords.</p>										
	Og Meta Properties	<p>Good, your page take advantage of Og Properties.</p> <table><thead><tr><th>Property</th><th>Content</th></tr></thead><tbody><tr><td>url</td><td>https://xn--d1abqnbri.xn--p1ai</td></tr><tr><td>title</td><td>Остеопат Главная страница</td></tr><tr><td>description</td><td>Занимаюсь восстановлением опорно-двигательного аппарата с помощью ЛФК, массажа, прикладной кинезиологии (направление изучающее биомеханику мышц и тела) и остеопатических техник. Массаж, миофасциальный релиз, суставная гимнастика, ЛФК и остеопатические техники — мои инструменты и методы.</td></tr><tr><td>type</td><td>website</td></tr></tbody></table>	Property	Content	url	https://xn--d1abqnbri.xn--p1ai	title	Остеопат Главная страница	description	Занимаюсь восстановлением опорно-двигательного аппарата с помощью ЛФК, массажа, прикладной кинезиологии (направление изучающее биомеханику мышц и тела) и остеопатических техник. Массаж, миофасциальный релиз, суставная гимнастика, ЛФК и остеопатические техники — мои инструменты и методы.	type	website
Property	Content											
url	https://xn--d1abqnbri.xn--p1ai											
title	Остеопат Главная страница											
description	Занимаюсь восстановлением опорно-двигательного аппарата с помощью ЛФК, массажа, прикладной кинезиологии (направление изучающее биомеханику мышц и тела) и остеопатических техник. Массаж, миофасциальный релиз, суставная гимнастика, ЛФК и остеопатические техники — мои инструменты и методы.											
type	website											





SEO Content

		image	https://static.tildacdn.com/tild3030-3665-4134-a638-646630636230/Dmitriy_Kotov_osteop.jpg															
	Headings	<table><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>5</td><td>13</td><td>0</td><td>0</td><td>12</td></tr></tbody></table>	H1	H2	H3	H4	H5	H6	1	5	13	0	0	12	<ul style="list-style-type: none">• [H1] Остеопат Дмитрий Котов «Остеодок» Массаж, мануальная терапия, лфк• [H2] Ростов-на-Дону• [H2] Поводы обращения к врачу-osteopату• [H2] А также лечение:• [H2] Как проходит сеанс остеопатии• [H2] Мои услуги• [H3] 8-905-479-97-30• [H3] Основные массажные направления• [H3] Мануальная терапия.• [H3] Детский прием остеопатии• [H3] Психотерапия Психоэмоциональная коррекция• [H3] Прием остеопата для взрослого человека• [H3] Головная боль• [H3] Межреберная невралгия.• [H3] ЛФК в Ростове-на-Дону• [H3] Комплексный реабилитационный прием• [H3] Что получается по итогу?• [H3] Часто задаваемые вопросы• [H3] Сертификаты• [H6] Избавление от болей в теле• [H6] Снижение уровня стресса• [H6] Избавление от головной боли• [H6] Прекращение панических атак• [H6] Улучшение качества жизни• [H6] Избавление от неврозов• [H6] Появление подвижности суставов• [H6] Нормализацию сна• [H6] Восстановление подвижности связок• [H6] Улучшенную работоспособность организм• [H6] Улучшение эмоционального фона• [H6] Психо-эмоциональное спокойствие			
H1	H2	H3	H4	H5	H6													
1	5	13	0	0	12													
	Images	We found 37 images on this web page. 28 alt attributes are empty or missing. Add alternative text so that search engines can better understand the content of your images.																
	Text/HTML Ratio	Ratio : 5% This page's ratio of text to HTML code is below 15 percent, this means that your website probably needs more text content.																
	Flash	Perfect, no Flash content has been detected on this page.																

SEO Content

	Iframe	Too Bad, you have Iframes on the web pages, this mean that content in an Iframe cannot be indexed.
---	--------	--

SEO Links

	URL Rewrite	Good. Your links looks friendly!
	Underscores in the URLs	Perfect! No underscores detected in your URLs.
	In-page links	We found a total of 64 links including 0 link(s) to files
	Statistics	External Links : noFollow 0% External Links : Passing Juice 54.69% Internal Links 45.31%

In-page links

Anchor	Type	Juice
Детский остеопат	Internal	Passing Juice
Взрослый остеопат	Internal	Passing Juice
Головная боль	Internal	Passing Juice
Кто такой остеопат	External	Passing Juice
Мануальная терапия общая	Internal	Passing Juice
Позвоночника при боли в спине	External	Passing Juice
При головной боли и головокружения	External	Passing Juice
При боли в суставах	External	Passing Juice
При боли в мышцах и связках	External	Passing Juice
Массаж	Internal	Passing Juice
Лечебный	Internal	Passing Juice

In-page links

Классический	Internal	Passing Juice
Спортивный	Internal	Passing Juice
Оздоровительный	Internal	Passing Juice
При боли в спине	Internal	Passing Juice
Помощь при защемлении нерва	Internal	Passing Juice
Массаж головы	Internal	Passing Juice
Медицинский массаж	Internal	Passing Juice
Лимфодренажный массаж	Internal	Passing Juice
Висцеральный массаж живота	External	Passing Juice
Массаж лица	Internal	Passing Juice
Шейно-воротниковой зоны	Internal	Passing Juice
Миофасциальный массаж	External	Passing Juice
Детский массаж	External	Passing Juice
Мануальный массаж	External	Passing Juice
Психоэмоциональная коррекция	Internal	Passing Juice
Межреберная невралгия	External	Passing Juice
ЛФК	Internal	Passing Juice
Реабилитолог	Internal	Passing Juice
Отзывы	Internal	Passing Juice
Блог	Internal	Passing Juice
Контакты	External	Passing Juice
Полезные статьи	External	Passing Juice
О докторе	External	Passing Juice
нажимая на кнопку вы соглашаетесь с политикой конфиденциальности сайта в отношении обработки персональных данных	Internal	Passing Juice
Массаж	Internal	Passing Juice
Мануальная терапия	Internal	Passing Juice
На страницу отзывов	External	Passing Juice

In-page links

ЛФК	External	Passing Juice
Психоэмоциональная коррекция	External	Passing Juice
Головные боли, головокружения	Internal	Passing Juice
«Остеодок»	External	Passing Juice
https://kinesioprofi.ru/	External	Passing Juice
https://spb-osteo.ru/	External	Passing Juice
https://rusosteopathy.com/	External	Passing Juice
https://kinesioprofi.ru/emotional/	External	Passing Juice
https://metod-tolstonosova.ru/	External	Passing Juice
https://www.osteodoc.ru/	External	Passing Juice
https://osteopract.ru/	External	Passing Juice
https://арьков.рф/	External	Passing Juice
https://www.koleno.ru/arkov-vv	External	Passing Juice
https://school-psychotherapy.ru/	External	Passing Juice
https://4clinic-nmo.ru/	External	Passing Juice
https://mamrkurs.ru/main	External	Passing Juice
Основные массажные направления	External	Passing Juice
Мануальная терапия.	External	Passing Juice
Детский прием остеопатии	External	Passing Juice
Психотерапия Психоэмоциональная коррекция	Internal	Passing Juice
Головная боль	External	Passing Juice
Комплексный реабилитационный прием	Internal	Passing Juice
Оздоровительный центр Остеодок	External	Passing Juice
Детская вертебрология	External	Passing Juice
Контакты	Internal	Passing Juice
Политика обработки персональных данных	Internal	Passing Juice

SEO Keywords



Keywords Cloud

массаж терапевта **РОСТОВ** остеопат
терапевт мануального прием
РОСТОВ-НА-ДОНУ отзывы мануальный

Keywords Consistency

Keyword	Content	Title	Keywords	Description	Headings
массаж	48	✘	✘	✔	✔
ростов	40	✔	✘	✔	✔
прием	24	✔	✘	✔	✔
ростов-на-дону	23	✔	✘	✘	✔
мануального	18	✘	✘	✘	✘

Usability



Url

Domain : остеодок.рф
Length : 11



Favicon

Great, your website has a favicon.



Printability

Great. We have found a Print-Friendly CSS.



Language

You have not specified the language. Use [this free meta tags generator](#) to declare the intended language of your website.



Dublin Core

This page does not take advantage of Dublin Core.











Document







Doctype

HTML 5



Document

	Encoding	Perfect. Your declared charset is UTF-8.				
	W3C Validity	Errors : 383 Warnings : 61				
	Email Privacy	Great no email address has been found in plain text!				
	Deprecated HTML	<table><thead><tr><th>Deprecated tags</th><th>Occurrences</th></tr></thead><tbody><tr><td><center></td><td>4</td></tr></tbody></table> <p>Deprecated HTML tags are HTML tags that are no longer used. It is recommended that you remove or replace these HTML tags because they are now obsolete.</p>	Deprecated tags	Occurrences	<center>	4
Deprecated tags	Occurrences					
<center>	4					
	Speed Tips	<ul style="list-style-type: none"> Excellent, your website doesn't use nested tables. Too bad, your website is using inline styles. Too bad, your website has too many CSS files (more than 4). Too bad, your website has too many JS files (more than 6). Perfect, your website takes advantage of gzip.				

Mobile

	Mobile Optimization	<ul style="list-style-type: none"> Apple Icon Meta Viewport Tag Flash content
--	---------------------	--

Optimization

	XML Sitemap	Great, your website has an XML sitemap. <pre>https://xn--d1abqnbri.xn--p1ai/sitemap.xml</pre> <pre>https://xn--d1abqnbri.xn--p1ai/sitemap-feeds.xml</pre>
	Robots.txt	<pre>http://xn--d1abqnbri.xn--p1ai/robots.txt</pre> <p>Great, your website has a robots.txt file.</p>

Optimization



Analytics

Missing

We didn't detect an analytics tool installed on this website.

Web analytics let you measure visitor activity on your website. You should have at least one analytics tool installed, but It can also be good to install a second in order to cross-check the data.