Avaliação do site winsport77.runnerspace.com

Gerado a 04 de Maio de 2025 22:59 PM

O resultado é de 29/100

Conteúdo SEO

	Título	CB_660731 Cumprimento : 9 Idealmente, o Título deve conter entre 10 e 70 caracteres (incluíndo espaços).
	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	Boa! Esta página tira vantagens das propriedades Og.

Propriedade	Conteúdo
title	CB_660731
site_name	RunnerSpace.com
image	https://www.runnerspace.com/i/no_avatar.png
type	runner_space:member
url	https://www.runnerspace.com/profile.php?member_id=660731

Cabeçalhos

H1	H2	H3	H4	H5	H6
9	0	0	0	0	10

- [H1] My Photos
- [H1] Statistics
- [H1] Followers (0)
- [H1] Who I Am...
- [H1] Latest Blogs
- [H1] Latest News
- [H1] Arcade

Conteúdo SEO

		• [H1] Videos • [H1] Template • [H6] • [H6] • [H6] • [H6] • [H6] • [H6] • [H6] • [H6] • [H6] • [H6]
	Imagens	Encontrámos 4 imagens nesta página. 3 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 : 5% O rácio de texto para código HTML desta página é menor que 15 porcento, 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	Excelente, não foram detetadas Iframes nesta página.

Ligações SEO

	Reescrita de URL	Mau. Existem ligações que contêm 'query strings' (sequências de consulta).
	Underscores (traços inferiores) nas URLs	Detetámos 'underscores' (traços inferiores) nas suas URLs. O uso hífens é mais eficiente em termos de otimização SEO.
	Ligações para a própria página	Encontrámos um total de 104 ligações incluindo 75 ligações a ficheiros
	Statistics	Ligações externas : noFollow 0% Ligações externas : Passa sumo 12.5% Ligações internas 87.5%

Ligações para a própria página

Âncoras	Tipo	Sumo
-	Internas	Passa sumo
News	Internas	Passa sumo
Events	Internas	Passa sumo
Results Central	Internas	Passa sumo
Videos	Internas	Passa sumo
Photos	Internas	Passa sumo
Blogs	Internas	Passa sumo
Sites & Teams	Internas	Passa sumo
Rankings	Internas	Passa sumo
Live Webcasts	Internas	Passa sumo
Athletic.TV	Externas	Passa sumo
Tools	Internas	Passa sumo
Help	Internas	Passa sumo
Upload a Photo	Internas	Passa sumo
Upload a Video	Internas	Passa sumo
Add a News article	Internas	Passa sumo
Write a Blog	Internas	Passa sumo
Add a Comment	Internas	Passa sumo
Message	Externas	Passa sumo
Block	Externas	Passa sumo
Blog Feed	Externas	Passa sumo
News Feed	Externas	Passa sumo
Video Feed	Externas	Passa sumo
All Feeds	Externas	Passa sumo
	Externas	Passa sumo
	Internas	Passa sumo
-	Internas	Passa sumo

Ligações para a própria página

Privacy	Internas	Passa sumo
Terms	Internas	Passa sumo
Advertise	Internas	Passa sumo
About	Internas	Passa sumo
HIGH SCHOOL	Internas	Passa sumo
COLLEGE	Internas	Passa sumo
PRO	Internas	Passa sumo
ROAD RACING	Internas	Passa sumo
TRAINING	Internas	Passa sumo
STATE/PROV	Externas	Passa sumo
Alabama	Internas	Passa sumo
Alaska	Internas	Passa sumo
Arizona	Internas	Passa sumo
Arkansas	Internas	Passa sumo
California	Internas	Passa sumo
Colorado	Internas	Passa sumo
Connecticut	Internas	Passa sumo
Delaware	Internas	Passa sumo
Washington DC	Internas	Passa sumo
Florida	Internas	Passa sumo
Georgia	Internas	Passa sumo
Hawaii	Internas	Passa sumo
Idaho	Internas	Passa sumo
Illinois	Internas	Passa sumo
Indiana	Internas	Passa sumo
Iowa	Internas	Passa sumo
Kansas	Internas	Passa sumo
Kentucky	Internas	Passa sumo

Ligações para a própria página

Louisiana	Internas	Passa sumo
Maine	Internas	Passa sumo
Maryland	Internas	Passa sumo
Massachusetts	Internas	Passa sumo
Michigan	Internas	Passa sumo
Minnesota	Internas	Passa sumo
Mississippi	Internas	Passa sumo
Missouri	Internas	Passa sumo
Montana	Internas	Passa sumo
Nebraska	Internas	Passa sumo
Nevada	Internas	Passa sumo
New Hampshire	Internas	Passa sumo
New Jersey	Internas	Passa sumo
New Mexico	Internas	Passa sumo
New York	Internas	Passa sumo
North Carolina	Internas	Passa sumo
North Dakota	Internas	Passa sumo
Ohio	Internas	Passa sumo
Oklahoma	Internas	Passa sumo
Oregon	Internas	Passa sumo
Pennsylvania	Internas	Passa sumo
Rhode Island	Internas	Passa sumo
South Carolina	Internas	Passa sumo
South Dakota	Internas	Passa sumo
Tennessee	Internas	Passa sumo
Texas	Internas	Passa sumo
Utah	Internas	Passa sumo
Vermont	Internas	Passa sumo

Ligações para a própria página

Virginia	Internas	Passa sumo
Washington	Internas	Passa sumo
West Virginia	Internas	Passa sumo
Wisconsin	Internas	Passa sumo
Wyoming	Internas	Passa sumo
Alberta	Internas	Passa sumo
British Columbia	Internas	Passa sumo
Manitoba	Internas	Passa sumo
New Brunswick	Internas	Passa sumo
Newfoundland & Labrador	Internas	Passa sumo
Nova Scotia	Internas	Passa sumo
Northwest Territories	Internas	Passa sumo
Nunavut	Internas	Passa sumo
Ontario	Internas	Passa sumo
Quebec	Internas	Passa sumo
Saskatchewan	Internas	Passa sumo
Yukon	Internas	Passa sumo
FACEBOOK	Externas	Passa sumo
TWITTER	Externas	Passa sumo
YOUTUBE	Externas	Passa sumo
INSTAGRAM	Externas	Passa sumo

Palavras-chave SEO

	Núvem de palavras-chave	washington help tennessee new island dakota virginia north south carolina

Consistência das Palavras-chave

Palavra-chave	Conteúdo	Título	Palavras-chave	Descrição	Cabeçalhos
new	5	✗	✗	✗	✓
virginia	2	✗	✗	✗	✗
carolina	2	✗	✗	✗	✗
south	2	✗	✗	✗	✗
dakota	2	✗	✗	✗	✗

Usabilidade

	Url	Domínio : winsport77.runnerspace.com Cumprimento : 26
	Favicon	Ótimo, o site tem um favicon.
	Facilidade de Impressão	Não encontrámos CSS apropriado para impressão.
	Língua	Não foi declarada nenhuma língua para este site.
	Dublin Core	Esta página não tira vantagens do Dublin Core.

Documento

	Tipo de Documento	HTML 4.01 Transitional
	Codificação	Perfeito. O conjunto de caracteres ISO-8859-1 está declarado.
	Validação W3C	Erros : 43 Avisos : 22
	Privacidade do Email	Boa! Nenhum endereço de email está declarado sob a forma de texto!

Documento

	HTML obsoleto	Etiquetas obsoletas: — Ocorrências: 2 Etiquetas HTML obsoletas são etiquetas que já não são usadas segundo as normas mais recentes. É recomendado que sejam removidas ou substituídas por outras etiquetas atualizadas.
	Dicas de Velocidade	✖ Atenção! Existem tabelas dentro de outras tabelas em HTML. ✖ Oh não, o site usa estilos CSS nas etiquetas HTML. ✖ Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros CSS (mais que 4). ✖ Oh, não! O site utiliza demasiados ficheiros JavaScript (mais que 6). ✖ 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 importancia de cada URL. Isto contribui para uma maior inteligência e eficiência do rastreio.
	Robots.txt	http://winsport77.runnerspace.com/robots.txt Perfeito, o seu site tem um ficheiro robots.txt.
	Analytics	Perfeito, o site tem uma ferramenta analítica para a análise de atividade. Google Analytics

Otimização

Quantcast