

## **Vorwort**

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

wir freuen uns, dass Sie sich für den Prüfplan dieses Praxistests interessieren. Dieses Dokument gibt Ihnen einen umfassenden Überblick über die Methoden und Verfahren, mit denen wir den praktischen Teil des Tests ausgewertet haben. Unser Ziel ist es, Ihnen eine transparente und nachvollziehbare Grundlage zur Verfügung zu stellen, die es Ihnen ermöglicht, die Qualität und Eignung der getesteten Produkte eigenständig zu beurteilen.

In diesem Dokument wird detailliert erläutert, wie die Kriterien im praktischen Teil dieses Tests bewertet wurden und wie die Punkteverteilung zustande kam. Ein besonderes Merkmal unserer Tests ist, dass die Produkte von Verbrauchern in realen Anwendungssituationen geprüft werden, anstatt in einem Laborumfeld. Dies stellt sicher, dass die Ergebnisse die tatsächliche Nutzererfahrung widerspiegeln und für Sie als Verbraucher besonders relevant sind, aber dadurch auch subjektive Eindrücke wiedergeben können. Unsere Praxistests sind auf eine Dauer von zwei bis drei Wochen ausgelegt, um eine realistische und praxisnahe Bewertung zu gewährleisten.

Wenn Sie sich auch für die Bewertung unserer anderen Testkriterien wie Verpackung und Inhalt, Produktverarbeitung und Erscheinungsbild oder Preis-Leistungs-Verhältnis sowie den Bewertungen von Verbrauchern interessieren, können Sie dies in unserem allgemeingültigen Dokument zum Evaluierungsprozess nachlesen. Wir testen die Kriterien nach einem standardisierten Verfahren. In diesem Dokument, dem Prüfplan, liegt der Fokus ausschließlich darauf, wie der Praxistest durchgeführt wurde. Dieser Teil variiert von Produkt zu Produkt und ist daher nicht standardisierbar. Aus diesem Grund erstellen wir für jedes Produkt einen individuellen Prüfplan, der transparent zugänglich ist.

### **Inhalt und Aufbau des Dokuments:**

#### **1. Testdurchführung**

In diesem Abschnitt wird detailliert beschrieben, wie die Tests durchgeführt wurden. Jeder Testschritt wird präzise erläutert, um die Nachvollziehbarkeit der Ergebnisse sicherzustellen. Die Testdurchführung ist in mehrere Schritte unterteilt, die für jedes Kriterium spezifisch beschrieben werden.

#### **2. Punkteverteilung**

Dieser Abschnitt gibt einen Überblick über die Bewertungsskala, nach der die Punkte vergeben wurden. Die Punkteverteilung wird für jedes Kriterium separat dargestellt, sodass die Leistung der Produkte in den verschiedenen Bereichen nachvollzogen werden kann.

Unser Prüfplan zielt darauf ab, eine umfassende und transparente Bewertung der Produkte zu gewährleisten. Durch die detaillierte Beschreibung der Testmethoden und die klare Punkteverteilung möchten wir Ihnen ein zuverlässiges Werkzeug an die Hand geben, um fundierte Entscheidungen treffen zu können.

Auf den nächsten Seiten werden die einzelnen Prüfkriterien, die detaillierte Testdurchführung sowie die Punkteverteilung genauer erläutert.

Ihr Prüfengel Institut

## 1. Passform und Komfort

### Testdurchführung:

#### Schritt 1: Anprobe der Schienbeinschoner

Der Tester zieht die Schienbeinschoner sorgfältig an, indem er sie um die Schienbeine legt und die Riemen oder Klettverschlüsse befestigt. Hierbei achtet er darauf, dass sie weder zu locker noch zu eng sitzen. Er bewegt die Beine leicht, um die erste Passform zu überprüfen und sicherzustellen, dass die Schienbeinschoner an Ort und Stelle bleiben und keine sofortigen Unannehmlichkeiten verursachen.

#### Schritt 2: Tragekomfort beim Gehen

Der Tester geht für eine Dauer von 10 Minuten mit den angelegten Schienbeinschonern in einem normalen Tempo. Während dieser Zeit achtet er auf Anzeichen von Unbehagen, Scheuern oder Rutschen. Er bewertet, ob die Schienbeinschoner stabil sitzen und ob sie Bewegungsfreiheit erlauben, ohne Reibungspunkte oder Druckstellen zu erzeugen.

#### Schritt 3: Tragekomfort beim Spielen

Der Tester führt für 20 Minuten verschiedene Fußballübungen durch, darunter Dribbling, Pässe und Schüsse. Diese Aktivitäten simulieren reale Spielbedingungen, um den Tragekomfort während intensiver Bewegungen zu bewerten. Der Tester achtet dabei auf den Sitz der Schienbeinschoner und darauf, ob sie in Position bleiben und keinen zusätzlichen Druck oder Unannehmlichkeiten verursachen.

#### Schritt 4: Überprüfung auf Druckstellen

Nach Beendigung der Übungen und dem Ausziehen der Schienbeinschoner untersucht der Tester seine Beine gründlich auf Anzeichen von Druckstellen, Rötungen oder anderen Hautirritationen. Er dokumentiert, ob und wo solche auftauchen, um die Auswirkungen des längeren Tragens zu bewerten.

### Punkteverteilung:

100 Punkte: Perfekte Passform, keinerlei Druckstellen oder Unannehmlichkeiten. Der Tester stellt fest, dass die Schienbeinschoner wie maßgeschneidert sitzen, während der gesamten Testdauer nicht verrutschen und keinerlei Beschwerden verursachen.

90 Punkte: Sehr gute Passform, minimale Unannehmlichkeiten. Die Schienbeinschoner passen gut, ein leichter Druck oder minimale Reibung ist gelegentlich spürbar, stört aber nicht signifikant.

80 Punkte: Gute Passform, leichte Druckstellen nach längerem Tragen. Die Schienbeinschoner sitzen größtenteils gut, jedoch treten nach der Spielzeit leichte, nicht schmerzhaft Druckstellen auf.

70 Punkte: Akzeptable Passform, merkliche Druckstellen nach längerem Tragen. Die Passform ist ausreichend, aber es entstehen merkbare Druckstellen und leichte Beschwerden nach längerer Nutzung.

60 Punkte: Passform könnte besser sein, deutliche Druckstellen nach kurzer Zeit. Die Schienbeinschoner sitzen nicht optimal und erzeugen schon nach kurzem Tragen deutliche Druckstellen und Unannehmlichkeiten.

50 Punkte: Schlechte Passform, unangenehm zu tragen. Die Schienbeinschoner passen schlecht, rutschen oder drücken stark, was zu deutlichem Unbehagen führt.

40 Punkte: Sehr schlechte Passform, ständige Unannehmlichkeiten. Die Schienbeinschoner sitzen sehr schlecht, verursachen bei jeder Bewegung Unannehmlichkeiten und ständige Druckstellen.

30 Punkte: Untragbar für längere Zeit, viele Druckstellen. Die Schienbeinschoner sind so unbequem, dass sie für längere Tragezeiten nicht geeignet sind und viele Druckstellen hinterlassen.

20 Punkte: Untragbar, verursacht Schmerzen. Der Tester empfindet beim Tragen der Schienbeinschoner echte Schmerzen, was die Nutzung unmöglich macht.

10 Punkte: Nicht benutzbar, verursacht starke Schmerzen und Druckstellen. Die Schienbeinschoner sind so schlecht verarbeitet oder geformt, dass sie sofort starke Schmerzen und erhebliche Druckstellen verursachen und nicht zu gebrauchen sind.

## **2. Flexibilität und Bewegungsfreiheit**

### **Testdurchführung:**

#### Schritt 1: Anlegen der Schienbeinschoner

Der Tester legt die Schienbeinschoner an und stellt sicher, dass sie korrekt an Ort und Stelle sitzen. Dabei wird auf den Sitz, die Passform und den allgemeinen Komfort geachtet. Nach dem Anlegen bewertet der Tester die unmittelbare Bewegungsfreiheit der Beine, indem er einfache Bewegungen wie das Beugen und Strecken der Beine durchführt.

#### Schritt 2: Durchführung von Dehnübungen

Der Tester führt eine Serie von Dehnübungen für die Beine durch, um die Flexibilität der Schienbeinschoner zu beurteilen. Dazu gehören Übungen wie das Vorbeugen zum Boden, Ausfallschritte und das Anheben der Beine zur Seite und nach hinten. Jede Dehnübung wird langsam und kontrolliert durchgeführt, wobei darauf geachtet wird, ob die Schienbeinschoner die natürlichen Bewegungen behindern.

#### Schritt 3: Durchführung von Fußballübungen

Der Tester führt 30 Minuten lang verschiedene Fußballübungen durch, um die Bewegungsfreiheit in einer realistischen Spielsituation zu prüfen. Zu den Übungen gehören Laufen in verschiedenen Geschwindigkeiten und Richtungen, Dribbling mit dem Ball, plötzliche Richtungswechsel und das Ausführen von Schüssen auf das Tor. Während dieser Übungen wird besonders darauf geachtet, ob die Schienbeinschoner das Bein an bestimmten Stellen einengen oder Abriebstellen verursachen.

### **Punkteverteilung:**

**100 Punkte:** Volle Bewegungsfreiheit und Flexibilität, keine Einschränkungen.

Diese Punktzahl wird erreicht, wenn der Tester während aller Tests, einschließlich der anfänglichen Anprobe, der Dehnübungen und der Fußballübungen, keinerlei Einschränkungen in der Beweglichkeit der Beine spürt. Die Schienbeinschoner fühlen sich an wie eine zweite Haut und behindern in keiner Weise.

**90 Punkte:** Sehr gute Bewegungsfreiheit, minimale Einschränkungen.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn der Tester während der Tests fast keine Einschränkungen bemerkt, aber leichte, kaum merkliche Behinderungen in einigen Bewegungen auftreten. Die Schienbeinschoner können in bestimmten Winkeln minimal spürbar sein, aber nicht störend.

**80 Punkte:** Gute Bewegungsfreiheit, leichte Einschränkungen.

Diese Punktzahl wird erreicht, wenn der Tester während der Tests einige leichte Einschränkungen bemerkt, die aber den Spielfluss nicht signifikant beeinflussen. Möglicherweise treten bei bestimmten Dehnübungen oder intensiven Bewegungen kleine Behinderungen auf.

**70 Punkte:** Akzeptable Bewegungsfreiheit, merkliche Einschränkungen.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn der Tester während der Tests merkliche Einschränkungen in der Bewegungsfreiheit spürt, die aber noch akzeptabel sind. Die Schienbeinschoner behindern Bewegungen teilweise, insbesondere bei extremen Dehnungen oder schnellen Richtungswechseln, stören aber das allgemeine Spiel nicht gravierend.

**60 Punkte:** Eingeschränkte Bewegungsfreiheit, deutliche Einschränkungen.

Diese Punktzahl wird erreicht, wenn der Tester während der Tests deutliche Einschränkungen in der Beweglichkeit wahrnimmt. Bewegungen sind spürbar eingeschränkt und können das Spielverhalten beeinflussen. Die Schienbeinschoner stören regelmäßig und könnten auf Dauer unangenehm sein.

**50 Punkte:** Schlechte Bewegungsfreiheit, stört beim Spielen.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn der Tester während der Tests feststellt, dass die Schienbeinschoner die Bewegungsfreiheit erheblich einschränken und beim Spielen stören. Bewegungen sind stark behindert und der Komfort ist deutlich beeinträchtigt.

**40 Punkte:** Sehr schlechte Bewegungsfreiheit, stark behindernd.

Diese Punktzahl wird erreicht, wenn der Tester während der Tests eine sehr schlechte Beweglichkeit

feststellt. Die Schienbeinschoner behindern fast alle Bewegungen signifikant und machen ein effizientes Spielen fast unmöglich.

30 Punkte: Kaum Bewegungsfreiheit, sehr stark behindernd.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn der Tester während der Tests feststellt, dass die Schienbeinschoner die Bewegungsfreiheit extrem einschränken. Überhaupt keine natürlichen Bewegungen sind möglich, und die Schienbeinschoner behindern das Spielverhalten erheblich.

20 Punkte: Bewegung stark eingeschränkt, unbrauchbar.

Diese Punktzahl wird erreicht, wenn der Tester während der Tests feststellt, dass die Schienbeinschoner die Bewegungsfreiheit so stark einschränken, dass sie praktisch unbrauchbar sind. Normale Spielbewegungen sind nicht durchführbar.

10 Punkte: Keine Bewegungsfreiheit, völlig unbrauchbar.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn der Tester während der Tests feststellt, dass die Schienbeinschoner die Bewegungsfreiheit vollständig einschränken. Die Schienbeinschoner sind völlig unbrauchbar für den Fußballgebrauch und verhindern jegliche Beinbewegung.

### 3. Schutzwirkung bei leichten Stößen

#### Testdurchführung:

##### Schritt 1: Anlegen der Schienbeinschoner

Der Tester zieht die Schienbeinschoner korrekt über beide Schienbeine und stellt sicher, dass sie fest und sicher sitzen. Dabei wird darauf geachtet, dass die Schoner die gesamte Länge des Schienbeins abdecken und weder zu locker noch zu straff sitzen, um optimale Schutzbedingungen zu gewährleisten.

##### Schritt 2: Durchführung von Stoßtests

Der Tester nimmt einen haushaltsüblichen Gegenstand, wie zum Beispiel ein Nudelholz oder einen Gummihammer, und simuliert damit leichte Stöße auf die angelegten Schienbeinschoner. Die Stöße werden in verschiedenen Winkeln und mit gleichmäßiger Kraft ausgeführt, um eine konsistente Belastung zu gewährleisten. Der Vorgang wird mehrfach wiederholt, um die Belastbarkeit und Schutzleistung der Schienbeinschoner unter verschiedenen Bedingungen zu testen.

##### Schritt 3: Bewertung der Schutzwirkung

Nach der Durchführung der Stoßtests bewertet der Tester die Schutzwirkung der Schienbeinschoner. Der Tester achtet besonders darauf, wie gut die Schoner die Stöße absorbieren und ob Schmerzen oder Unannehmlichkeiten beim Aufprall auftreten. Dabei wird der Grad der Schmerzen anhand einer Skala bemessen, die von keinerlei Schmerzen bis zu sehr starken Schmerzen reicht.

#### Punkteverteilung:

100 Punkte: Hervorragende Schutzwirkung, keinerlei Schmerzen.

Diese Punktzahl wird erreicht, wenn die Schienbeinschoner alle Stöße ohne jegliches Schmerzempfinden für den Träger absorbieren und keinerlei Beschwerden auftreten.

90 Punkte: Sehr gute Schutzwirkung, minimale Schmerzen.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn die Schienbeinschoner nahezu alle Stöße absorbieren und nur minimale, kaum wahrnehmbare Schmerzen auftreten.

80 Punkte: Gute Schutzwirkung, leichte Schmerzen.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn die Schienbeinschoner die meisten Stöße gut absorbieren, aber leichte Schmerzen spürbar sind.

70 Punkte: Akzeptable Schutzwirkung, merkliche Schmerzen.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn die Schienbeinschoner zwar Stöße abmildern, aber merkliche Schmerzen beim Aufprall auftreten.

60 Punkte: Eingeschränkte Schutzwirkung, deutliche Schmerzen.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn die Schienbeinschoner nur einen Teil der Stöße abmildern und deutliche Schmerzen spürbar sind.

50 Punkte: Schlechte Schutzwirkung, ständige Schmerzen.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn die Schienbeinschoner die Stöße kaum absorbieren und ständige Schmerzen beim Tragen auftreten.

40 Punkte: Sehr schlechte Schutzwirkung, starke Schmerzen.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn die Schienbeinschoner die Stöße kaum oder gar nicht absorbieren und starke Schmerzen verursachen.

30 Punkte: Kaum Schutzwirkung, sehr starke Schmerzen.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn die Schienbeinschoner praktisch keine Schutzwirkung bieten und sehr starke Schmerzen auftreten.

20 Punkte: Keine Schutzwirkung, unbrauchbar.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn die Schienbeinschoner keinerlei Schutz vor Stößen bieten und der Träger keine Linderung der Schmerzempfindung erlebt.

10 Punkte: Verursacht Verletzungen, völlig unbrauchbar.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn die Schienbeinschoner nicht nur keinerlei Schutz bieten, sondern durch die Stöße zusätzlich Verletzungen verursachen und somit völlig unbrauchbar sind.

#### **4. Stabilität der Befestigungsbänder**

##### **Testdurchführung:**

###### Schritt 1: Anlegen der Schienbeinschoner

Der Tester legt die Schienbeinschoner sorgfältig an und stellt sicher, dass die Befestigungsbänder fest und sicher angebracht sind. Dabei wird darauf geachtet, dass die Bänder gleichmäßig gespannt sind, um einen optimalen Sitz zu gewährleisten und Druckstellen zu vermeiden.

###### Schritt 2: Durchführung von Bewegungsübungen

Der Tester führt eine Reihe von körperlichen Aktivitäten durch, die 30 Minuten dauern. Diese Aktivitäten umfassen Laufen auf verschiedenen Untergründen, Springen aus dem Stand und während der Bewegung sowie spezifische Fußballübungen, wie Dribbeln, schnelle Richtungswechsel und das Abspielen des Balls. Diese Übungen sollen eine realistische Beanspruchung der Schienbeinschoner simulieren.

###### Schritt 3: Überprüfung der Bänder

Nach dem Abschließen der Bewegungsübungen überprüft der Tester sofort die Position der Befestigungsbänder. Es wird geprüft, ob die Bänder noch fest an Ort und Stelle sitzen oder ob sie sich gelockert haben. Dabei wird jeder einzelne Befestigungspunkt kontrolliert und eventuelle Veränderungen in der Spannung oder Position der Bänder dokumentiert.

##### **Punkteverteilung:**

100 Punkte: Die Bänder bleiben durchgehend stabil und weisen keinerlei Anzeichen von Lockerung auf. Sie haben ihre Position während der gesamten 30-minütigen Testphase perfekt gehalten.

90 Punkte: Die Bänder bleiben überwiegend stabil und zeigen nur minimale Lockerungen, die die Funktion und den Halt kaum beeinträchtigen. Leichte Anpassungen wären allenfalls nach intensiver Nutzung notwendig.

80 Punkte: Die Bänder halten insgesamt stabil, aber es treten leichte Lockerungen auf, die spürbar sind, jedoch die Nutzung noch nicht gravierend beeinflussen. Einige Nachjustierungen sind erforderlich.

70 Punkte: Die Bänder bleiben akzeptabel stabil, aber es gibt merkliche Lockerungen. Diese Lockerungen beeinträchtigen die Nutzung leicht und machen gelegentliches Nachjustieren nötig, um die Schienbeinschoner sicher zu halten.

60 Punkte: Die Bänder sind eingeschränkt stabil und weisen deutliche Lockerungen auf. Diese Lockerungen erfordern häufiges Nachziehen und beeinflussen die allgemeine Funktionalität und Sicherheit.

50 Punkte: Die Bänder sind schlecht stabil und lockern sich ständig. Dies beeinflusst die Nutzung erheblich, da kontinuierliche Anpassungen notwendig sind. Ein sicherer Halt ist nicht mehr gewährleistet.

40 Punkte: Die Bänder sind sehr schlecht stabil und lockern sich stark, was die Bewegungsfreiheit deutlich einschränkt und oft behindert. Die Schienbeinschoner müssen häufig neu angepasst werden, um überhaupt einigermaßen zu sitzen.

30 Punkte: Die Bänder bieten kaum Stabilität. Bei den meisten Bewegungen sind sie stark lockerer und äußerst behindernd. Der notwendige Halt wird nicht erreicht und beeinflusst die Leistung intensiv.

20 Punkte: Die Bänder sind nicht stabil und als unbrauchbar einzustufen. Sie bieten keinen Halt und lockern sich kontinuierlich. Eine sinnvolle Nutzung ist praktisch unmöglich.

10 Punkte: Die Bänder sind vollkommen unbrauchbar und bieten keinerlei Stabilität. Sie lockern sich sofort und erfüllen nicht die grundlegenden Anforderungen für Halt und Sicherheit.

## 5. Geruchsbildung nach Benutzung

### Testdurchführung:

#### Schritt 1: Anlegen und Benutzen der Schienbeinschoner

Der Tester legt die Schienbeinschoner an, stellt sicher, dass sie korrekt sitzen und verwendet sie für eine 60-minütige Fußball-Trainingseinheit. Während des Trainings wird darauf geachtet, dass die Tester schwitzen und die Schienbeinschoner realen Bedingungen ausgesetzt sind, wie sie auch in einem typischen Spiel oder Training auftreten würden.

#### Schritt 2: Entfernen und Lagern der Schienbeinschoner

Nach Abschluss der 60-minütigen Trainingseinheit entfernt der Tester die Schienbeinschoner und platziert sie an einem gut belüfteten Ort. Es wird sichergestellt, dass der Platz ausreichend Luftzirkulation bietet, um eine realistische Lagerbedingung zu simulieren, wie sie nach tatsächlichem Gebrauch typisch wäre. Die Schienbeinschoner bleiben dort für eine Dauer von 24 Stunden.

#### Schritt 3: Geruchsprüfung

Nach Ablauf der 24 Stunden holt der Tester die Schienbeinschoner von ihrem Lagerplatz, um die Geruchsbildung zu überprüfen. Hierbei wird genauestens darauf geachtet, wie intensiv der Geruch ist, indem der Tester unmittelbar an den Schienbeinschonern riecht und die Stärke des Geruchs subjektiv bewertet.

### Punkteverteilung:

100 Punkte: Keine Geruchsbildung, auch nach 24 Stunden.

Die Schienbeinschoner weisen keinerlei wahrnehmbaren Geruch auf und riechen wie neu, was darauf hinweist, dass sie sehr gut mit Schweiß und Feuchtigkeit umgehen.

90 Punkte: Sehr geringe Geruchsbildung, kaum wahrnehmbar.

Ein minimaler Geruch ist vorhanden, jedoch so schwach, dass er kaum wahrzunehmen ist und keineswegs störend wirkt.

80 Punkte: Geringe Geruchsbildung, leicht wahrnehmbar.

Der Geruch ist leicht festzustellen, aber nicht stark genug, um als unangenehm empfunden zu werden.

70 Punkte: Akzeptable Geruchsbildung, merklich wahrnehmbar.

Es ist ein deutlicher Geruch vorhanden, jedoch innerhalb eines akzeptablen Rahmens, der die Nutzung noch nicht beeinträchtigt.

60 Punkte: Deutliche Geruchsbildung, störend.

Der Geruch ist klar wahrnehmbar und beginnt unangenehm zu werden, wenn auch noch erträglich.

50 Punkte: Starke Geruchsbildung, sehr störend.

Hier ist der Geruch erheblich und wird von den meisten Menschen als störend empfunden, was das Trageerlebnis negativ beeinflusst.

40 Punkte: Sehr starke Geruchsbildung, unangenehm.

Der Geruch ist stark und unangenehm, womit die Schienbeinschoner deutlich in ihrer Nutzbarkeit eingeschränkt werden.

30 Punkte: Extrem starke Geruchsbildung, unerträglich.

Die Geruchsbildung ist so intensiv, dass das Tragen der Schienbeinschoner als unerträglich empfunden wird und die Nutzung praktisch unmöglich ist.

20 Punkte: Starke Geruchsbildung, unbrauchbar.

Der Geruch ist außerordentlich stark und macht die Schienbeinschoner unbrauchbar für den weiteren Einsatz.

10 Punkte: Sehr starke Geruchsbildung, völlig unbrauchbar.

Die Geruchsbildung ist so extrem, dass die Schienbeinschoner völlig unbrauchbar sind und auch durch Lüftung oder Reinigung nicht mehr in einen akzeptablen Zustand versetzt werden können.