

## **Vorwort**

In diesem Dokument wird im Detail erläutert, wie die Kriterien im praktischen Teil dieses Tests bewertet wurden und wie die Punkteverteilung erfolgte. Falls Sie auch an der Bewertung unserer anderen Testkriterien wie Verpackung und Inhalt, Produktverarbeitung und Erscheinungsbild oder Preis-Leistungs-Verhältnis sowie den Bewertungen von Verbrauchern interessiert sind, 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.

## 1. Materialelastizitätstest durch Dehnen

### Testdurchführung:

#### Schritt 1: Vorbereitung des Testbereichs

Im ersten Schritt wurde darauf geachtet, dass der Testbereich optimal vorbereitet ist, um genaue Ergebnisse zu gewährleisten. Zu diesem Zweck wurde das Fitnessband auf eine flache und stabile Oberfläche gelegt, damit beim Test keine ungleichmäßigen Einflüsse entstehen. Zudem wurde der umgebende Bereich so gestaltet, dass keine Hindernisse oder Störungen den Verlauf des Tests beeinträchtigen. Jegliche Gegenstände, die die Testdurchführung beeinflussen könnten, wurden entfernt.

#### Schritt 2: Markierung des Bandes

Im zweiten Schritt wurden zwei Punkte im Abstand von 10 cm auf das Fitnessband gezeichnet, um als Referenz für die Dehnung zu dienen. Dafür wurde ein Lineal verwendet, um die Abstände genau zu messen, und ein Permanentmarker, um die Punkte deutlich erkennbar auf dem Band zu markieren. Diese Markierungen dienen der genauen Beobachtung der Längenänderung während des Dehnbereichs.

#### Schritt 3: Dehnen des Bandes

Anschließend wurde das Band langsam und kontrolliert gedehnt. Beginnend bei den markierten Punkten, wurde das Band gleichmäßig bis zu einer Länge von 30 cm zwischen den Punkten gezogen. Dabei wurde darauf geachtet, dass die Dehnung ohne plötzliche oder ruckartige Bewegungen durchgeführt wird, um ein wirklichkeitsnahes Verhalten des Materials zu simulieren. Es wurde außerdem darauf geachtet, die Dehnung konstant durchzuführen und die Endposition schrittweise zu erreichen, um präzise Testergebnisse zu erzielen.

#### Schritt 4: Beobachtung und Notierung

Während des gesamten Dehnungsvorgangs wurde das Verhalten des Materials genau beobachtet. Insbesondere wurde darauf geachtet, ob das Band gleichmäßig nachgibt oder ob es Anzeichen von Rissen, langfristigen Verformungen oder Materialschwäche zeigte. Alle sichtbaren Veränderungen und Auffälligkeiten wurden sorgfältig notiert. Diese Beobachtungen sind wesentlich für die abschließende Bewertung der Materialelastizität.

### Punkteverteilung:

90-100 Punkte: Das Band dehnt sich gleichmäßig ohne sichtbare Schäden.

Für eine Punktzahl in diesem Bereich muss das Fitnessband während des Tests eine gleichmäßige Dehnung zeigen, ohne dass sichtbare Schäden, wie Risse oder Abrieb, auftreten.

70-89 Punkte: Das Band zeigt minimale Anzeichen von Materialschwäche.

Eine Punktzahl in diesem Bereich wird vergeben, wenn das Band während des Tests minimale Anzeichen von Materialermüdung oder -schwäche, wie kleine Verformungen oder leichte Verfärbungen, zeigt, aber keine großen Schäden vorhanden sind.

50-69 Punkte: Das Band zeigt deutliche Anzeichen von Materialschwäche oder kleine Risse.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn das Fitnessband während des Tests deutliche Anzeichen von Materialschwäche aufweist, wie z.B. kleine Risse oder signifikante Verformungen, die auf eine unzureichende Elastizität hinweisen.

Unter 50 Punkte: Das Band reißt oder zeigt erhebliche Materialschäden.

Eine Punktzahl unter 50 wird vergeben, wenn das Fitnessband während des Tests reißt oder erhebliche Materialschäden zeigt, die die Funktion und Sicherheit des Bands erheblich beeinträchtigen.

## 2. Haptiktest des Materials

### Testdurchführung:

#### Schritt 1: Vorbereitung des Testbereichs

Ein ruhiger und sauberer Bereich wurde vorbereitet, in dem der Haptiktest durchgeführt werden kann. Dazu wurde ein Tisch mit einer sauberen, ebenen Oberfläche gewählt, um mögliche Verunreinigungen zu vermeiden, die das Testergebnis beeinträchtigen könnten. Die Testperson wusch sich gründlich die Hände mit Seife und warmem Wasser und trocknete diese anschließend vollständig ab, um sicherzustellen, dass keine Lotionen, Öle oder andere Rückstände die Wahrnehmung der Materialhaptik verfälschen.

#### Schritt 2: Erste Berührung des Materials

Das zu testende Fitnessband wurde ohne irgendwelchen Druck oder Spannung in die Hand genommen. Die Testperson rieb das Material vorsichtig zwischen den Fingern, um anfänglich die texturierte Oberfläche wahrzunehmen. Es wurde auf erste Eindrücke wie Weichheit, Rauheit oder ungewöhnliche Strukturen geachtet, während das Band behutsam hin und her bewegt wurde.

#### Schritt 3: Variation des Drucks

Das Band wurde anschließend mit variierendem Druck zwischen den Fingern gehalten und gerieben. Die Testperson übte sowohl leichten als auch stärkeren Druck aus, um die Reaktionen des Materials auf unterschiedliche Berührungskräfte zu testen. In diesem Schritt wurde besonderes Augenmerk darauf gelegt, ob das Material unangenehm wird, wenn es stärker zusammengedrückt wird, und ob sich die Textur bei verändertem Druck signifikant anders anfühlt.

#### Schritt 4: Testen der Flexibilität

Um die Flexibilität des Fitnessbands zu bewerten, wurde es in verschiedene Richtungen gebogen, gezogen und verdreht. Die Testperson führte dabei diverse Bewegungen mit dem Band durch, um festzustellen, wie das Material auf Biegung und Torsion reagiert. Hier wurde gezielt auf das Auftreten unangenehmer Kanten oder Unebenheiten geachtet, die bei bestimmten Bewegungen spürbar sein könnten, etwa wenn das Band fest aneinander gerieben oder stark gedehnt wurde.

#### Schritt 5: Langzeitkontakt

An diesem Punkt hielt die Testperson das Fitnessband für mehrere Minuten konstant in der Hand, ohne die Position wesentlich zu verändern. Dieser langfristige Kontakt diente dazu, herauszufinden, ob sich das anfänglich angenehme Gefühl des Materials im Laufe der Zeit ändert und ob möglicherweise Druckstellen oder andere Unannehmlichkeiten entstehen, wenn das Band über einen längeren Zeitraum gehalten wird.

#### Schritt 6: Beobachtung und Notierung

Nachdem alle vorherigen Schritte durchgeführt worden waren, notierte die Testperson detailliert sämtliche Beobachtungen hinsichtlich der Weichheit, Flexibilität, Griffigkeit und des allgemeinen Gefühls des Materials. Hierbei wurden sowohl positive als auch negative Empfindungen dokumentiert, insbesondere wenn es Stellen gab, die sich rau, hart oder unangenehm anfühlten. Diese sorgfältigen Notierungen halfen dabei, eine umfassende Bewertung des Materials zu erstellen.

### Punkteverteilung:

90-100 Punkte: Das Material fühlt sich durchgehend angenehm und weich an, ohne unangenehme Kanten oder Unebenheiten. Diese Punktzahl wird vergeben, wenn das Material in allen getesteten Zuständen durchweg positive Feedbacks erhält und keine negativen Empfindungen auftreten.

70-89 Punkte: Das Material fühlt sich größtenteils angenehm an, weist jedoch minimale unangenehme Stellen auf. Diese Punktzahl reflektiert eine überwiegend positive Erfahrung mit wenigen geringfügigen Störungen oder leicht rauen Stellen, die das Gesamtempfinden jedoch nicht signifikant beeinträchtigen.

50-69 Punkte: Das Material hat einige unangenehme Stellen oder fühlt sich über längere Zeit unangenehm an. Eine mittlere Punktzahl wird vergeben, wenn das Material in mehrfachen Tests negative Empfindungen hervorruft oder bei längerer Nutzung unangenehm wird.

© Prüfengel Institut GmbH. Alle Rechte vorbehalten. Das geistige Eigentum des in diesem Dokument beschriebenen Prüfprozesses, einschließlich aller damit verbundenen Methoden, Verfahren und Bewertungskriterien, gehört ausschließlich der Prüfengel Institut GmbH! Jegliche nicht autorisierte Nutzung, Reproduktion, Kopie, Modifikation oder Anlehnung an diesen Prüfprozess, sei es teilweise oder in seiner Gesamtheit, ist strengstens untersagt und wird ohne Vorwarnung strafrechtlich verfolgt.

Stellen oder Kanten. Diese niedrige Punktzahl zeigt an, dass das Material in vielen Aspekten unbefriedigend ist und meist negative Rückmeldungen während der Tests erhalten hat, sei es aufgrund von Rauheit, Härte oder Unbehagen bei fortgesetzter Nutzung.

### 3. Griffigkeitstest bei schwitzenden Händen

#### Testdurchführung:

##### Schritt 1: Vorbereitung des Testbereichs

Ein Bereich wurde vorbereitet, in dem der Test sicher durchgeführt werden kann, z.B. eine rutschfeste Unterlage.

Hierbei wurde zunächst eine geeignete Unterlage gewählt, die verhindern soll, dass der Tester während des Vorgangs verrutscht oder ausrutscht. Anschließend wurde geprüft, ob alle benötigten Materialien wie das Fitnessband und eine Sprühflasche mit Wasser griffbereit sind.

##### Schritt 2: Erzeugung von Feuchtigkeit

Die Hände wurden mit einer Sprühflasche leicht mit Wasser benetzt, um Schwitzen zu simulieren.

Dabei wurde darauf geachtet, die Hände gleichmäßig zu befeuchten, um eine realitätsnahe Situation von schwitzenden Händen beim Training nachzuahmen. Übermäßiges Tropfen wurde vermieden, um das Fitnessband unter realistischen Bedingungen zu testen.

##### Schritt 3: Greifen des Fitnessbandes

Das Fitnessband wurde mit den feuchten Händen fest umgriffen und verschiedene Griffe und Bewegungen wurden durchgeführt, um die Griffigkeit zu testen.

In diesem Schritt wurden mehrere Grifftechniken angewendet, inklusive Einhand- und Zweihandgriffe, sowie Dehnungsübungen. Verschiedene Bewegungsabläufe wurden simuliert, um das Verhalten des Bands unter unterschiedlichen Beanspruchungen zu überprüfen.

##### Schritt 4: Beobachtung und Notierung

Es wurde beobachtet, ob das Band aus den Händen rutscht oder ob es weiterhin sicher gegriffen werden kann. Alle Beobachtungen wurden notiert.

Während dieser Phase wurde detailliert dokumentiert, wie gut das Fitnessband trotz der Feuchtigkeit in der Hand blieb. Es wurde aufgezeichnet, ob es zu Verschiebungen oder einem vollständigen Rutschen kam. Jede Bewegung und deren Auswirkungen auf die Griffigkeit wurden protokolliert.

#### Punkteverteilung:

90-100 Punkte: Das Band bleibt fest in der Hand ohne zu rutschen.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn das Fitnessband während des gesamten Tests ohne jegliches Rutschen sicher in der Hand bleibt, selbst bei intensiven Bewegungen.

70-89 Punkte: Das Band zeigt geringes Rutschen, bleibt aber größtenteils sicher in der Hand.

Hier wird das Band leicht rutschen, jedoch bleibt es bei den meisten Bewegungen stabil und wird als sicher nutzbar empfunden.

50-69 Punkte: Das Band rutscht deutlich, ist aber noch haltbar.

In diesem Fall rutscht das Band relativ stark, kann jedoch noch festgehalten und genutzt werden. Der Benutzer muss jedoch konstant auf die Griffigkeit achten.

Unter 50 Punkte: Das Band rutscht stark und ist kaum haltbar.

Diese Wertung wird vergeben, wenn das Band so stark rutscht, dass es kaum festgehalten werden kann. In diesem Szenario ist die Nutzung als unsicher zu bewerten und es besteht ein hohes Risiko, dass das Fitnessband komplett aus der Hand gleitet.

#### 4. Reinigungstest mit haushaltsüblichen Mitteln

##### Testdurchführung:

###### Schritt 1: Vorbereitung des Testbereichs

Eine saubere Oberfläche wurde vorbereitet, auf der das Band gereinigt werden kann. Hierfür wurde zunächst ein geeigneter Bereich ausgewählt, der frei von Staub und Schmutz war. Die Oberfläche wurde gründlich gewischt, um sicherzustellen, dass keine Fremdpartikel die Reinigung des Bandes beeinträchtigen könnten.

###### Schritt 2: Auswahl der Reinigungsmittel

Haushaltsübliche Reinigungsmittel wie Spülmittel, Wasser und ein weiches Tuch wurden bereitgestellt. Es wurde darauf geachtet, dass die verwendeten Reinigungsmittel keine aggressiven Chemikalien enthalten, die das Band beschädigen könnten. Das Spülmittel wurde speziell ausgewählt, da es für seine milde Reinigungskraft bekannt ist und in den meisten Haushalten verfügbar ist.

###### Schritt 3: Reinigung des Bandes

Eine kleine Menge Spülmittel wurde auf das weiche Tuch gegeben und das Band wurde gründlich abgewischt. Dabei wurde darauf geachtet, gleichmäßigen Druck auszuüben, um die gesamte Oberfläche des Bandes zu erreichen, ohne es zu beschädigen. Nach dem Einreiben des Spülmittels in das Band wurde dieses mit einem separaten feuchten Tuch abgespült, um Rückstände des Reinigungsmittels zu entfernen. Schließlich wurde das Band mit einem trockenen, sauberen Tuch abgetrocknet, um sicherzustellen, dass keine Feuchtigkeit zurückbleibt.

###### Schritt 4: Beobachtung und Notierung

Es wurde sorgfältig beobachtet, ob das Band während der Reinigung irgendwelche Schäden aufweist oder ob Rückstände verbleiben. Dabei wurde auf eventuelle Kratzer, Farbveränderungen oder Materialverlust geachtet. Zudem wurde überprüft, ob das Band nach der Reinigung vollständig sauber ist oder ob Spuren des Reinigungsmittels oder Schmutzreste zu sehen sind. Alle Beobachtungen wurden detailliert notiert, um eine präzise Bewertung vorzunehmen.

##### Punkteverteilung:

90-100 Punkte: Das Band wird vollständig sauber ohne Schäden.

Das Band zeigt nach der Reinigung keinerlei Schäden, wie Kratzer oder Farbveränderungen, und ist frei von jeglichen Rückständen. Der gesamte Schmutz wurde effektiv entfernt, sodass das Band wie neu aussieht.

70-89 Punkte: Das Band wird sauber, zeigt aber minimale Rückstände oder geringe Schäden.

Das Band ist größtenteils sauber, jedoch könnten kleine Rückstände oder minimal sichtbare Schäden, wie sehr feine Kratzer oder leichte Verfärbungen, erkennbar sein. Diese beeinträchtigen die Funktionalität des Bandes nicht signifikant.

50-69 Punkte: Das Band wird teilweise sauber, zeigt deutliche Rückstände oder kleinere Schäden.

Nach der Reinigung bleiben deutliche Schmutzreste zurück, und das Band weist kleinere, sichtbare Schäden auf, die die ästhetische Qualität und möglicherweise die Funktionalität beeinträchtigen. Diese Schäden könnten aus Kratzern oder Verfärbungen bestehen.

Unter 50 Punkte: Das Band wird kaum sauber und zeigt erhebliche Schäden.

Das Band wird nicht ausreichend gereinigt, und es sind erhebliche Schäden vorhanden. Diese könnten in Form von tiefen Kratzern, erheblichen Farbveränderungen oder Materialverlust auftreten, was das Band unbrauchbar machen könnte.

## 5. Überprüfen der Hautverträglichkeit bei längerem Hautkontakt

### Testdurchführung:

#### Schritt 1: Vorbereitung des Testbereichs

Ein ruhiger Bereich wurde sorgfältig vorbereitet. Dabei wurden mögliche Störquellen entfernt und ein komfortabler Sitzplatz bereitgestellt. Der Testbereich wurde sauber gehalten, um eine ungestörte Durchführung des Tests zu gewährleisten.

#### Schritt 2: Platzierung des Bandes

Das Fitnessband wurde vorsichtig um den Unterarm gelegt. Es wurde darauf geachtet, das Band leicht zu spannen, sodass es sicher und fest an Ort und Stelle bleibt, ohne übermäßigen Druck auszuüben. Der Sitz des Bandes wurde kontrolliert, um sicherzustellen, dass keine Falten oder Unebenheiten vorhanden sind, die den Test verfälschen könnten.

#### Schritt 3: Längerer Hautkontakt

Für die Dauer von mindestens 2 Stunden blieb das Band am Unterarm. Während dieser Zeit wurden normale tägliche Aktivitäten ausgeführt, wie Arbeiten am Computer, leichte Hausarbeiten oder Spaziergehen, um ein realistisches Nutzungsszenario abzubilden. Es wurde penibel darauf geachtet, dass das Band ununterbrochen am Unterarm bleibt und nicht verrutscht oder gestört wird.

#### Schritt 4: Beobachtung und Notierung

Nach Ablauf der 2 Stunden wurde das Band vorsichtig entfernt. Der Bereich der Haut, der unter dem Band war, wurde gründlich auf Anzeichen von Hautreizungen, Rötungen oder andere Unverträglichkeitsreaktionen untersucht. Sichtbare Veränderungen oder Beschwerden wurden sofort notiert. Zudem wurden subjektive Empfindungen wie Juckreiz oder Unbehagen dokumentiert, um ein umfassendes Bild der Hautverträglichkeit zu erhalten.

### Punkteverteilung:

90-100 Punkte: Keine Anzeichen von Hautreizungen oder Unverträglichkeiten.

In diesem Punktbereich wird die Haut als vollkommen unverändert bewertet, es gibt keine sichtbaren Rötungen oder Reizungen. Der Testperson wurden ebenfalls keine Beschwerden oder Unannehmlichkeiten gemeldet. Dies zeigt, dass das Material des Fitnessbands sehr hautfreundlich ist.

70-89 Punkte: Geringfügige Rötungen oder leichte Unannehmlichkeiten.

Bei einer Bewertung in diesem Bereich treten leichte, kaum sichtbare Rötungen auf, die weder schmerzhaft noch anhaltend sind. Leichte Unannehmlichkeiten wie ein minimaler Juckreiz können berichtet werden, die jedoch nach kurzer Zeit von selbst verschwinden.

50-69 Punkte: Deutliche Rötungen oder Unannehmlichkeiten.

Hier zeigt sich eine deutliche Veränderung der Haut, mit sichtbaren Rötungen und möglichen Unebenheiten. Unbehagen oder Juckreiz können stärker ausgeprägt sein. Diese Anzeichen deuten darauf hin, dass das Material nicht für den längeren Hautkontakt geeignet ist und bei empfindlicher Haut zu Problemen führen kann.

Unter 50 Punkte: Starke Rötungen, Reizungen oder andere Beschwerden.

In diesem Fall treten starke Rötungen, Reizungen und möglicherweise sogar Schwellungen oder andere Beschwerden auf. Dies zeigt eine deutliche Unverträglichkeit des Materials, welches umgehend abgesetzt und nicht mehr in Kontakt mit der Haut gebracht werden sollte. Hier besteht das Risiko einer allergischen Reaktion oder anderer gravierender Hautprobleme.