

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. Gewichtstest mit maximaler Belastung von 300 kg

Testdurchführung:

Schritt 1: Befestigung der Gym Rings

Die Gym Rings wurden gemäß den detaillierten Herstelleranweisungen am Prüfstand sicher befestigt. Dies beinhaltet die Nutzung von robusten Befestigungselementen wie speziellen Schrauben und Karabinern, die dafür ausgelegt sind, hohe Belastungen zu tragen. Während der Befestigung wurde darauf geachtet, dass alle Verbindungen mehrfach geprüft wurden, um sicherzustellen, dass alle Teile fest und sicher an ihrem Platz saßen und dass keine potenziellen Schwachstellen vorhanden waren.

Schritt 2: Anbringen der Gewichte

Nach der sicheren Befestigung der Gym Rings begann die schrittweise Belastung mit Gewichten. Es wurden Inkremente von 50 kg verwendet, beginnend bei einem Basisgewicht von 50 kg. Nach dem Anbringen jedes Gewichtsincrements wurde eine sorgfältige Inspektion der Befestigungen und der Ringe durchgeführt, um sicherzustellen, dass keine Anzeichen von Belastung, Schwachstellen oder vorzeitigem Verschleiß auftraten. Dies beinhaltete eine visuelle Überprüfung und gegebenenfalls die Nutzung von Messinstrumenten, um die Belastungsfähigkeit der Befestigungen genau zu bewerten.

Schritt 3: Erreichen der maximalen Belastung

Die Belastung wurde schrittweise auf 300 kg erhöht. Bei jeder Erhöhung wurde besonderes Augenmerk auf jegliche Veränderungen oder Anomalien an den Ringen oder Befestigungen gelegt. Dies umfasste das Überprüfen auf sichtbare Risse, Dehnungen oder andere Anzeichen von Materialermüdung. Nach Erreichen der maximalen geplanten Belastung von 300 kg wurde eine umfassende Endprüfung durchgeführt, um sicherzustellen, dass die Ringe und Befestigungen keine Anzeichen von kritischem Materialversagen zeigten und dass keine Einbußen in der strukturellen Integrität der Ausrüstung feststellbar waren.

Schritt 4: Dokumentation der Ergebnisse

Um die Ergebnisse des Tests akkurat festzuhalten, wurden detaillierte Fotos der Ringe und Befestigungen in ihrem belasteten Zustand gemacht. Es wurden auch umfassende Notizen zu allen beobachteten Veränderungen oder Anomalien verfasst. Diese Dokumentation umfasste sämtliche relevanten Beobachtungen, wie z.B. den Zustand der Ringe vor und nach den Belastungstests, sowie eventuelle Empfehlungen für zukünftige Überprüfungen oder Modifikationen der Testverfahren.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Kein Anzeichen von Verschleiß oder Bruch bei 300 kg.

Diese Punktzahl wird erreicht, wenn die Gym Rings und ihre Befestigungen nach der maximalen Belastung von 300 kg keinerlei Anzeichen von Verschleiß, Deformation oder Bruch aufweisen. Dies impliziert, dass die Ringe und die Befestigungselemente einwandfrei funktionieren und die volle Belastung ohne jegliche Beeinträchtigung ihrer Integrität und Funktionalität getragen haben.

90 Punkte: Leichte Anzeichen von Verschleiß, aber keine Funktionsbeeinträchtigung.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn leichte Anzeichen von Verschleiß wie kleine Kratzer, minimaler Farbabrieb oder sehr geringfügige Deformationen festgestellt werden, die jedoch keinen Einfluss auf die Funktionalität und Sicherheit der Gym Rings haben.

80 Punkte: Moderate Anzeichen von Verschleiß, aber keine Funktionsbeeinträchtigung.

Hier wird eine moderate Abnutzung beobachtet. Dies könnte beispielsweise kleine Risse, merkbare Abriebspuren oder leichte Deformationen umfassen, die jedoch die Nutzung und Sicherheit der Gym Rings nicht beeinträchtigen.

70 Punkte: Deutliche Anzeichen von Verschleiß, aber keine Funktionsbeeinträchtigung.

Diese Punktzahl wird erreicht, wenn die Gym Rings deutliche Verschleißerscheinungen aufweisen, wie z.B. größere Risse, signifikante Abnutzungsstellen oder größere Deformationen, die jedoch die Nutzung und Sicherheit der Ringe weiterhin nicht einschränken.

60 Punkte: Leichte Funktionsbeeinträchtigung bei 300 kg.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn die Gym Rings nach der Belastung von 300 kg noch funktionsfähig sind, jedoch leichte Funktionsbeeinträchtigungen wie geringfügige Instabilität oder reduziertes Vertrauen in die strukturelle Integrität festgestellt werden.

50 Punkte: Moderate Funktionsbeeinträchtigung bei 300 kg.

Hier wird eine moderate Funktionsbeeinträchtigung erkannt, z.B. spürbare Instabilität oder Risse, die jedoch noch eine eingeschränkte Nutzung der Gym Rings ermöglichen.

40 Punkte: Deutliche Funktionsbeeinträchtigung bei 300 kg.

Diese Punktzahl wird erreicht, wenn die Gym Rings nach der maximalen Belastung deutliche Funktionsbeeinträchtigungen zeigen, die ihre sichere Nutzung signifikant beeinträchtigen, wie z.B. große Risse, bedeutende Deformationen oder ein starkes Nachgeben der Befestigungen.

30 Punkte: Ringe halten 250 kg, aber nicht 300 kg.

Diese Punktzahl wird vergeben, wenn die Gym Rings eine Belastung von 250 kg sicher tragen, bei einer weiteren Erhöhung auf 300 kg jedoch versagen oder deutliche Schäden zeigen, die eine sichere Nutzung nicht mehr gewährleisten.

20 Punkte: Ringe halten 200 kg, aber nicht 300 kg.

Die Gym Rings sind in der Lage, eine Belastung von 200 kg zu tragen, zeigen jedoch bei einer höheren Belastung signifikante Schwachstellen oder Versagen.

10 Punkte: Ringe halten weniger als 200 kg.

Wenn die Gym Rings bereits bei einer Belastung unterhalb von 200 kg deutliche Funktionsbeeinträchtigungen oder Versagen zeigen, wird diese Punktzahl vergeben.

2. Befestigung an der Tür

Testdurchführung:

Schritt 1: Auswahl der Tür

Eine haushaltsübliche Tür wurde sorgfältig ausgewählt, um sicherzustellen, dass sie den Standards für solche Tests entspricht. Es wurde insbesondere darauf geachtet, dass der Türrahmen stabil und gut verankert ist. Der Rahmen und die Tür wurden visuell und manuell auf eventuelle Vorschäden oder Schwächen überprüft, um eine Beeinträchtigung der Testergebnisse zu vermeiden.

Schritt 2: Anbringen der Türbefestigung

Die spezifische Türbefestigungsmethode für die Gym Rings wurde gemäß den ausführlichen Anweisungen des Herstellers installiert. Jeder Schritt wurde detailliert verfolgt. Zusätzlich wurde eine Überprüfung vorgenommen, um sicherzustellen, dass keine Teile übersehen oder unzureichend befestigt wurden.

Schritt 3: Belastungstest

Für den statischen Belastungstest wurden die Gym Rings zunächst mit einem Gewicht von 100 kg belastet. Dies erfolgt durch Verwendung von handelsüblichen Gewichtsscheiben oder anderen standardisierten Gewichten. Nach erfolgreicher Durchführung dieses Tests wurde die Belastung auf 200 kg erhöht. Während jeder Belastungsstufe wurde die Tür und der Rahmen gründlich auf Anzeichen von Belastung wie Verformungen, Risse oder sonstige Beschädigungen überprüft.

Schritt 4: Dynamischer Belastungstest

Im dynamischen Belastungstest wurden verschiedene Übungen durchgeführt, die typischerweise an den Gym Rings ausgeführt werden, einschließlich Klimmzüge und Schwingen. Diese Übungen sollen die Belastbarkeit der Türbefestigung unter bewegten, nicht nur statischen, Bedingungen simulieren. Während der gesamten Testphase wurden die Tür, der Rahmen und die Befestigung genauestens überwacht, um jegliche Anzeichen von Belastung oder Strukturbeeinträchtigungen zu dokumentieren.

Schritt 5: Dokumentation der Ergebnisse

Abschließend wurden detaillierte Fotos von der Tür, dem Rahmen, den Befestigungen und den Bedingungen nach jedem Test gemacht. Zusätzlich wurden ausführliche Notizen zu den beobachteten Veränderungen oder dem Fehlen solcher Veränderungen geführt, um das Ergebnis der Tests umfassend zu dokumentieren.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Keine Anzeichen von Belastung oder Beschädigung bei sowohl dynamischen als auch statischen Tests. Dies bedeutet, die Türbefestigung hat sowohl die statischen als auch die dynamischen Tests ohne sichtbare oder funktionale Beeinträchtigung bestanden.

90 Punkte: Es sind leichte Anzeichen von Belastung vorhanden, jedoch keine Funktionsbeeinträchtigung. Hierbei handelt es sich um minimale Verformungen oder Oberflächenveränderungen, die jedoch die Funktionalität nicht beeinträchtigen.

80 Punkte: Moderate Anzeichen von Belastung, aber keine Funktionsbeeinträchtigung. Es bestehen deutlichere Spuren von Belastung wie leichte Risse oder Verformungen, die jedoch keine unmittelbaren Funktionsprobleme darstellen.

70 Punkte: Deutliche Anzeichen von Belastung, aber keine Funktionsbeeinträchtigung. Hier sind die Anzeichen von Belastung eindeutig und leicht erkennbar, aber die Türbefestigung bleibt funktional.

60 Punkte: Leichte Funktionsbeeinträchtigung bei dynamischen Tests. Hier zeigt sich eine leichte Beeinträchtigung der Funktionalität der Befestigungen während der dynamischen Tests, die jedoch nicht vollständig versagen.

50 Punkte: Moderate Funktionsbeeinträchtigung bei dynamischen Tests. Die Türbefestigung beginnt unter dynamischen Tests deutlich nachzugeben und ihre Funktionalität wird merklich beeinträchtigt.

40 Punkte: Deutliche Funktionsbeeinträchtigung bei dynamischen Tests. Die Funktion der Türbefestigung wird stark beeinträchtigt, und sie beginnt, unter der dynamischen Belastung stark nachzugeben.

30 Punkte: Türbefestigung hält 200 kg, aber nicht 300 kg. Bei einem Gewicht von mehr als 200 kg versagt die Befestigung.

20 Punkte: Türbefestigung hält 100 kg, aber nicht 200 kg. Die Befestigung zeigt unter einem Gewicht von über 100 kg deutliche Schwächen und versagt bei 200 kg.

10 Punkte: Türbefestigung hält weniger als 100 kg. Die Befestigung versagt schon bei einer Belastung von weniger als 100 kg.

3. Freihängende Befestigung

Testdurchführung:

Schritt 1: Auswahl der freihängenden Befestigungspunkte

Ein sicherer und stabiler freihängender Befestigungspunkt wurde ausgewählt, um eine maximale Sicherheit während der Tests zu gewährleisten. Hierbei wurde entweder ein robuster Deckenhaken verwendet, der fest in einem tragfähigen Balken verankert wurde, oder ein stabiler Ast eines Baumes, dessen Tragfähigkeit und Gesundheit zuvor gründlich überprüft wurden. Der ausgewählte Befestigungspunkt musste in der Lage sein, große Lasten zu tragen, ohne Anzeichen von Schwäche oder Beschädigung zu zeigen.

Schritt 2: Anbringen der Gym Rings

Die Gym Rings wurden gemäß den detaillierten Anweisungen des Herstellers an den ausgewählten freihängenden Punkten angebracht. Dabei wurde sorgfältig darauf geachtet, dass alle Verbindungen korrekt und sicher befestigt sind. Die Ringe wurden durch stabile Gurte oder Seile befestigt, die auf ihre Belastbarkeit geprüft wurden. Zusätzlich wurden alle Knoten und Befestigungen überprüft, um ein versehentliches Lösen oder Verrutschen während der Tests zu verhindern.

Schritt 3: Statischer Belastungstest

Die Ringe wurden zunächst einem statischen Belastungstest unterzogen, bei dem sie nacheinander mit Gewichten von 100 kg, 200 kg und schließlich 300 kg belastet wurden. Dieser Test diente dazu, die Belastbarkeit der Befestigungspunkte unter ständigen, nicht beweglichen Lasten zu überprüfen. Nach jeder Belastungsstufe wurden die Befestigungspunkte sorgfältig auf Anzeichen von Belastung, wie Risse, Verformungen oder andere Beschädigungen, untersucht.

Schritt 4: Dynamischer Belastungstest

Im dynamischen Belastungstest wurden verschiedene Übungen wie Schwingen, Klimmzüge und andere dynamische Bewegungen an den Gym Rings durchgeführt. Dadurch sollte die Belastbarkeit der freihängenden Befestigungspunkte unter realistischen Nutzungsbedingungen getestet werden. Besondere Aufmerksamkeit wurde darauf gelegt, ob sich die Befestigungspunkte während der Bewegung lockern oder andere Schwächen zeigen.

Schritt 5: Dokumentation der Ergebnisse

Während und nach den Tests wurden Fotos und detaillierte Notizen gemacht, um den Zustand der Befestigungspunkte und der Gym Rings zu dokumentieren. Dies umfasste Beschreibungen von jeglichen beobachteten Anzeichen von Belastung oder Beschädigung sowie eine Bewertung ihrer Auswirkungen auf die Funktionsfähigkeit der Befestigungen. Diese Dokumentation dient als Grundlage für die abschließende Bewertung und Punkteverteilung.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Keine Anzeichen von Belastung oder Beschädigung bei dynamischen und statischen Tests. Das Befestigungssystem zeigt keinerlei Schwächen oder Beschädigungen, selbst unter größter Last und intensiven dynamischen Bewegungen. Es bleibt absolut funktionsfähig und sicher in jeder getesteten Situation.

90 Punkte: Leichte Anzeichen von Belastung, aber keine Funktionsbeeinträchtigung. Geringfügige visuelle Anzeichen von Belastung, wie kleine Verformungen oder minimale Risse, die jedoch die Funktionsfähigkeit und Sicherheit der Befestigung nicht negativ beeinflussen.

80 Punkte: Moderate Anzeichen von Belastung, aber keine Funktionsbeeinträchtigung. Moderate Belastungsanzeichen, wie deutliche Verformungen oder Risse, die jedoch die sofortige Funktionsfähigkeit und Sicherheit der Befestigung nicht beeinträchtigen. Langfristige Nutzung könnte jedoch eingeschränkt sein.

70 Punkte: Deutliche Anzeichen von Belastung, aber keine Funktionsbeeinträchtigung. Deutliche und sichtbare Schäden durch Belastung, wie größere Risse oder signifikante Verformungen, die die momentane Funktionsfähigkeit nicht beeinträchtigen, aber auf eine potenzielle Schwäche in der Zukunft hindeuten.

60 Punkte: Leichte Funktionsbeeinträchtigung bei dynamischen Tests.

Erste Anzeichen von Funktionsbeeinträchtigungen, wie leichtes Verrutschen oder minimale Lockung der Befestigungspunkte, die die Sicherheit und Stabilität bei dynamischen Bewegungen leicht beeinflussen.

50 Punkte: Moderate Funktionsbeeinträchtigung bei dynamischen Tests.

Stärkere funktionsbeeinträchtigende Effekte unter dynamischen Bedingungen, wie merkliches Verrutschen oder signifikante Lockung der Befestigungspunkte, die die Nutzungssicherheit deutlich beeinflussen.

40 Punkte: Deutliche Funktionsbeeinträchtigung bei dynamischen Tests.

Schwerwiegende Beeinträchtigungen wie starkes Verrutschen oder fast völlige Lockerung der Befestigungspunkte, die eine sichere Nutzung unter dynamischen Bedingungen verhindern.

30 Punkte: Freihängende Befestigung hält 200 kg, aber nicht 300 kg.

Die Befestigungspunkte können eine Belastung von 200 kg aushalten, zeigen jedoch deutliche Schwächen und Versagen bei einer Belastung von 300 kg.

20 Punkte: Freihängende Befestigung hält 100 kg, aber nicht 300 kg.

Die Befestigungspunkte können eine Belastung von 100 kg aushalten, versagen jedoch bei höheren Belastungen von 200 kg und insbesondere 300 kg.

10 Punkte: Freihängende Befestigung hält weniger als 100 kg.

Die Befestigungspunkte sind nicht in der Lage, eine Belastung von 100 kg zu tragen, was auf eine grundlegende Unsicherheit und Unzuverlässigkeit der Befestigung hinweist.

4. Höhenverstellbarkeit

Testdurchführung:

Schritt 1: Initiale Höhenmessung

Die initiale Höhe der Gym Rings wurde mithilfe eines Meterstabs gemessen und genau notiert. Diese anfängliche Höhe dient als Referenzpunkt für die weiteren Tests, um Veränderungen und Anpassungen in der Höhe präzise nachvollziehen zu können.

Schritt 2: Verstellung der Höhe

Die Höhenverstellbarkeit der Ringe wurde überprüft, indem sie in festen Intervallen von 10 cm über den gesamten Verstellbereich mehrere Male eingestellt wurden. Dabei wurde insbesondere darauf geachtet, wie leicht die Verschlüsse zu öffnen sind und wie präzise die Höhenveränderung durchgeführt werden konnte. Jede Verstellung wurde dreimal wiederholt, um Konsistenz und Zuverlässigkeit zu gewährleisten.

Schritt 3: Belastungstest in verschiedenen Höhen

In jeder der eingestellten Höhen wurden die Ringe mit standardisierten Gewichten von 50 kg, 100 kg, 200 kg und letztlich bis zu 300 kg nacheinander belastet. Diese Belastungen wurden mindestens fünf Minuten lang gehalten, um die Stabilität der Höhenverstellung unter statischen Lastbedingungen zu testen. Nach jeder Gewichtsstufe wurde überprüft, ob die Höhe eingehalten wurde und keine Verschiebungen stattgefunden haben.

Schritt 4: Dynamischer Belastungstest

Die Ringe wurden dann in denselben vorab eingestellten Höhen einer dynamischen Prüfung unterzogen. Dazu gehörten intensive Übungen wie Klimmzüge, Kipping-Übungen und Schwingen, um die Ringe in Bewegung zu versetzen. Diese Tests dienten dazu, die Stabilität und Belastbarkeit der Höhenverstellung unter realistischen Trainingsbedingungen zu bewerten. Besondere Aufmerksamkeit galt dabei dem Auftreten von mechanischem Spiel oder Veränderungen in der Höhe während der dynamischen Belastung.

Schritt 5: Dokumentation der Ergebnisse

Zum Abschluss des Tests wurden detaillierte Fotos aus mehreren Winkeln gemacht, um den Zustand der Höhenverstellung zu dokumentieren. Zudem wurden ausführliche Notizen über jegliche Abweichungen, Probleme oder besondere Beobachtungen während der Tests geführt. Dies dient dazu, eine klare Bewertungsgrundlage zu haben und potenzielle Verbesserungsbereiche zu identifizieren.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Die Höhenverstellung lässt sich einfach und präzise durchführen, zeigt keine Anzeichen von Belastung und bleibt sowohl bei statischen als auch bei dynamischen Tests vollständig funktionsfähig.

90 Punkte: Die Höhenverstellung lässt sich einfach durchführen, zeigt nur geringe Anzeichen von Belastung, die jedoch keine funktionelle Beeinträchtigung darstellen.

80 Punkte: Die Höhenverstellung ist grundsätzlich durchführbar, weist moderate Anzeichen von Belastung auf, bleibt jedoch funktional uneingeschränkt.

70 Punkte: Die Höhenverstellung ist durchführbar, zeigt deutliche Anzeichen von Belastung, aber die Funktion wird nicht beeinträchtigt.

60 Punkte: Es treten leichte Funktionsbeeinträchtigungen bei dynamischen Tests auf, die Höhenverstellung bleibt jedoch größtenteils funktionsfähig.

50 Punkte: Moderate Funktionsbeeinträchtigungen sind bei dynamischen Tests festzustellen, die Höhenverstellung funktioniert aber noch.

40 Punkte: Deutliche Funktionsbeeinträchtigungen bei dynamischen Tests, die Höhenverstellung zeigt Schwierigkeiten.

30 Punkte: Die Höhenverstellung hält einer Belastung von 200 kg stand, versagt jedoch bei 300 kg.

20 Punkte: Die Höhenverstellung hält einer Belastung von 100 kg stand, jedoch nicht bei 300 kg.

10 Punkte: Die Höhenverstellung versagt bei Belastungen unter 100 kg.

5. Überprüfung der Trainingsanleitung auf Verständlichkeit

Testdurchführung:

Schritt 1: Lesen der Anleitung

Im ersten Schritt wurde die Trainingsanleitung vollständig gelesen von mehreren Testpersonen. Dabei wurde besonders darauf geachtet, wie klar und verständlich die Sprache in der Anleitung ist. Insbesondere wurde geprüft, ob Fachbegriffe erklärt werden und ob die Sätze einfach und präzise formuliert sind, um Missverständnisse zu vermeiden.

Schritt 2: Durchführung der beschriebenen Übungen

Jede in der Anleitung beschriebene Übung wurde Schritt für Schritt von den Testpersonen durchgeführt. Während der Durchführung wurde überwacht, ob die Anweisungen klar und leicht verständlich sind. Schwierigkeiten oder Unklarheiten bei der Durchführung wurden notiert. Hierbei wurde auch überprüft, ob die Reihenfolge der Schritte sinnvoll und logisch aufgebaut ist.

Schritt 3: Überprüfung der Bilder und Diagramme

Alle in der Anleitung enthaltenen Bilder und Diagramme wurden daraufhin überprüft, ob sie die schriftlichen Anweisungen sinnvoll ergänzen und die beschriebenen Übungen verständlicher machen. Es wurde bewertet, ob die Bilder gut erkennbar und die Informationen daraus einfach abzuleiten sind.

Schritt 4: Feedback sammeln

Von mehreren Testpersonen wurde umfassendes Feedback zur Verständlichkeit der Anleitung eingeholt. Dies umfasste sowohl schriftliches Feedback als auch mündliche Rückmeldungen zu den Punkten Klarheit der Sprache, Nachvollziehbarkeit der Anweisungen und Nützlichkeit der visuellen Hilfsmittel.

Schritt 5: Dokumentation der Ergebnisse

Alle Notizen und Bewertungen der Testpersonen wurden gesammelt und systematisch analysiert. Die Ergebnisse wurden in einer detaillierten Dokumentation festgehalten, die Aufschluss darüber gibt, wie verständlich und klar die Trainingsanleitung ist. Besondere Aufmerksamkeit wurde dabei auf häufige oder kritische Anmerkungen gelegt.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Die Anleitung ist vollständig verständlich, klar und präzise formuliert. Alle Übungen sind ohne Zweifel nachvollziehbar und durchführbar. Es gab keine Unklarheiten oder Missverständnisse bei den Testpersonen.

90 Punkte: Die Anleitung ist insgesamt verständlich, mit nur wenigen kleineren Unklarheiten. Die Anweisungen sind gut nachvollziehbar und die Übungen ohne größere Probleme durchführbar.

80 Punkte: Die Anleitung ist größtenteils verständlich, jedoch gibt es einige Unklarheiten. Trotz dieser Schwierigkeiten sind die Übungen mit ein wenig zusätzlicher Überlegung durchführbar.

70 Punkte: Die Anleitung weist mehrere Unklarheiten auf, welche die Ausführung der Übungen erschweren. Dennoch sind die meisten Übungen nach wiederholtem Lesen oder Nachfragen durchführbar.

60 Punkte: Die Anleitung hat deutliche Unklarheiten. Einige der beschriebenen Übungen sind schwer nachvollziehbar und es bedarf zusätzlicher Erklärungen, um sie durchzuführen.

50 Punkte: Die Anleitung enthält viele Unklarheiten. Die meisten Übungen sind schwer nachvollziehbar und es gibt erhebliche Schwierigkeiten bei der Durchführung.

40 Punkte: Die Anleitung ist größtenteils unverständlich, wobei nur einige Übungen nachvollziehbar sind. Die Mehrheit der Anweisungen ist unklar und führt zu Missverständnissen.

30 Punkte: Die Anleitung ist weitgehend unverständlich. Nur wenige Übungen können ohne zusätzliche Hilfe nachvollzogen und durchgeführt werden.

20 Punkte: Die Anleitung ist nahezu unverständlich. Fast keine der beschriebenen Übungen sind nachvollziehbar und durchführbar ohne erhebliche zusätzliche Erklärungen.

10 Punkte: Die Anleitung ist komplett unverständlich und keine der beschriebenen Übungen sind nachvollziehbar oder durchführbar. Die Sprache ist verwirrend und die Anweisungen sind inkohärent.