

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. Verschlussicherheit

Testdurchführung:

Schritt 1: Sichtprüfung der Verschlüsse

In diesem ersten Schritt wurden die Verschlüsse sorgfältig auf sichtbare Anzeichen von Schäden oder offensichtlichen Mängeln untersucht. Hierbei wurde besonders auf Risse, Verformungen oder andere Unregelmäßigkeiten geachtet, die die Funktionalität der Verschlüsse beeinträchtigen könnten. Die Inspektion erfolgte bei guter Beleuchtung, um sicherzustellen, dass keine Details übersehen wurden.

Schritt 2: Anziehen der Verschlüsse

Nachdem die Sichtprüfung abgeschlossen war, wurden die Verschlüsse mit Hilfe eines handelsüblichen Schraubenschlüssels auf maximale Festigkeit angezogen. Diese Aktivität wurde sorgfältig durchgeführt, um die maximale Festigkeit der Verschlüsse zu gewährleisten, ohne sie dabei zu überdrehen, wodurch das Material der Verschlüsse beschädigt werden könnte.

Schritt 3: Belastungstest

Im nächsten Schritt wurde eine Hantel mit dem maximal zulässigen Gewicht beladen. Diese Hantel wurde dann mehrfach angehoben, um den Verschluss unter realen Belastungsbedingungen zu testen. Während dieses Prozesses wurde beobachtet, ob sich die Verschlüsse durch die wiederkehrende Belastung lockern oder stabil bleiben. Die Anzahl der Hebevorgänge entsprach dabei einem typischen Szenario, um deren Zuverlässigkeit direkt unter Stress zu prüfen.

Schritt 4: Wiederholungsprüfung

Nach Abschluss des Belastungstests wurden die Verschlüsse erneut geprüft. Diese Nachprüfung diente dazu festzustellen, ob es nach der Belastung zu einer Lockerung gekommen war. Hierzu wurden die Verschlüsse erneut einer Sichtprüfung unterzogen und, falls erforderlich, ein erneutes Anziehen der Verschlüsse vorgenommen. Der Fokus lag auf der Sicherstellung, dass die Verschlüsse nicht nur nach einmaliger Belastung, sondern auch nach wiederholter Beanspruchung weiterhin sicher sind.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Diese Punktzahl wird vergeben, wenn die Verschlüsse auch bei maximaler Belastung fest und sicher bleiben, ohne jegliche Lockerung oder Anzeichen von Schwächen zu zeigen.

90 Punkte: Eine Bewertung von 90 Punkten bedeutet, dass die Verschlüsse nur minimale Lockerungen aufweisen, die jedoch keine sicherheitskritische Gefahr darstellen und die Funktionalität nicht beeinträchtigen.

80 Punkte: Diese Punktzahl wird erzielt, wenn die Verschlüsse nach der Belastung ein leichtes Nachziehen erfordern, um ihre ursprüngliche Festigkeit und Sicherheit zu gewährleisten.

70 Punkte: Bei einer Bewertung von 70 Punkten lockern sich die Verschlüsse zwar merklich, bleiben aber dennoch funktionsfähig und können ihre Aufgabe weiterhin erfüllen.

60 Punkte: Diese Punktzahl deutet darauf hin, dass die Verschlüsse mehrfaches Nachziehen benötigen, um ihre Funktionalität aufrechtzuerhalten.

50 Punkte: Eine Bewertung von 50 Punkten wird vergeben, wenn sich die Verschlüsse signifikant, jedoch nicht vollständig lösen, was zumindest eine sofortige Anpassung erforderlich macht.

40 Punkte: Diese Punktzahl zeigt, dass die Verschlüsse sich bereits bei mittlerer Belastung lösen, was ein erhöhtes Sicherheitsrisiko darstellt.

30 Punkte: Bei dieser Bewertung lösen sich die Verschlüsse bereits bei geringer Belastung, was eine unzureichende Sicherheit signalisiert.

20 Punkte: Diese niedrige Punktzahl bedeutet, dass die Verschlüsse sich selbst ohne jegliche Belastung lösen, was ihre Unzuverlässigkeit in hohem Maße unterstreicht.

10 Punkte: Die niedrigste Punktzahl wird vergeben, wenn die Verschlüsse von Anfang an unbrauchbar sind, da sie grundlegende Sicherheitsanforderungen nicht erfüllen.

2. Grifffestigkeit

Testdurchführung:

Schritt 1: Trockentest des Griffs

In diesem Schritt wurde der Griff der Hantel einem Trockentest unterzogen. Dabei wurde die Rutschfestigkeit des Griffs getestet, indem er ohne zusätzliche Hilfsmittel gehalten wurde. Es wurde darauf geachtet, wie gut der Griff in der Hand liegt und ob er bei trockenen Händen fest und stabil bleibt.

Schritt 2: Feuchtigkeitsprüfung

Für diesen Schritt wurde der Griff vorsichtig mit einem feuchten Tuch abgewischt, um die Bedingungen von schwitzigen Händen zu simulieren. Die Untersuchung konzentrierte sich darauf, wie gut der Griff seine Rutschfestigkeit behält, sobald Feuchtigkeit vorhanden ist. Beobachtet wurde, ob der Halt weiterhin sicher bleibt oder ob der Griff merklich rutschig wurde.

Schritt 3: Belastungstest

Hierbei wurde der Griff einer intensiven Belastung unterzogen, indem das Maximale Gewicht wiederholt für einen festgelegten Zeitraum gehalten wurde. Der Fokus lag darauf, die Grifffestigkeit und Stabilität des Griffs zu überprüfen, während er einem konstanten Druck ausgesetzt ist. Auf Veränderungen des Griffs oder des Halts wurde besonderes Augenmerk gelegt, um potenzielle Schwachstellen zu erkennen.

Schritt 4: Langzeittest

Obwohl es sich um Kurzzeittests handelt, wurde in diesem Schritt simuliert, wie der Griff bei gleichbleibender Belastung über einen kürzeren Zeitraum standhält. Ziel war es, die Ermüdungsresistenz des Materials zu untersuchen, indem geprüft wurde, ob der Griff seine ursprüngliche Form und Festigkeit beibehält oder es zu einem Nachlassen der Griffigkeit kommt.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Der Griff zeigt unter allen getesteten Bedingungen keine Beeinträchtigung der Stabilität und bleibt durchweg fest und sicher in der Hand, unabhängig von Trockenheit oder Feuchtigkeit.

90 Punkte: Der Griff erweist sich als größtenteils rutschfest, mit nur minimalen Veränderungen in der Griffigkeit bei Aufkommen von Feuchtigkeit; der Halt bleibt jedoch sicher.

80 Punkte: Der Griff hält bei maximaler Belastung fest, zeigt jedoch eine leichte Rutschigkeit bei Feuchtigkeitseinwirkung, beeinträchtigt jedoch nicht die Sicherheit erheblich.

70 Punkte: Der Griff erfordert geringfügige Anpassungen oder Veränderungen der Handhaltung, sobald Feuchtigkeit auftritt, um weiterhin sichere Bedingungen zu gewährleisten.

60 Punkte: Während der Griff bei trockenen Bedingungen sicher in der Hand liegt, wird er unter Einwirkung von Feuchtigkeit unsicher und muss angepasst werden.

50 Punkte: Der Griff zeigt eine moderate Rutschigkeit, insbesondere während der Belastungsphase, was den Halt beeinträchtigen kann.

40 Punkte: Der Griff beginnt bei mäßiger Belastung zu rutschen, erfordert verstärkten Fokus, um den Halt aufrechtzuerhalten.

30 Punkte: Der Griff wird bereits bei geringer Belastung rutschig und unsicher, was das Halten der Hantel erschwert.

20 Punkte: Der Griff bleibt nur bei minimaler Nutzung einigermaßen sicher, aber bei intensiverer Nutzung tritt Unsicherheit ein.

10 Punkte: Der Griff versagt unter den geprüften Bedingungen vollständig und bietet keine ausreichende Sicherheit oder Stabilität.

3. Balance der Hantel

Testdurchführung:

Schritt 1: Sichtprüfung der Hantel

Die Hantel wurde sorgfältig auf eine ebene Fläche gelegt und sanft gerollt. Dieser Vorgang wurde durchgeführt, um eventuelle visuelle Hinweise auf eine Unwucht zu erkennen. Besondere Aufmerksamkeit galt dabei der gleichmäßigen Rotation und der Beobachtung, ob die Hantel von der geraden Linie abweicht oder eine unregelmäßige Bewegung aufweist.

Schritt 2: Gewichtsmessung

Die Hantel wurde mit einer präzisen Waage gewogen, um sicherzustellen, dass das Gewicht auf beiden Seiten gleichmäßig verteilt ist. Es wurde darauf geachtet, dass die Differenz zwischen den beiden Seiten minimal ist, um die Balance zu gewährleisten.

Schritt 3: Nutzungstest

Die Hantel wurde von einer Testperson mehrfach gehoben, wobei explizit darauf geachtet wurde, wie die Balance während der üblichen Hebebewegungen empfunden wurde. Der Fokus lag darauf, ob die Hantel in den Händen gleichmäßig ausbalanciert wirkt und keine Tendenz zur Kippung in eine Richtung vorhanden ist.

Schritt 4: Statische Balanceprüfung

Um die Balance detailliert zu testen, wurde die Hantel mittig auf einem Finger balanciert. Hierbei wurde überprüft, ob die Hantel ohne zusätzliche Unterstützung stabil bleibt, was auf eine perfekte Balance hinweist.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Diese Punktzahl wird erreicht, wenn die Hantel in allen Tests eine perfekte Balance zeigt und keine Unwucht festgestellt wird, sei es optisch, beim Wiegen oder während der Nutzung.

90 Punkte: Diese Punktzahl wird vergeben, wenn die Hantel minimale Unwuchten aufweist, die visuell oder beim Heben kaum wahrnehmbar sind und die Nutzung nicht beeinträchtigen.

80 Punkte: Diese Punktzahl wird erreicht, wenn die Hantel gut ausbalanciert ist, jedoch leichte Anpassungen erforderlich sind, um eine optimale Balance zu erzielen.

70 Punkte: Diese Punktzahl trifft zu, wenn die Hantel eine merkliche, aber nicht störende Unwucht aufweist, die jedoch bei Verwendung kaum die Hantelhandhabung beeinflusst.

60 Punkte: Diese Punktzahl wird erreicht, wenn deutliche Unwuchten vorhanden sind, die die Nutzung jedoch nicht völlig unbrauchbar machen, sondern nur minimal stören.

50 Punkte: Diese Punktzahl wird vergeben, wenn die Hantel aufgrund von Unwuchten nur mit erhöhter Vorsicht verwendet werden sollte, um Verletzungen zu vermeiden.

40 Punkte: Diese Punktzahl trifft zu, wenn die Hantel beim Heben aufgrund ihrer Unwuchten schwerer zu balancieren ist und die Nutzung dadurch erschwert wird.

30 Punkte: Diese Punktzahl wird vergeben, wenn die Hantel bei normaler Nutzung deutlich als unbalanciert empfunden wird und die Handhabung erheblich beeinträchtigt.

20 Punkte: Diese Punktzahl wird erreicht, wenn die Hantel aufgrund extremer Unwuchten fast unbrauchbar ist und eine sichere Nutzung schwer möglich ist.

10 Punkte: Diese Punktzahl wird vergeben, wenn die Hantel wegen erheblicher Unwuchten völlig unbrauchbar ist und ein sicheres Training nicht gewährleistet werden kann.

4. Geräusentwicklung bei Bewegung

Testdurchführung:

Schritt 1: Leiser Raumtest

Im ersten Schritt wurden die Geräusche, die beim Bewegen der Hantel entstehen, in einem schallisolierten Raum überprüft. Dies geschah, indem die Hantel horizontal und vertikal bewegt wurde, um sämtlichen akustischen Ausgaben im Raumumfeld identifizieren zu können. Der schallisolierte Raum gewährleistet, dass keine Störgeräusche von außen die Beurteilung verfälschen.

Schritt 2: Belastungstest

Im nächsten Test wurde die Hantel im voll beladenen Zustand, d. h. mit dem maximal zulässigen Gewicht, bewegt. Der Fokus lag darauf, festzustellen, ob unter erhöhter Last zusätzliche oder verstärkte Geräusche auftreten. Der Belastungstest hilft, die Robustheit der Hantel bei intensiver Nutzung zu bewerten.

Schritt 3: Vergleichstest

In diesem Schritt wurde die Geräusentwicklung der zu prüfenden Hantel mit der einer ähnlichen Hantel verglichen. Beide Hanteln wurden unter den gleichen Bedingungen bewegt, um Unterschiede in ihrer Geräusentwicklung zu erkennen. Der Vergleichstest bietet eine Referenz und hilft zu verstehen, wie die getestete Hantel im Vergleich zu marktüblichen Modellen abschneidet.

Schritt 4: Langsambewegungstest

Abschließend wurde die Hantel langsam bewegt, um Geräusche bei minimaler Bewegungsintensität zu erkennen. Diese Geräusentwicklung offenbart kleinste Unregelmäßigkeiten, die im regulären Gebrauchsmodus möglicherweise unbemerkt bleiben. Der Slow-Motion-Test ist entscheidend, um sicherzustellen, dass das Produkt in jeder Bewegungssituation akzeptable Geräusche produziert.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Geräusche sind bei keinem der durchgeführten Tests wahrnehmbar.

90 Punkte: Eine sehr leise Geräusentwicklung wird registriert, die jedoch kaum hörbar ist und im Gebrauch nicht auffällt.

80 Punkte: Es treten leichte, durchgängig leise Geräusche auf, die jedoch nicht als störend empfunden werden.

70 Punkte: Die Hantel erzeugt hörbare Geräusche, die jedoch in einem akzeptablen Rahmen bleiben und den Nutzungsfluss nicht beeinträchtigen.

60 Punkte: Die Geräusentwicklung ist deutlich, kann gelegentlich ablenken, aber das Produkt bleibt brauchbar.

50 Punkte: Störende Geräusche sind während der Tests wahrnehmbar, allerdings nicht übermäßig aufdringlich oder einschränkend.

40 Punkte: Starke Geräusentwicklung tritt auf, die den Nutzungskomfort erheblich beeinträchtigt.

30 Punkte: Sehr laute Geräusentwicklung, die deutlich von der normalen Nutzung ablenkt.

20 Punkte: Extrem störende Geräusche machen die Nutzung der Hantel unangenehm.

10 Punkte: Geräuschpegel erreichen eine Intensität, die das Produkt in seiner eigentlichen Funktion unbrauchbar macht.

5. Kompatibilität mit anderen Hantelscheiben

Testdurchführung:

Schritt 1: Sichtprüfung der Hantelaufnahme

In diesem Schritt wurde die Hantelaufnahme sorgfältig inspiziert, um sicherzustellen, dass sie frei von visuellen Beschädigungen, Unregelmäßigkeiten oder Produktionsfehlern ist. Danach wurde die Aufnahme präzise vermessen, um die Passgenauigkeit mit den gängigen Normen für Standard-Hantelscheiben zu bestätigen. Diese erste visuelle und dimensionale Überprüfung soll sicherstellen, dass es keine offensichtlichen Hindernisse für die korrekte Passform gibt.

Schritt 2: Test mit anderen Scheiben

In diesem Schritt wurden mehrere Hantelscheiben mit unterschiedlichen Dimensionen und Herstellern ausgewählt, um sie nacheinander an der Hantel aufzulegen. Es wurde beobachtet, wie gut jede Scheibe auf die Hantel passt, ob sie leicht anzubringen ist, und ob es irgendwelche Schwierigkeiten oder unerwartete Hindernisse gab. Besondere Aufmerksamkeit galt dabei den toleranzbedingten Abweichungen zwischen den Scheiben und der Aufnahme.

Schritt 3: Belastungstest

Nach der erfolgreichen Anbringung der Scheiben folgte der Belastungstest, bei dem die Hantel mit den verschiedenen fremden Hantelscheiben beladen und dann unter gesicherten Bedingungen angehoben wurde. Hierbei wurde geprüft, wie sich die Hantel unter Gewicht verhält und ob die Stabilität gewährleistet ist. Ein besonderer Fokus lag auf der Überprüfung, ob die Scheiben auch bei Bewegungen oder ruckartigen Bewegungen sicher an ihrem Platz bleiben.

Schritt 4: Beweglichkeitstest

Zum Abschluss der Überprüfung wurde die Hantel mit den fremden Scheiben in verschiedene Richtungen bewegt und dabei verschiedene Hebeübungen simuliert. Dieser Schritt bewertet die Funktionalität und Sicherheit unter den dynamischen Bedingungen einer typischen Trainingsumgebung. Es wurde beobachtet, ob die Scheiben einwandfrei in Position blieben, ein Schleifen oder Klackern auftrat, und ob die Handhabung allgemein als sicher angesehen werden konnte.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Die Hantel ist vollständig kompatibel mit allen getesteten Hantelscheiben ohne jegliche Anpassungen oder Einschränkungen. Alle Tests wurden erfolgreich bestanden.

90 Punkte: Die Hantel ist kompatibel und funktioniert mit allen getesteten Scheiben. Es mussten jedoch minimale Anpassungen vorgenommen werden, um die perfekte Passform zu erzielen, die jedoch keinen Einfluss auf die Sicherheit oder Funktionalität haben.

80 Punkte: Die Hantel passt gut zu den meisten getesteten Scheiben, jedoch erfordern einige Vorsicht während des Auflegens oder der Benutzung, um optimale Stabilität zu gewährleisten.

70 Punkte: Die Hantel ist kompatibel mit der Mehrzahl der Scheiben, jedoch gibt es einige Modelle, die nicht ohne Weiteres verwendbar sind oder Anpassungen erfordern.

60 Punkte: Die Hantel zeigt eine gewisse Kompatibilität, jedoch mit deutlichen Einschränkungen in Bezug auf die Funktion oder passgenaue Integration mit bestimmten Scheiben.

50 Punkte: Die Hantel ist nur bedingt kompatibel, was bedeutet, dass nur eine begrenzte Anzahl von Scheiben ohne signifikante Anpassungen oder Einschränkungen montiert werden kann.

40 Punkte: Die Kompatibilität mit anderen Hantelscheiben ist schwer realisierbar, da die Mehrheit der Scheiben nicht ohne Hindernisse montiert werden kann.

30 Punkte: Die Hantel passt nur zuverlässig mit einer bestimmten Scheibe oder einer sehr begrenzten Auswahl von Modellen, wodurch die Flexibilität erheblich eingeschränkt wird.

20 Punkte: Die Hantel ist kaum kompatibel mit den meisten verfügbaren Scheibenmodellen, was die Nutzung auf wenige Ausnahmen beschränkt.

10 Punkte: Die Hantel ist nicht kompatibel mit den getesteten Hantelscheiben und erfordert substantielle Modifikationen, um überhaupt funktional mit äußeren Komponenten verbunden zu werden.