

## **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 Team

## 1. Belastung

### Testdurchführung:

#### Schritt 1: Vorbereitung des Tests

Für die Vorbereitung des Belastungstests wurde das Balanceboard auf einem stabilen und ebenen Untergrund platziert, um sicherzustellen, dass keine äußeren Faktoren die Testergebnisse verfälschen. Dies gewährleistet, dass die Stabilität des Boards unter idealen Bedingungen getestet werden kann und das Risiko von unerwünschten Bewegungen oder Kippen während des Tests minimiert wird.

#### Schritt 2: Durchführung des Belastungstests

Eine Testperson mit einem Körpergewicht von exakt 80 Kilogramm stellte sich für die Dauer von fünf Minuten auf das Board. Während dieses Zeitraums wurde die Fähigkeit des Boards überprüft, dieses Gewicht ohne strukturelle Beeinträchtigungen zu tragen. Es wurde besonders darauf geachtet, dass die Testperson mittig auf dem Board steht, um eine gleichmäßige Gewichtsverteilung zu gewährleisten.

#### Schritt 3: Bewertung der Stabilität

Während sich die Testperson auf dem Board befand, wurde das Board aufmerksam beobachtet. Hierbei lag der Fokus auf jegliche Anzeichen von Verformungen oder das Auftreten ungewöhnlicher Geräusche, die auf strukturelle Schwächen oder Materialienfehler hinweisen könnten. Diese Beobachtungen sind entscheidend, um die Integrität des Boards unter Belastung zu bewerten.

#### Schritt 4: Kontrolle der Oberflächenbeschaffenheit

Im Anschluss an den Belastungstest erfolgte eine detaillierte Inspektion der Oberflächenstruktur des Boards. Die Oberfläche wurde sorgfältig auf das Auftreten von Rissen, Kratzern oder anderen sichtbaren Schäden untersucht. Diese Überprüfung stellt sicher, dass das Board keine Schäden erlitten hat, die seine zukünftige Funktionalität beeinträchtigen könnten.

### Punkteverteilung:

100 Punkte: Keine Verformung oder Schäden, Board bleibt stabil. Das Board zeigt keinerlei Anzeichen von strukturellen Schwächen oder äußerlichen Schäden während und nach der Belastungsperiode.

90 Punkte: Minimale Verformung, keine bleibenden Schäden. Eine sehr leichte, nicht permanente Verformung war zu beobachten, jedoch kehrte das Board nach der Entlastung in seinen Ursprungszustand zurück, ohne sichtbare Schäden zu hinterlassen.

80 Punkte: Leichte Verformung unter Belastung, keine Risse. Das Board verformte sich leicht während der Belastung, zeigte jedoch keine Risse oder dauerhaften Beschädigungen.

70 Punkte: Wahrnehmbare Verformung, Board bleibt jedoch funktional. Es trat eine merkbare Verformung auf, die jedoch die Funktionalität und Nutzung des Boards nicht einschränkte.

60 Punkte: Verformung mit minimalen Rissen. Neben einer Verformung waren kleine Risse erkennbar, die die strukturelle Integrität des Boards jedoch nur begrenzt beeinträchtigten.

50 Punkte: Deutliche Verformung, kleine Risse. Das Board zeigte deutliche Verformung und kleinere Risse, die auf eine potenzielle Schwäche hindeuten.

40 Punkte: Größere Verformung, Risse an der Oberfläche. Die Verformung war signifikant, begleitet von sichtbaren Rissen auf der Oberfläche, was auf eine beeinträchtigte Stabilität hindeutet.

30 Punkte: Starke Verformung, Funktion beeinträchtigt. Durch die starke Verformung des Boards war dessen Nutzung stark eingeschränkt, sowohl hinsichtlich der Sicherheit als auch der Stabilität.

20 Punkte: Board bricht fast durch, Nutzung unsicher. Das Board war nahe am Bruch und die Nutzung wäre unter diesen Bedingungen als unsicher einzustufen.

10 Punkte: Board bricht unter Belastung. Während des Tests zerbrach das Board unter der angegebenen Belastung, was auf eine unzureichende strukturelle Festigkeit hinweist.

## 2. Rutschfestigkeit

### Testdurchführung:

#### Schritt 1: Vorbereitung des Materials

Das Board wurde sorgfältig ausgewählt und auf einem sauberen, ebenen Fliesenboden positioniert. Bevor der Test begann, wurde sichergestellt, dass die Oberfläche der Fliesen keine sichtbaren Unreinheiten aufwies, die das Testergebnis verfälschen könnten. Der Raum, in dem der Test durchgeführt wurde, hatte konstante Bedingungen hinsichtlich Temperatur und Luftfeuchtigkeit, um die Reproduzierbarkeit der Ergebnisse zu gewährleisten.

#### Schritt 2: Anwendung von Wasser

Eine gleichmäßige Menge Wasser wurde sanft mit einer Sprühflasche auf die gesamte Oberfläche des Boards aufgetragen. Dabei wurde darauf geachtet, dass keine Wasserpfützen entstehen, um einen realistischen alltäglichen Rutschfaktor zu simulieren. Dies sollte helfen, die Bedingungen im Alltag nachzuahmen, wenn das Board feucht wird, zum Beispiel nach Regen oder durch verschüttete Flüssigkeiten.

#### Schritt 3: Durchführung des Tests

Die Testperson, die sich auf das Board stellte, trug weiche Baumwollsocken, um die Bedingungen so realistisch wie möglich zu halten. Die Person bewegte sich behutsam und führte kontrollierte Gewichtsverlagerungen aus, um die Reaktion des Boards zu prüfen. Währenddessen wurde aufmerksam beobachtet, wie das Board auf Druck und Bewegung reagierte und ob es Anzeichen eines Wegrutschens gab.

#### Schritt 4: Bewertung der Stabilität

Die Beobachter stellten fest, ob das Board während des Tests seine Position hielt oder ob es Verschiebungen unter dem Gewicht der Testperson gab. Zusätzlich wurde aufgezeichnet, ob und wann die Testperson Probleme hatte, das Gleichgewicht zu halten, und ob ein Ausrutschen drohte oder notwendig wurde, um die Stabilität zu wahren. Diese Beobachtungen dienten als Grundlage für die Bewertung der Rutschfestigkeit.

### Punkteverteilung:

100 Punkte: Die Testperson konnte sich völlig bedenkenlos auf dem Board bewegen, ohne jegliche Anzeichen von Rutschen festzustellen. Die Oberfläche bietet somit eine hervorragende Haftung unter nassen Bedingungen.

90 Punkte: Lediglich minimale Rutschbewegungen bei außergewöhnlichen Belastungssituationen. Die Haftung bleibt in fast allen Situationen ausgezeichnet.

80 Punkte: Gute Haftung, jedoch ist eine leichte Rutschgefahr bei schnellen oder abrupten Bewegungen feststellbar. Für die meisten Anwendungsbereiche ausreichend.

70 Punkte: Die Oberfläche bietet akzeptable Haftung, aber bei bestimmten Bewegungen oder Belastungen ist ein merkliches Rutschen beobachtbar.

60 Punkte: Es wurde eine schwache Haftung festgestellt, mit deutlicher Rutschgefahr bei normaler Bewegungsführung auf dem Board.

50 Punkte: Das Board zeigt während der Nutzung regelmäßige Rutschbewegungen, welche bei normaler Nutzung gefährlich sein können.

40 Punkte: Die starke Rutschgefahr führt dazu, dass das Board nicht sicher für den Gebrauch ist. Bereits geringe Bewegungen könnten das Gleichgewicht der Person gefährden.

30 Punkte: Ein sehr hohes Risiko des Abrutschens ist vorhanden. Die Nutzung des Boards unter diesen Bedingungen gilt als gefährlich.

20 Punkte: Das Risiko eines Abrutschens ist extrem hoch, wodurch das Board praktisch nicht verwendbar ist. Schon kleine Fußbewegungen führen zum sofortigen Wegrutschen.

10 Punkte: Das Board ist unbrauchbar unter diesen Testbedingungen, da es kein relevantes Maß an Haftung bietet und sofortiges Abrutschen unvermeidlich ist.

### 3. App-Funktionalität

#### Testdurchführung:

##### Schritt 1: Installation der App

Die zugehörige App wurde aus dem entsprechenden App Store auf ein kompatibles Smartphone heruntergeladen und erfolgreich installiert. Nach Abschluss der Installation wurde die App geöffnet, um die Initialisierungsprozesse zu prüfen und sicherzustellen, dass sie reibungslos startet, ohne unerwartete Abstürze oder Verzögerungen.

##### Schritt 2: Verbindung mit dem Board

Das Smartphone wurde in den Bluetooth-Einstellungen sichtbar gemacht, um eine Verbindung mit dem Board herzustellen. Die App wurde dann verwendet, um die Bluetooth-Verbindung zu initiieren und zu testen. Hierbei wurde besonders darauf geachtet, dass die Verbindung innerhalb weniger Sekunden ohne wiederholte Versuche hergestellt werden konnte und stabil blieb, solange dies nötig war.

##### Schritt 3: Nutzung der Funktionen

Nachdem die Verbindung erfolgreich eingerichtet wurde, wurden unterschiedliche Funktionen der App, wie zum Beispiel diverse Trainingsprogramme und Balanceübungen, nacheinander aktiviert und evaluiert. Speziell wurde geprüft, ob die Programme ohne Unterbrechungen laufen, die Anweisungen korrekt angezeigt werden und die Reaktion auf Benutzereingaben zügig erfolgt.

##### Schritt 4: Bewertung der Benutzeroberfläche

Die Benutzeroberfläche der App wurde eingehend begutachtet, wobei die Aspekte der Benutzerfreundlichkeit, Verständlichkeit der Navigation und allgemeine Funktionalität im Vordergrund standen. Elemente wie Tasten, Menüs und Bildschirmtexte wurden auf ihre logische Anordnung und einfache Zugänglichkeit hin untersucht, um festzustellen, ob ein Anwender intuitiv durch die App geführt wird.

#### Punkteverteilung:

100 Punkte: Diese Punktzahl wird erreicht, wenn alle Funktionen der App einwandfrei und ohne jegliche Probleme laufen, die Verbindung stabil sowie zuverlässig bleibt und die Benutzeroberfläche nicht nur intuitiv, sondern auch optisch ansprechend ist.

90 Punkte: Diese Punktzahl wird vergeben, wenn nur minimale Verzögerungen auftreten oder nicht-essentielle Funktionen gelegentlich beeinträchtigt sind, während die Hauptfunktionen vollständig verfügbar und ohne größere Beeinträchtigungen nutzbar sind.

80 Punkte: Wenn einige kleinere Fehler und Anomalien während der Nutzung auftreten, die jedoch die Gesamtfunktionalität nicht wesentlich einschränken und eine problemlose Nutzung weitgehend gewährleisten.

70 Punkte: Die App weist mehrere kleinere Fehler auf, die die Nutzung der Hauptfunktionen ist jedoch weiterhin möglich, allerdings mit gelegentlichen Störungen.

60 Punkte: Größere Verzögerungen treten auf, die dazu führen, dass einige Funktionen zeitweise nicht nutzbar sind, die Grundfunktionen bleiben jedoch erhalten.

50 Punkte: Bei dieser Punktzahl treten viele Fehler auf, die die allgemeine Nutzung der App erschweren, jedoch nicht komplett verhindern.

40 Punkte: Die Hauptfunktionen der App zeigen Fehler, und es kommt gelegentlich zu Abstürzen, was die Verwendung erheblich beeinträchtigt.

30 Punkte: Die App stürzt häufig ab, und die meisten Funktionen sind kaum oder gar nicht nutzbar, was zu großen Frustrationen führen kann.

20 Punkte: Die Verbindung zum Board ist kaum herzustellen, was die App im Wesentlichen unbrauchbar macht.

10 Punkte: Die App funktioniert nicht, da keine Funktionen benutzbar sind und Arbeitgeber-Abstürze die Regel sind.

Vielen Dank für Ihr Verständnis und zögern Sie nicht, mich weiter zu kontaktieren, wenn Sie zusätzliche Informationen oder Hilfestellungen benötigen.

## 4. Reinigung und Pflegeleichtigkeit

### Testdurchführung:

#### Schritt 1: Vorbereitung des Reinigungsmaterials

In diesem Schritt wurde zunächst ein weiches Tuch ausgewählt, um die Oberfläche des Boards nicht zu beschädigen. Anschließend wurde eine milde Seifenlauge vorbereitet, indem eine kleine Menge milder Seife in lauwarmem Wasser aufgelöst wurde. Dies gewährleistet eine effektive Reinigung, ohne aggressiv zur Oberfläche zu sein.

#### Schritt 2: Reinigung des Boards

Die vorbereitete Seifenlauge wurde dann vorsichtig auf das weiche Tuch aufgetragen. Mit diesem feuchten Tuch wurde die Oberfläche des Boards in sanften, kreisenden Bewegungen abgewischt. Der Prozess zielte darauf ab, alle sichtbaren Verschmutzungen und Flecken von der Oberfläche zu entfernen, ohne Spuren oder Kratzer zu hinterlassen.

#### Schritt 3: Trocknung

Um die Oberfläche vor Wasserflecken oder Rückständen zu schützen, wurde sie anschließend mit einem sauberen, trockenen Tuch abgewischt. Dieser Schritt stellte sicher, dass alle Feuchtigkeitsreste gründlich entfernt wurden, sodass die Oberfläche trocken und sauber war.

#### Schritt 4: Bewertung der Reinigung

Nach der Trocknung wurde die Oberfläche des Boards sorgfältig inspiziert, um zu beurteilen, ob alle Verschmutzungen vollständig und ohne großen Aufwand entfernt werden konnten. Diese Bewertung half dabei, die Effektivität der Reinigungstechnik und die Leichtigkeit der Pflege einzuschätzen.

### Punkteverteilung:

100 Punkte: Die Oberfläche war nach der Reinigung völlig frei von Verschmutzungen, und es blieben keinerlei Rückstände zurück. Jeder Schmutz ließ sich mühelos und vollständig entfernen.

90 Punkte: Die Reinigung war überwiegend erfolgreich, nur vereinzelte kleine Rückstände blieben zurück, die jedoch das Gesamtbild kaum beeinflussten. Insgesamt war die Reinigung einfach durchzuführen.

80 Punkte: Es war notwendig, einige Stellen etwas intensiver zu reinigen, um alle Rückstände zu entfernen. Doch mit wenig zusätzlicher Anstrengung konnte eine saubere Oberfläche erreicht werden.

70 Punkte: Der Reinigungsprozess erforderte merklich mehr Aufwand und gründliches Schrubben, um die Verschmutzungen zu beseitigen. Trotzdem wurde die Oberfläche überwiegend sauber.

60 Punkte: Einige hartnäckige Verschmutzungen konnten nur mit größerem Einsatz und der Anwendung spezieller Reinigungsmittel entfernt werden, was den Prozess erschwerte.

50 Punkte: Die Reinigung gestaltete sich schwierig, einige Rückstände blieben sichtbar, trotz intensiverer Bemühungen sie zu entfernen.

40 Punkte: Starke Verschmutzungen konnten kaum beseitigt werden, selbst nach intensiver Reinigung. Die Rückstände waren deutlich sichtbar und beeinflussten das Erscheinungsbild.

30 Punkte: Der Aufwand für die Reinigung war sehr hoch, und zahlreiche Rückstände blieben bestehen, was das Ergebnis insgesamt unbefriedigend machte.

20 Punkte: Die Oberfläche war nach der Behandlung weiterhin stark verschmutzt, und der Reinigungsprozess erwies sich als fast wirkungslos.

10 Punkte: Es war praktisch nicht möglich, die Verschmutzungen zu entfernen. Das Material blieb schmutzig, und der Reinigungsversuch zeigte kaum Wirkung.



## 5. Ergonomie und Benutzerkomfort

### Testdurchführung:

#### Schritt 1: Erste Nutzung

Zu Beginn des Tests wurde das Board von einer Gruppe von Personen, die sich durch unterschiedliche physische Merkmale und Nutzungsgewohnheiten auszeichnen, verwendet. Ziel dieses Schrittes war es, den allgemeinen Komfort und die intuitive Bedienbarkeit des Boards bei der ersten Nutzung zu bewerten. Den Testpersonen wurde keine Anleitung zur Verfügung gestellt, um eine unvoreingenommene Einschätzung zu gewährleisten. Der Fokus lag darauf, unmittelbare Reaktionen und Eindrücke zu sammeln, die auf einer spontanen Nutzung basieren.

#### Schritt 2: Langfristiger Komfort

Im zweiten Schritt nutzten die Testpersonen das Board für einen Zeitraum von etwa 15 Minuten. Dies diente dazu, zu überprüfen, ob das Board während einer etwas längeren Anwendung weiterhin komfortabel bleibt und ob etwaige ergonomische Mängel auftreten. Während dieser Zeit wurde insbesondere darauf geachtet, ob die Testpersonen Anzeichen von Ermüdung oder anderen Beschwerden äußerten. Trotz der Bezeichnung handelt es sich um einen Kurzzeittest, der lediglich einen Eindruck über den potentiellen langfristigen Komfort vermitteln soll.

#### Schritt 3: Bewertung der Körperhaltung

In diesem Schritt beobachteten die Testleiter die Körperhaltung der Nutzer während der Verwendung des Boards. Es wurde untersucht, ob das Board die Benutzer dazu verleitet, eine natürliche und entspannte Haltung einzunehmen oder ob Anpassungen notwendig sind, um eine gesunde Haltung zu gewährleisten. Besonderes Augenmerk lag darauf, ob es zu einer übermäßigen Belastung bestimmter Körperbereiche kam.

#### Schritt 4: Rückmeldung der Nutzer

Abschließend erhielten die Testpersonen die Möglichkeit, Feedback zu ihrem Nutzungserlebnis zu geben. Hierbei lag der Schwerpunkt auf dem subjektiven Komfortempfinden und eventuellen Beschwerden, die während der Nutzung des Boards aufgetreten sind. Diese Rückmeldungen wurden gesammelt, um ein umfassendes Bild über die ergonomischen Eigenschaften des Boards zu erhalten und mögliche Verbesserungsbereiche zu identifizieren.

### Punkteverteilung:

100 Punkte: Diese Punktzahl wird vergeben, wenn das Board von allen Testpersonen als äußerst komfortabel empfunden wurde, keinerlei körperliche Beschwerden auftraten und die Ergonomie als hervorragend bezeichnet wird.

90 Punkte: Das Board wird als sehr komfortabel eingestuft, mit nur geringfügigem Optimierungspotential in der Ergonomie, das die Nutzung nicht wesentlich beeinträchtigt.

80 Punkte: Trotz überwiegend gutem Komfort wurden kleinere Anpassungsvorschläge zur Verbesserung des Nutzererlebnisses identifiziert, die jedoch nur minimalen Eingriff erfordern.

70 Punkte: Das Board bietet akzeptablen Komfort, allerdings wurden einige spezifische Anpassungen identifiziert, die für eine breitere Nutzerzufriedenheit notwendig sind.

60 Punkte: Der Komfort ist eingeschränkt, wobei deutlicher Handlungsbedarf in Bezug auf ergonomische Anpassungen besteht, um die Nutzung zu verbessern.

50 Punkte: Nutzung des Boards wird als unbequem beschrieben, was mehrere signifikante Anpassungen erfordert, um die Ergonomie auf ein akzeptables Niveau zu heben.

40 Punkte: Die Nutzung des Boards wird als sehr unbequem beurteilt und weist erkennbare ergonomische Mängel auf, die zu einer unzufriedenen Nutzung führen.

30 Punkte: Testpersonen gaben an, dass die Nutzung des Boards zu Beschwerden führt, was auf grundlegende ergonomische Defizite hinweist.

20 Punkte: Die Testpersonen erlebten während der Nutzung starke Beschwerden, was auf eine schlecht durchdachte ergonomische Gestaltung des Boards hinweist.

10 Punkte: Das Board wird als sehr unangenehm empfunden und erweist sich in der getesteten Form als nicht ergonomisch nutzbar.