

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. Rutschfestigkeitstest auf verschiedenen Bodenarten

Testdurchführung:

Schritt 1: Vorbereitung der Bodenarten

In diesem Schritt wurden drei unterschiedliche Bodenarten für den Test hergerichtet: Fliesenboden, Holzboden und Teppichboden. Jede dieser Bodenarten wurde sorgfältig ausgewählt, um eine repräsentative Vielfalt an Untergründen darzustellen, auf denen eine Yogamatte typischerweise genutzt werden könnte. Jede Bodenart wurde gründlich gereinigt und in einen stabilen Zustand versetzt, um sicherzustellen, dass die Testbedingungen für alle Bodenarten vergleichbar sind.

Schritt 2: Platzierung der Yogamatte

Die Yogamatte wurde nacheinander auf jeden der vorbereiteten Bodenbeläge gelegt, wobei auf eine gleichmäßige Ausrichtung und Platzierung geachtet wurde. Ziel war es, dass die Matte fest auf dem jeweiligen Untergrund aufliegt, ohne Falten oder Unebenheiten, die den Test beeinflussen könnten. Nach der Platzierung wurde visuell überprüft, ob die Matte überall gleich stark aufliegt.

Schritt 3: Test der Rutschfestigkeit

Im Rahmen dieses Schrittes wurde auf jeder Bodenart getrennt durch manuelle Einwirkung Druck auf die Matte ausgeübt. Dies geschah sowohl mit den Händen als auch mit den Füßen, um unterschiedliche Belastungsszenarien zu simulieren. Die Testperson drückte, schob und zog an der Matte, um deren Rutschfestigkeit unter verschiedenen Bedingungen zu evaluieren. Dabei wurden die Bewegungen gleichmäßig und moderat durchgeführt, um einen praxisnahen Rutschtest zu gewährleisten.

Schritt 4: Bewertung der Rutschfestigkeit

Nach der Durchführung des Rutschtests auf jeder Bodenart wurde die Rutschfestigkeit bewertet, indem der Widerstand, den die Matte gegen das Verschieben zeigte, beurteilt wurde. Die Beurteilung erfolgte durch Vergleich des gemessenen Widerstands auf den verschiedenen Bodenarten und wurde anhand der Punkteverteilung dokumentiert.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Die Yogamatte bleibt auf allen untersuchten Bodenarten vollständig stabil, ohne jegliches Anzeichen von Bewegung oder Rutschen, unabhängig von der aufgewendeten Kraft.

90 Punkte: Auf einer der getesteten Bodenarten zeigt die Matte ein minimales Rutschen, das kaum wahrnehmbar ist und keine Beeinträchtigung der Nutzung erwarten lässt.

80 Punkte: Auf zwei Bodenarten wird leichtes Rutschen beobachtet, was darauf hinweist, dass sie bei starker oder dynamischer Bewegung leicht nachgeben könnten.

70 Punkte: Die Matte rutscht auf einer Bodenart spürbar, was bedeutet, dass in der Nutzung bei bestimmten Bewegungen erhöhte Vorsicht geboten sein könnte.

60 Punkte: Auf zwei der getesteten Bodenarten ist ein deutliches Rutschen festzustellen. Dies weist darauf hin, dass die Matte nicht für dynamische Übungen auf diesen Oberflächen geeignet ist.

50 Punkte: Auf allen Bodenarten zeigt die Matte ein deutliches Rutschen, welches die Nutzung erheblich einschränken würde und als unsicher eingestuft wird.

40 Punkte: Auf einer der Bodenarten hat die Matte starkem Widerstand gefolgt durch kontraproduktives Verhalten gegen Verschieben geleistet, was nicht zufriedenstellend ist.

30 Punkte: Auf zwei getesteten Bodenarten zeigt die Matte einen starken Widerstand, was das Risiko von unerwünschtem Bewegen bei Benutzung erhöht.

20 Punkte: Auf allen Bodenarten existiert ein starker Widerstand, was ein erhebliches Sicherheitsrisiko darstellen könnte.

10 Punkte: Die Matte bietet auf allen Bodenarten keinerlei Halt, was zu einem unmittelbaren Sicherheitsrisiko bei der Anwendung führt.

2. Packmaß und Transportmöglichkeiten

Testdurchführung:

Schritt 1: Zusammenrollen

Die Matte wurde zunächst sorgfältig und gleichmäßig in eine zylindrische Form zusammengerollt. Dabei wurde darauf geachtet, dass keine Falten oder Knicke entstehen, um später mögliche Beschädigungen zu vermeiden. Anschließend wurde die zusammengerollte Matte mit einem stabilen Band fixiert, um sicherzustellen, dass sie ihre kompakte Form behält.

Schritt 2: Messung des Packmaßes

Nachdem die Matte fixiert war, wurde das Packmaß mithilfe eines Maßbandes ermittelt. Dazu wurden der Durchmesser und die Länge der zusammengerollten Matte gemessen. Diese Maße sind entscheidend, um die Kompaktheit der Matte zu bewerten und ihre Transportfähigkeit zu beurteilen.

Schritt 3: Transporttest

Im nächsten Schritt wurde die zusammengerollte Matte in eine durchschnittliche Sporttasche gesteckt. Diese Aufgabe sollte zeigen, ob die Matte in herkömmliche Taschen passt, die normalerweise für sportliche Aktivitäten genutzt werden. Besondere Aufmerksamkeit wurde darauf gelegt, wie einfach oder schwierig es war, die Matte in die Tasche zu bekommen und wieder herauszunehmen.

Schritt 4: Tragekomfort

Zuletzt wurde der Tragekomfort der Matte bewertet, indem sie über eine kurze Strecke getragen wurde. Dabei wurde besonders auf das Gewicht und die Form der zusammengerollten Matte sowie auf die Polsterung oder Unterstützung durch die Sporttasche geachtet. Dies sollte Aufschluss darüber geben, wie bequem es wäre, die Matte regelmäßig zu transportieren.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Die Matte ist extrem kompakt und lässt sich leicht in jede gängige Tasche verstauen, ohne dass der Tragekomfort beeinträchtigt wird. Sie kann mühelos transportiert werden.

90 Punkte: Die Matte überzeugt durch ihre Kompaktheit und passt in die meisten Sporttaschen. Sie ist bequem zu tragen, auch wenn es möglicherweise minimalen Widerstand beim Verstauen gibt.

80 Punkte: Das Packmaß ist etwas größer, was bedeutet, dass die Matte in größere Taschen passt. Der Tragekomfort ist akzeptabel, jedoch nicht optimal.

70 Punkte: Bei einem großen Packmaß passt die Matte nur knapp in große Taschen, was das Tragen etwas unpraktisch macht.

60 Punkte: Die Matte hat ein sehr großes Packmaß, das den Transport erschwert. Das Verstauen in Taschen ist mühsam und der Tragekomfort lässt zu wünschen übrig.

50 Punkte: Aufgrund des extrem großen Packmaßes passt die Matte lediglich in spezielle, dafür vorgesehene Taschen, was das Tragen deutlich erschwert und unbequem macht.

40 Punkte: Die Matte erweist sich als unhandlich und ist schwer zu transportieren, was die Nutzungsmöglichkeiten stark einschränkt.

30 Punkte: Mit einem Packmaß, das den Transport in normalen Taschen unmöglich macht, ist die Matte für viele Anwendungszwecke ungeeignet.

20 Punkte: Die Matte ist extrem schwierig zu transportieren und daher unpraktisch für den regelmäßigen Gebrauch.

10 Punkte: Der Transport der Matte ist nahezu unmöglich, was die Nutzung und den praktischen Wert stark einschränkt.

3. Reinigung

Testdurchführung:

Schritt 1: Vorbereitung der Reinigungsmittel

In diesem Schritt wurde ein mildes Reinigungsmittel ausgewählt und sorgfältig in einer angemessenen Menge Wasser gelöst, um eine effektive Reinigungslösung zu erstellen. Ein weicher Schwamm wurde ebenfalls bereitgelegt, um sicherzustellen, dass die Oberfläche der Yogamatte während des Reinigungsvorgangs nicht beschädigt wird.

Schritt 2: Reinigung der Yogamatte

Die Yogamatte wurde mit dem vorbereiteten Schwamm geduldig abgewischt, wobei besonders auf die gründliche Benetzung der gesamten Matte mit der Reinigungslösung geachtet wurde. Besondere Aufmerksamkeit wurde dabei auf stark beanspruchte Bereiche gelegt, um alle oberflächlichen Verunreinigungen zu entfernen.

Schritt 3: Trocknung der Matte

Nach Abschluss des Reinigungsvorgangs wurde die Matte an einem gut belüfteten Ort ausgebreitet, um sie gleichmäßig und ohne direkte Sonneneinstrahlung an der Luft zu trocknen. Diese sorgfältige Trocknung sicherte, dass keine Verformungen oder Beschädigungen durch zu schnelle Trocknung auftreten konnten.

Schritt 4: Überprüfung auf Reinigungswirkung

Nach dem vollständigen Trocknen wurde die Matte inspiziert. Dies umfasste eine sorgfältige visuelle Prüfung auf verbleibende Flecken oder Reinigungsrückstände, um die Effektivität des Reinigungsvorgangs zu beurteilen.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Die Yogamatte zeigt weder sichtbare Flecken noch Reinigungsrückstände, was auf eine außergewöhnlich effektive Reinigung hinweist.

90 Punkte: Die Rückstände sind minimal, und Flecken sind kaum zu erkennen, was auf eine sehr effektive Reinigung hinweist.

80 Punkte: Es sind noch leichte Flecken sichtbar, jedoch keine Rückstände von Reinigungsmitteln, was auf eine zufriedenstellende Reinigung hinweist.

70 Punkte: Deutliche Flecken sind sichtbar, aber kein überschüssiges Reinigungsmittel ist zurückgeblieben, was auf eine akzeptable Reinigung hinweist.

60 Punkte: Deutliche Flecken sind zusammen mit leichten Reinigungsrückständen zu erkennen, was zeigt, dass der Reinigungsprozess verbesserungswürdig ist.

50 Punkte: Sowohl Flecken als auch deutliche Rückstände sind vorhanden, was auf einen unzureichenden Reinigungsprozess hinweist.

40 Punkte: Starke Flecken sind sichtbar, jedoch sind keine Rückstände des Reinigungsmittels vorhanden, was auf eine mangelhafte Entfernung der Verschmutzungen hinweist.

30 Punkte: Starke Flecken zusammen mit leichten Rückständen des Reinigungsmittels sind vorhanden, was auf eine äußerst unzureichende Reinigung hinweist.

20 Punkte: Sowohl starke Flecken als auch deutliche Reinigungsrückstände sind sichtbar, was ein Problem im Reinigungsprozess darstellt.

10 Punkte: Die Reinigung hat die Flecken verschlimmert, was zu einer deutlichen Zunahme der Verschmutzungen geführt hat.

4. Komforttest durch längeres Liegen

Testdurchführung:

Schritt 1: Vorbereitung der Yogamatte

In diesem ersten Schritt wurde die Yogamatte sorgfältig auf eine ebene und ruhige Oberfläche gelegt. Dabei wurde darauf geachtet, dass die Umgebung störungsfrei war, um den Test nicht zu beeinflussen. Die Matte wurde ausgerollt und vollständig flachgedrückt, um Falten zu vermeiden, die das Liegen beeinträchtigen könnten.

Schritt 2: Längeres Liegen auf der Matte

Eine Testperson lag für eine Dauer von 30 Minuten still auf der vorbereiteten Yogamatte. Während dieser Zeit konzentrierte sie sich auf Wellen des Komforts und notierte ihre unmittelbaren Empfindungen bezüglich der Polsterung und Unterstützung, die die Matte bot. Ziel war es, ein möglichst ununterbrochenes Liegeerlebnis zu erfahren.

Schritt 3: Bewertung des Komforts

Nach dem Liegen wurden die subjektiven Erfahrungen der Testperson detailliert ausgewertet. Sie erstellte eine Einschätzung, die auf den Kriterien der Polsterung und der Unterstützung des Körpers basierte. Wurde die Polsterung als gleichmäßig und stützend empfunden, ohne das Gefühl einer übermäßigen Härte oder zu weicher Nachgiebigkeit?

Schritt 4: Notieren von Druckpunkten

Im letzten Testschritt dokumentierte die Testperson alle auftretenden Druckpunkte oder andere unerwünschte Empfindungen. Besondere Aufmerksamkeit lag auf den Bereichen, in denen der Körper mit der Matte in Berührung kam, und ob übermäßiger Druck an bestimmten Stellen zu Unannehmlichkeiten führte.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Der Komfort war maximal, ohne dass irgendwelche Druckpunkte identifiziert werden konnten. Das Liegen war durchweg angenehm und unterstützend.

90 Punkte: Das Liegen wurde als sehr komfortabel empfunden, mit nur minimalen und kaum wahrnehmbaren Druckpunkten, die das Gesamtgefühl nicht bedeutend störten.

80 Punkte: Die Matte bot ein angenehmes Liegeerlebnis mit einigen wenigen und verstreut auftretenden Druckpunkten, die geringfügige Beeinträchtigungen darstellten.

70 Punkte: Es wurde ein mäßig komfortables Erlebnis festgestellt, bei dem einige Druckpunkte spürbar waren, jedoch ohne erheblich zu stören.

60 Punkte: Trotz bequemer Polsterung traten mehrere Druckpunkte auf, die den Komfort des Liegeerlebnisses merklich minderten, jedoch tolerierbar waren.

50 Punkte: Die Polsterung wurde als unbequem eingestuft, und mehrere erhebliche Druckpunkte führten zu einem beschwerlichen Liegegefühl.

40 Punkte: Es wurden häufige Druckpunkte entdeckt, die das Liegen als noch erträglich, aber deutlich unbequem erscheinen ließen.

30 Punkte: Die Vielzahl an Druckpunkten machte das Liegen unangenehm, was zu einem beständigen Unbehagen führte.

20 Punkte: Starke Unannehmlichkeiten begleiteten das Liegeerlebnis, hervorgerufen durch zahlreiche intensive Druckpunkte.

10 Punkte: Die massive Anzahl an Unannehmlichkeiten und Druckpunkten machte die Matte nahezu unbenutzbar für ein längeres Liegen.

5. Oberflächenstruktur

Testdurchführung:

Schritt 1: Haptik

Die Testperson nahm die Matte in die Hand, um ihre Beschaffenheit zu erfühlen. Es wurde besonders auf die Weichheit und Flexibilität des Materials geachtet sowie auf die Textur, um festzustellen, ob sie ein angenehmes und komfortables Gefühl vermittelt, das wichtig ist, um lange Yoga-Sitzungen bequem absolvieren zu können.

Schritt 2: Griffigkeitstest

Die Matte wurde in verschiedenen Yoga-Positionen verwendet, um die Griffigkeit unter realen Bedingungen zu testen. Die Testperson führte eine Reihe von gängigen Yoga-Stellungen aus, wie zum Beispiel den herabschauenden Hund und den Krieger, um die Rutschfestigkeit und die Stabilität der Matte zu bewerten. Ziel war es, festzustellen, ob die Matte ausreichend Haftung bietet, um ein sicheres Gefühl während des Trainings zu gewährleisten.

Punkteverteilung:

100 Punkte: Die Matte bot einen außergewöhnlich hohen Komfort und war extrem griffig. Sie erwies sich als ideal für alle Arten von Übungen, ohne jegliche Beeinträchtigung der Bewegung.

90 Punkte: Der Komfort der Matte war sehr hoch, und sie bot eine sehr gute Griffigkeit. Für die meisten Yoga-Übungen war sie besonders gut geeignet und zeigte kaum Schwächen.

80 Punkte: Die Matte fühlte sich angenehm an und die Griffigkeit war gut. Sie konnte für normale Übungen effizient genutzt werden, zeigte jedoch leichte Einschränkungen in anspruchsvolleren Positionen.

70 Punkte: Die Matte war in Bezug auf Komfort akzeptabel, jedoch konnte die Griffigkeit noch verbessert werden. Einige Übungen könnten mehr Rutschfestigkeit erfordern.

60 Punkte: Der Komfort der Matte ließ zu wünschen übrig, und ihre Griffigkeit war nicht optimal, was bei intensiveren Übungen als nachteilig empfunden wurde.

50 Punkte: Die Matte erwies sich als unbequem und die Griffigkeit war unzureichend, was die Ausführung vieler Yoga-Übungen erschwerte.

40 Punkte: Es gab ein hohes Maß an Unkomfort und die Oberfläche war spürbar rutschig, was die Verwendung stark beeinträchtigte.

30 Punkte: Die Matte war extrem unkomfortabel, die Rutschgefahr hoch, sodass Übungen kaum sicher durchgeführt werden konnten.

20 Punkte: Der Benutzungskomfort war unerträglich, die Matte praktisch nicht für Übungen benutzbar wegen der mangelnden Griffigkeit.

10 Punkte: Die Matte war vollständig ungeeignet und in ihrer vorliegenden Form völlig unbrauchbar für jede Art von Übung.