



Von gut bis mangelhaft

Heimtrainer Zehn Crosstrainer und fünf Laufbänder schlugen sich achtbar in unserem Fitnessstest – wenn da nicht die Schadstoffe wären. Testsieger ist ein Crosstrainer von Kettler, der CTR 3 für 800 Euro.

Auf dem Laufband macht das Fitness-training mehr Spaß als auf dem Crosstrainer. Das war zumindest die überwiegende Meinung der Tester, nachdem sie sich wochenlang auf zehn Crosstrainern und fünf Laufbändern abgemüht hatten.

Stampfendes Geräusch des Läufers

Dennoch können wir die Laufbänder für das Heimjogging nur bedingt empfehlen. Zum einen sind sie recht groß, sperrig und teuer. Zum anderen ist die Lärmbelästigung durch das stampfende Geräusch des Läufers so groß, dass sie den Nachbarn in einem Wohnhaus kaum zuzumuten ist. Schwerer aber wiegt, dass keines der fünf getesteten Geräte gut abgeschnitten hat.

Schadstoffe in Griffen und Hanteln

Die besten Laufbänder – von Horizon, Kettler und Strengthmaster – vermasseln sich ein gutes Testergebnis, weil sie mit Schadstoffen belastet sind. Ihre Handgriffe enthalten Weichmacher (Phthalate). Beim Laufband von Hammer gab es keine Schadstoffe zu beanstanden – eigentlich. Doch seitlich an seinem Rahmen hängen grell orangefarbene Hanteln, die Hammer mitgeliefert hat. Auch die enthalten Phthalate. Außerdem sind sie mit polyzyklischen aromatischen Kohlenwasserstoffen, kurz PAK, belastet, was dem Laufband ein Mangelhaft einbringt. Durch Schweiß gelöst und über die Haut aufgenommen, können die Schadstoffe in den Körper gelangen.

Einige dieser PAK gelten als krebserzeugend, fruchtschädigend oder erbgutverändernd. Das ist ein unnötiges Risiko, denn es geht auch ohne. So werden Geräte, die der Gesundheitsförderung dienen sollen, am Ende doch zum Gesundheitsrisiko.

Tipp: Benutzen Sie die Hanteln auf keinen Fall, falls Sie das Hammer-Laufband besitzen. Der Gefahr durch Phthalate können Sie weitgehend ausweichen, wenn Sie bei den ansonsten guten Laufbändern von Horizon, Kettler und Strengthmaster die Griffe beim Training nicht längere Zeit berühren. Beim Joggen ist das sowieso kaum möglich. Wer das Gerät aber mit sehr geringer Geschwindigkeit betreiben und sich an den Griffen festhalten möchte, sollte kein belastetes Laufband wählen.

Handpulsensoren nicht optimal

Für ein gesundheitsorientiertes Fitnesstraining ist die Pulsmessung außerordentlich wichtig. Doch die Handpulsensoren, mit denen alle getesteten Laufbänder stan-

dardmäßig ausgestattet sind, sind dafür nicht optimal. Als Alternative bieten zwar alle Laufbänder außer Hammer Telemetrie-Empfänger, die die Messwerte über einen Brustgurt besser anzeigen können. Der muss jedoch immer dazugekauft werden. Aber auch diese Übertragung ist störanfällig. So kann es passieren, dass der Puls einer Person, die in der Nähe mit Brustgurt trainiert, angezeigt wird.

Digitale Pulsmesser sind besser

Moderne Pulsmesser arbeiten digital, und sie sind sehr genau, wie unser Test gezeigt hat (siehe *Fahrradcomputer, test 3/10*). Erstaunlicherweise sind die getesteten Heimtrainer mit dieser relativ günstigen Technik nicht ausgestattet. Ersatzweise tut es auch eine Pulsuhr am Handgelenk. Aber nur zur Kontrolle. Ein pulsgesteuertes Training, das die Belastung immer im optimalen Bereich hält, ist damit nicht möglich, da der Laufband-Computer die digitalen Daten nicht empfangen kann. Das Ausdauertraining auf dem Laufband kann übrigens neben der Geschwindigkeit auch über die Veränderung der Steigung von bis zu 15 Prozent variiert werden.

Laufbänder lassen sich platzsparend hochklappen, zum Trainieren beanspruchen sie aber viel Raum. Doch die Lauffläche ist bei den Heimgeräten oft zu knapp bemessen. Die Mindestbreite laut Norm ►



Ausdauertraining

Tut rundum gut

Beugt vor: Herz-Kreislauf-Training, neudeutsch Cardiotraining, verbessert die Beweglichkeit. Es stärkt das Herz-Kreislauf-System, versorgt den Körper mit mehr Sauerstoff und kann damit den natürlichen Alterungsprozess verlangsamen. Der gesamte Stoffwechsel verbessert sich, was vorbeugend gegen viele Krankheiten wirkt, zum Beispiel Osteoporose. Auch die Psyche wird positiv beeinflusst: Das Training befreit den Kopf und führt zum Stressabbau.

Eignen sich: Sowohl Crosstrainer als auch Laufbänder eignen sich gut für das Ausdauertraining. Die Effektivität wird von Fachleuten sogar höher bewertet als das Training mit einem Fahrrad-Ergometer, da die Rumpfmuskulatur sowie die Schultern und die Arme hier stärker beansprucht werden.

Crosstrainer: Die Leistung lässt sich durch die Trittgeschwindigkeit und den Widerstand einstellen. Der Einstellbereich sollte 50 bis 250 Watt abdecken. Positiv ist die geringe Belastung der Gelenke. Wichtig ist eine aufrechte Haltung mit nach vorn geschobenem Becken. Ein Hohlkreuz sollte unbedingt vermieden werden. Damit es zu keiner Fehlbelastung der Halswirbelsäule kommt, darf der Kopf beim Training nicht nach unten geneigt werden.

Laufbänder: Sie simulieren das Laufen recht gut. Koordinative Fähigkeiten werden hier deutlich besser geschult als auf dem Crosstrainer. Der Trainingseffekt ist insgesamt höher.

Warnsignale: Für einen gesunden Körper hat das Ausdauertraining immer eine positive Wirkung, sofern Überlastungen vermieden werden. Ein guter Parameter dafür ist die Pulskontrolle. Außerdem sollte der Trainierende Warnsignale des Körpers wie Kurzatmigkeit oder Schwindelgefühl ernst nehmen. Grundsätzlich ist es ratsam, das Training mit einem Arzt abzuklären.

Unser Rat

Gute Crosstrainer gibt es ab 500 Euro, zum Beispiel **Christopeit CXM 6** und **Life Balance Tuvalu**.

Noch etwas besser hat der Crosstrainer **Kettler CTR 3** für 800 Euro abgeschnitten.

Zum Trainieren in den eigenen vier Wänden gut geeignete Laufbänder sind **Horizon Fitness Paragon**, **Kettler Track Performance** für je 1 500 Euro und **Strengthmaster** für 1 400 Euro. Allerdings sind ihre Griffe mit problematischen Weichmachern (Phthalate) belastet.

Laufbänder

**Horizon Fitness
Paragon 408**
1 500 Euro

BEFRIEDIGEND (2,6)



**Christopeit
TM III Esprit**
1 100 Euro

BEFRIEDIGEND (2,7)



**Kettler Track
Performance**
1 500 Euro

BEFRIEDIGEND (2,7)



Das Solide. Sauber verarbeitetes und angenehm zu laufendes Laufband. Für Läufer bis 180 Kilogramm Körpergewicht geeignet. Aufgrund von Schadstoffen (Phthalate) in den Griffen insgesamt nur befriedigend.

Das Kurze. Gut geeignet zum Gehen und zum langsamen Joggen. Für höhere Geschwindigkeiten ist der Laufteppich sehr kurz. Während der Prüfung ist eine Anzeige ausgefallen. Das Antriebsgeräusch ist etwas laut.

Das Stabile. Sehr stabiles Gerät, das sich gut zum Lauftraining eignet. Einfache Montage, gutes Sicherheitsniveau. Aufgrund von Schadstoffen (Phthalate) in den Griffen insgesamt nur befriedigend.

test Laufbänder

	Gewichtung	Horizon Fitness Paragon 408	Christopeit TM III Esprit	Kettler Track Performance ²⁾	Strengthmaster AI680 ²⁾	Hammer Walkrunner RPX
Mittlerer Preis in Euro ca.		1 500	1 100	1 500	1 400	950
test - QUALITÄTSURTEIL	100 %	BEFRIEDIGEND (2,6)	BEFRIEDIGEND (2,7)	BEFRIEDIGEND (2,7)	BEFRIEDIGEND (2,7)	MANGELHAFT (4,8)
TRAINIEREN	45 %	gut (2,2)	befriedigend (2,8)	gut (1,9)	gut (1,9)	befriedigend (2,6)
Auf- und Absteigen, Notabstieg		+	+	+	+	+
Körperanpassung / Gleichmäßigkeit der Bewegung		+/+	+ / 0	+/+	+/+	0 / +
Widerstandsverstellung beim Trainieren		+	+	+	+	+
Funktion und Tragekomfort des Pulsmessers		0	0	+	0	+
Förderung der Trainingsmotivation		+	0	+	+	0
Anzeigen / Geräusch		+/+	0 / 0	+/+	+/+	+ / 0
HANDHABUNG	20 %	gut (2,1)	gut (2,5)	gut (1,8)	gut (2,0)	gut (2,3)
Gebrauchsanleitung / Montage		+/+	0 / +	+/++	+/+	+/+
Verstellen und Bedienen		+	+	+	+	+
Reinigung und Wartung / Lagerung und Transport		+/+	+/+	+/+	+/+	+/+
TECHNISCHE PRÜFUNG	20 %	gut (1,8)	befriedigend (2,6)	gut (1,8)	gut (1,8)	befriedigend (2,7)
Anzeigengenauigkeit von Geschwindigkeit und Puls		+	+	+	+	0
Wiederauffindbarkeit der Einstellungen		+	+	+	+	+
Verschleiß, Entsorgung / Haltbarkeit		+/++	+ / 0	+/++	+/++	0 / +
Schonung der Aufstellfläche		+	+	+	+	+
SICHERHEIT	10 %	gut (2,4)	befriedigend (2,6)	gut (2,0)	gut (2,4)	ausreichend (4,0)
Mechanisch / Elektrisch / Standsicherheit beim Trainieren		+/+/+	0 / + / 0	+/+++/+	+/+/+	⊖ ¹⁾ / + / +
SCHADSTOFFE	5 %	ausreichend (3,6) [*]	befriedigend (3,1)	ausreichend (3,7) [*]	ausreichend (3,7) [*]	mangelhaft (4,8) [*]
Polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe (PAK) in Griffen / in Hanteln		++ / Entfällt	+ / Entfällt	++ / Entfällt	++ / Entfällt	+ / - [*]
Phthalate (Weichmacher) in Griffen / in Hanteln		⊖ ¹⁾ / Entfällt	++ / Entfällt	⊖ ¹⁾ / Entfällt	⊖ ¹⁾ / Entfällt	++ / ⊖
Phenolische Verbindungen in Griffen		++	0 [*]	++	++	++
AUSSTATTUNG / TECHNISCHE MERKMALE						
Länge x Breite x Höhe im Betriebszustand in cm		191 x 87 x 134	180 x 85 x 136	202 x 88 x 136	200 x 84 x 130	182 x 73 x 128
Länge x Breite der Lauffläche in cm		133 x 50	126 x 46	140 x 50	145 x 50	132 x 42
Gewicht in kg ca.		96	91	119	105	73
Maximal zulässiges Benutzergewicht in kg ¹⁾		180	150	140	150	120
Maximaler Geschwindigkeitsbereich in km/h		20	18	18	20	18
Leistung in Watt ¹⁾		1 600	1 400	1 800	2 200	1 300
Pulsmessung mit Brustgurt / Ohrclip / Handschalen		□ / □ / ■	□ / □ / ■	□ / □ / ■	□ / □ / ■	□ / □ / ■
Pulsgesteuerte Programme		■	■	■	■	□
PC-Schnittstelle (USB)		□	□	■	□	□

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:

++ = Sehr gut (0,5–1,5). + = Gut (1,6–2,5).
0 = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).
— = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.

^{*}) Führt zur Abwertung (siehe „Ausgewählt ...“ auf Seite 79).

■ = Ja. □ = Nein. □ = Optional.

1) Laut Anbieter.

2) Laut Anbieter Griffte geändert.

Anbieter siehe Seite 96.



Strenghtmaster AI680
1 400 Euro

BEFRIEDIGEND (2,7)

Das Große. Laufband mit einer großen Lauffläche und einer guten Dämpfung, auf dem es sich angenehm läuft. Aufgrund von Schadstoffen (Phthalate) in den Griffen schneidet es insgesamt nur befriedigend ab.

beträgt 40 Zentimeter. Das ist eigentlich zu knapp, um ein Danebentreten und damit gefährliche Stolperer zu vermeiden.

Tipp: Horizon, Kettler und Strenghtmaster bieten 50 Zentimeter Laufflächenbreite. Aus Sicherheitsgründen brauchen Laufbänder nach hinten noch zusätzlich wenigstens zwei Meter Freiraum. Alle Modelle bieten einen Notstopp in Form einer Reißleine. Das ist ein Magnetschalter, den der Trainierende über eine Kordel an seiner Kleidung befestigt. Bei einem Sturz oder wenn der Läufer zu weit nach hinten gerät, schaltet sich das Laufband sofort ab.

Crosstrainer mit Vorteilen

Für viele ist ein Crosstrainer die erste Wahl für ein Heimfitnessgerät. Die Füße bewegen sich auf ihnen in Form einer Ellipse, weshalb Crosstrainer auch Ellipticals genannt werden. Je nach Einstellung simulieren sie Bewegungen ähnlich dem Nordic Walking oder Skilanglauf. Vorteile des Crosstrainers sind der leise Lauf, der relativ geringe Platzbedarf, der niedrige Energie-

Hammer Walkrunner RPX
950 Euro

MANGELHAFT (4,8)



Das Schmale. Sehr schmales und einfaches Gerät. Etwas lautes Antriebsgeräusch. Die dazugehörenden Hanteln enthalten große Mengen PAK und Phthalate. Ohne Hanteln wäre das test-Qualitätsurteil befriedigend.

verbrauch und der vergleichsweise günstige Preis. Außerdem lassen sich damit alle Muskelgruppen trainieren, die man im Alltag so braucht. Crosstrainer arbeiten mit einem berührungslosen Magnetbremssystem. Im Zusammenspiel mit einer abgestimmten Schwungmasse gewährleistet es einen angenehmen runden Tritt. Je nach seiner Leistungsfähigkeit kann der Nutzer Trittschwindigkeit und Widerstand einstellen. Bei den einfachen Modellen sind die Bremsstufen durch Zahlen markiert. Empfehlenswerter sind gute Ergometer mit einer Leistungsanzeige in Watt.

Tipp: Für das gesundheitsorientierte Training, bei dem nach Vorgaben des Arztes trainiert wird, sind Ergometer unerlässlich. Pulsgesteuertes Training sollte auch hier wie bei den Laufbändern am besten über die Messung mit einem Brustgurt erfolgen. Im Lieferumfang enthalten ist er aber nur bei Life Balance und Stamm Bodyfit.

Nicht verwirren lassen sollte man sich von den vielen Programmen, mit denen die Hersteller ihre Crosstrainer aufmotzen. Der Trainierende braucht sie nicht alle. Zu häufige Belastungsänderungen stören den Trainingsrhythmus sogar.

Vorsicht vor schwingenden Griffen

Ebenso ärgerlich wie erstaunlich ist, dass einige Modelle Sicherheitsnormen nicht vollständig erfüllen und dennoch ein Prüfzeichen tragen. Diese Geräte stellen weniger eine Gefährdung für den Trainierenden dar, andere Personen können jedoch durch die schwingenden Griffe der Crosstrainer oder Quetsch- und Scherstellen verletzt werden. In jedem Fall sollte man vorbeugen. So haben kleine Kinder in der Nähe des Heimtrainers nichts zu suchen. ■

Weitere Tabelle auf Seite 80.

Ausgewählt, geprüft, bewertet

Im Test: 10 Crosstrainer und 5 Laufbänder.
Einkauf: August und September 2010.
Preise: Anbieterbefragung im Dezember 2010.

ABWERTUNGEN

Wenn die Anzeigengenauigkeit der Leistung ausreichend war, konnte Technische Prüfung maximal eine halbe Note besser sein. Bei ausreichender Sicherheit konnte das test-Qualitätsurteil maximal eine Note besser sein. Bei ausreichender mechanischer Sicherheit konnte das Gruppenurteil nicht besser sein. Waren PAK, Phthalate oder phenolische Verbindungen befriedigend oder schlechter, konnten Schadstoffe nicht besser sein. Waren Schadstoffe ausreichend, konnte das test-Qualitätsurteil maximal eine Note besser sein, bei mangelhaft konnte das Qualitätsurteil nicht besser sein.

TRAINIEREN: 45 %

Sieben Sportler beurteilten die Trainingsgeräte auf **Körperanpassung, Gleichförmigkeit der Bewegung, Widerstandsverstellung beim Trainieren, Funktion und Tragekomfort des Pulsmessers, Förderung der Trainingsmotivation, Anzeigen** sowie das **Geräusch** beim Trainieren, bei den Laufbändern auch das **Auf- und Absteigen** und **Notabstieg**.

HANDHABUNG: 20 %

Die Probanden und ein Experte begutachteten **Gebrauchsanleitung, Montage, Verstellen und Bedienen, Reinigung und Wartung, Lagerung und Transport**.

TECHNISCHE PRÜFUNG: 20 %

Mit kalibriertem Messgerät wurden geprüft: **Anzeigengenauigkeit** angelehnt an DIN EN 957, Teil 1 für stationäre Trainingsgeräte, Teil 6 (auch Entwurf) für Laufbänder und Teil 9 für Ellipsentrainingsgeräte und **Wiederauffindbarkeit der Leistungsstufen** bzw. **Einstellungen**. Im Praxistest geprüft: **Verschleiß, Entsorgung, Haltbarkeit, Schonung der Aufstellfläche**.

SICHERHEIT: 10 %

Mechanisch: Angelehnt an DIN EN 957 (s. o.) geprüft: Verletzungsgefahren für Nutzer und Dritte durch Quetsch- und Scherstellen, bewegliche Teile. Weiterhin: **Standstabilität beim Trainieren** und **elektrische Sicherheit**.

SCHADSTOFFE: 5 %

Handgriffe, Haltestangen und Zubehör wie Hanteln wurden auf **polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe (PAK)** angelehnt an ZEK 01.2-08, **Phthalate (Weichmacher)** und **phenolische Verbindungen** untersucht.



Crosstrainer mit Leistungsanzeige

**Kettler
CTR 3
800 Euro
GUT (1,9)**



Rundum gut. Crosstrainer mit ruhigem Lauf und guter Biomechanik. Hohe Anzeigengenauigkeit. Puls-messung auch mit Ohrclip. Nur Montage macht etwas Mühe.

**Kettler
Satura E
1 200 Euro
GUT (2,0)**



Gut und teuer. Angenehm beim Training und sicherer Crosstrainer. Gut verarbeitet und exakte Anzeige. Pulsmessung auch mit Ohrclip.

**Life Balance
Tuvalu
520 Euro
GUT (2,2)**



Gut und günstig. Angenehm beim Training. Der Computer ist aber etwas schwierig einzustellen. Brustgurt für Puls-messung inklusive.

+ test Crosstrainer

		Mit Leistungsanzeige						
	Gewichtung	Kettler CTR 3 ²⁾	Kettler Satura E ²⁾	Life Balance Tuvalu	Christopeit CXM 6	Reebok C 5.1e ²⁾³⁾	Sport Tiedje / Cardiostrong EX-30	Hammer Ventano Stressless
Mittlerer Preis in Euro ca.		800	1 200	520	500	600	700	480
+ test - QUALITÄTSURTEIL	100 %	GUT (1,9)	GUT (2,0)	GUT (2,2)	GUT (2,3)	BEFRIEDIGEND (2,8)	BEFRIEDIGEND (3,0)	MANGELHAFT (4,6)
TRAINIEREN	45 %	gut (1,8)	gut (2,1)	gut (2,2)	gut (2,3)	gut (2,3)	gut (2,3)	befried. (2,6)
Körperanpassung / Gleichmäßigkeit der Bewegung		+/+	+/+	+/+	+/+	+/+	+/+	+/+
Widerstandsverstellung beim Trainieren		+	+	○	+	+	+	+
Funktion und Tragekomfort des Pulsmessers		+	+	+	+	+	○	○
Förderung der Trainingsmotivation		+	+	+	+	+	+	○
Anzeigen / Geräusch		+/+	+/○	+/+	+/+	+/○	+/○	+/⊖
HANDHABUNG	20 %	gut (2,3)	gut (2,0)	gut (2,4)	befried. (2,6)	gut (2,5)	gut (2,4)	gut (2,4)
Gebrauchsanleitung		+	+	○	+	○	○	+
Montage		○	+	+	○	○	○	○
Verstellen und Bedienen		+	+	○	+	+	+	+
Reinigung und Wartung / Lagerung und Transport		+/+	+/+	+/+	○/+	+/+	+/+	+/+
TECHNISCHE PRÜFUNG	20 %	gut (1,7)	gut (1,6)	gut (2,0)	gut (1,9)	gut (1,6)	befried. (3,2)	befried. (3,4)
Anzeigengenauigkeit Leistung / Drehzahl und Puls		+/+	+++	+/+	+/+	+++	⊖ ^{*)} /+	⊖ ^{*)} /+
Wiederauffindbarkeit der Leistungsstufen		++	++	+	++	++	++	○
Verschleiß, Entsorgung / Haltbarkeit		+/+	+/+	+/+	+/+	+/+	○/+	+/+
Schonung der Aufstellfläche		+	+	+	○	+	+	+
SICHERHEIT	10 %	gut (2,1)	gut (2,1)	gut (2,3)	gut (2,4)	befried. (2,6)	ausreich. (4,0)^{*)}	befried. (2,8)
Mechanische Sicherheit		+	+	+	+	○	⊖ ^{*)}	○
Elektrische Sicherheit		+	+	+	+	+	+	+
Standsicherheit beim Trainieren		++	+	+	+	○	+	○
SCHADSTOFFE IN DEN GRIFFEN	5 %	sehr gut (1,1)	sehr gut (1,0)	befried. (2,6)	sehr gut (1,1)	ausreich. (3,8)^{*)}	sehr gut (1,1)	mangelh. (4,6)^{*)}
Polzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe (PAK)		++	++	○ ^{*)}	++	○	++	- ^{*)}
Phthalate (Weichmacher)		++	++	++	++	⊖ ^{*)}	++	++
Phenolische Verbindungen		++	++	++	++	++	++	○
AUSSTATTUNG / TECHNISCHE MERKMALE								
Länge x Breite x Höhe im Betriebszustand in cm		145 x 57 x 152	168 x 59 x 160	137 x 54 x 150	150 x 66 x 157	134 x 60 x 164	115 x 52 x 156	145 x 62 x 166
Gewicht in kg ca.		68	76	51	51	48	69	45
Maximal zulässiges Benutzergewicht in kg ¹⁾		150	150	150	150	150	K. A.	130
Maximaler Leistungsbereich in Watt oder Stufen		400 W	400 W	Drehzahlabhängig	350 W	400 W	Drehzahlabhängig	260 W
Pulsmessung mit Brustgurt / Ohrclip / Handschalen		■/■/■	■/■/■	■/□/■	■/□/■	■/□/■	■/□/■	■/□/■
Watt- / Puls-gesteuerte Programme		■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■	■/■
PC-Schnittstelle (USB)		■	■	□	□	□	□	□

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:

+++ = Sehr gut (0,5–1,5). ++ = Gut (1,6–2,5).
○ = Befriedigend (2,6–3,5). ⊖ = Ausreichend (3,6–4,5).
– = Mangelhaft (4,6–5,5).

Bei gleichem Qualitätssurteil Reihenfolge nach Alphabet.

*) Führt zur Abwertung (siehe „Ausgewählt ...“ auf Seite 79).
■ = Ja. □ = Nein. ■ = Optional. K. A. = Keine Angabe.

1) Laut Anbieter.

2) Laut Anbieter Gebrauchsanleitung geändert.

3) Laut Anbieter Griffe geändert.

**Christopeit
CXM 6
500 Euro**

GUT (2,3)

Klassisch. Günstiger Crosstrainer mit vielen guten Eigenschaften. Schrittlänge ist aber etwas kurz. Aufwendige Elektronik. Abstriche bei Montage, Reinigung, Wartung.



**Reebok
C 5.1e
600 Euro**

BEFRIEDIGEND (2,8)

Genau. Crosstrainer mit rundem Lauf und genauer Anzeige. Leichte Defizite bei der mechanischen Sicherheit. Schadstoffe (Phthalate) in den Griffen.



**Sport Tiedje /
Cardiostrong EX-30
700 Euro**

BEFRIEDIGEND (3,0)

Vielseitig. Stabiles Gerät mit vielen Einstellmöglichkeiten. Schwächen bei der Anzeigengenauigkeit und bei der mechanischen Sicherheit: Griffenden sind zu dünn.



Crosstrainer ohne Leistungsanzeige

Ohne Leistungsanzeige

Finnlo Loxon Stressless	Karstadt / Alex X 3.7	Stamm Bodyfit Q 900
780	299	400
GUT (2,2)	BEFRIEDIGEND (3,0)	BEFRIEDIGEND (3,0)
gut (2,2)	befried. (2,7)	befried. (2,8)
+/+	+/0	+/0
+	+	+
+	+	+
+	0	0
0/+	0/+	0/0
gut (2,0)	gut (2,2)	gut (2,4)
+	+	+
+	++	0
+	+	0
+/+	0/+	+/+
gut (2,0)	gut (2,2)	gut (2,1)
Entfällt/+	Entfällt/+	Entfällt/+
+	+	+
+/+	+/+	+/+
+	0	0
gut (2,1)	ausreich. (4,0)*	ausreich. (4,0)*
+	⊖*	⊖*
+	Entfällt	Entfällt
+	+	0
befried. (2,9)	sehr gut (1,1)	befried. (3,3)
0*	++	++
++	++	++
++	++	0*
144 x 61 x 161	130 x 60 x 163	113 x 59 x 166
61	46	43
150	120	130
20. Stufe	8. Stufe	8. Stufe
■/□/■	□/□/■	■/□/■
□/■	□/□	□/□
□	□	□

Anbieter siehe Seite 96.

**Hammer Ventano
Stressless
480 Euro**

MANGELHAFT (4,6)

Belastet, ungenau. Sauber verarbeitetes Gerät. Der Verstellmotor ist aber laut, die Anzeigen sind ungenau. Schadstoffe (PAK) in den Griffen.



**Finnlo Loxon
Stressless
780 Euro**

GUT (2,2)

Teuer. Einfach zu bedienendes Gerät mit rundem Lauf. Bis auf leichte Schwächen bei den Anzeigen rundum gut. Vergleichsweise sehr teurer Crosstrainer ohne Leistungsanzeige.



**Karstadt /
Alex X 3.7
299 Euro**

BEFRIEDIGEND (3,0)

Preiswert. Günstiges Gerät, das keinen Stromanschluss braucht und einfach zu verstellen ist. Schwächen bei der mechanischen Sicherheit: Griffenden sind zu dünn.



**Stamm Bodyfit
Q 900
400 Euro**

BEFRIEDIGEND (3,0)

Klein. Einfaches, sehr kleines Gerät, das nur kurze Schritte erlaubt. Mechanische Leistungseinstellung. Schwächen in der mechanischen Sicherheit. Brustgurt für Pulsmessung inklusive.



Outlook-Kurse Seite 18–19

FWZ Freiburger Weiterbildungszentrum Frau und Technik
Günterstalstr. 17
79102 Freiburg
Tel. 07 61/288592
Fax 07 61/288502
www.fwz-freiburg.de

IHK zu Düsseldorf
Ernst-Schneider-Platz 1
40212 Düsseldorf
Tel. 02 11/172430
Fax 02 11/724339
www.duesseldorf.ihk.de

VHS Treptow-Köpenick
Baumschulenstr.
79–81, 12437 Berlin
Tel. 030/902974055
Fax 030/902974050
www.vhs-treptow-koepenick.de

VHS Wiesbaden
Alcide-de-Gasperi-Str. 4–5
65197 Wiesbaden
Tel. 06 11/988900
Fax 06 11/988200
www.vhs-wiesbaden.de

Sliepinlagen Seite 29–33

Aldi (Nord)/Satessa
Postfach 130110
45291 Essen
Tel. 02 01/85930
Fax 02 01/859338
www.aldi-nord.de

Aldi (Süd)/Olivia
Postfach 100152
45401 Mülheim a.d.R.
Tel. 02 08/99270
Fax 02 08/99273610
www.aldi-sued.de

Alldays
Procter & Gamble
65824 Schwalbach/Ts.
Tel. 06196/8901
Fax 06196/894708
www.procterundgamble.de

Camelia
Kimberly-Clark
Rheinstr. 4 N
55116 Mainz
Tel. 06131/6070
Fax 06131/607228
www.camelia.de

Carefree
Johnson & Johnson
Postfach 210465
41430 Neuss
Tel. 01803/030484
Fax 02137/9362333
www.jnjgermany.de

Cosmea
W. Pelz
Willy-Pelz-Str. 8
23812 Wahlstedt
Tel. 04554/710
Fax 04554/71345
www.pelzgroup.de

dm/Jessa
Postfach 100233
76232 Karlsruhe
Tel. 07 21/55920
Fax 07 21/552213
www.dm-drogeriemarkt.de

Edeka/elkos women
22291 Hamburg
Tel. 040/6370
Fax 040/6377425
www.edeka.de

Kaufland/K Classic Solena

Rötelsstr. 35
74172 Neckarsulm
Tel. 01802/010080
Fax 07132/946124
www.kaufland.de

Lidl/Siempre
Stiftsbergstr. 1
74167 Neckarsulm
Tel. 0800/4353361
Fax 07132/942236
www.lidl.de

Müller/Duchesse
89068 Ulm-Jungingen
Tel. 07 31/1740
Fax 07 31/174174
www.mueller.de

Natracare
Bodywise
Unit G, 7A4 Business
Centre, Victoria Road,
Avonmouth, Bristol
BS11 9DB
Grossbritannien
Tel. 0044/117/
9823492
Fax 0044/117/
9823489
www.natracare.com

Netto Marken-Discount/Sophie
Postfach 1180
93139 Maxhütte-
Haidhof
Tel. 094 71/3200
Fax 094 71/320149
www.netto-online.de

Norma/Floriola
Heisterstr. 4
90441 Nürnberg
Tel. 09 11/97390
Fax 09 11/7593590
www.norma-online.de

Penny/Nathalie
50603 Köln
Tel. 01803/331010
Fax 0221/1499000
www.penny.de

Rewe
50603 Köln
Tel. 0221/14900
Fax 0221/1499000
www.rewe-group.com

Rossmann/facelle
Isernhägener Str. 16
30938 Burgwedel
Tel. 05139/8980
Fax 05139/8984297
www.rossmann.de

Schlecker/Doucelyn
Talstr. 14
89584 Ehingen
Tel. 07391/5841846
Fax 07391/58481846
www.schlecker.com

**Monitore
Seite 36–41**

Acer
22923 Ahrensburg
Tel. 0800/2244999
Fax 0800/2244998
www.acer.de

Asus
Harkortstr. 21–23
40880 Ratingen
Tel. 01805/010920
Fax 02102/959911
www.asus.de

BenQ
Essener Str. 5
46047 Oberhausen
Tel. 09001/236733
Fax 0208/4094299
www.benq.de

Dell

Unterschweinstiege 10
Main Airport Center
60549 Frankfurt/M.
Tel. 0800/3355661
Fax 069/348248000
www.dell.de

Fujitsu

Mies-van-der-
Rohe-Str. 8
80807 München
Tel. 01805/372100
Fax 01805/372200
http://de.ts.
fujitsu.com

Hanns.G

Hannspree
Mollisfeld 2
40670 Meerbusch
Tel. 02159/814570
Fax 02159/81457120
www.hannspree.com/
eu/de

Hewlett Packard

Postfach 1430
71004 Böblingen
Tel. 01805/326222
Fax 01805/316122
www.hp.com/de

iiyama

Werner-von-
Siemens-Str. 4
85296 Rohrbach/Ilm
Tel. 08442/96290
Fax 08442/962930
www.iiyama.com/de

LG

Postfach 244
47856 Willich
Tel. 01805/473784
Fax 02154/428799
www.lg.de

Packard Bell

Acer Computer
Packard Bell Division
Kornkamp 4
22926 Ahrensburg
Tel. 04102/4880
www.packardbell.de

Philips

VUD
Humboldtstr. 8
85609 Dornach
bei München
Tel. 0800/007520
www.philips.de

Samsung

Am Kronberger Hang 6
65824 Schwalbach/Ts.
Tel. 01805/7267864
Fax 01805/121214
www.samsung.de

Fernseher vernetzen Seite 42–44

Apple

Arnulfstr. 19
80335 München
Tel. 0800/2000136
Fax 089/99640180
www.apple.de

AVM

Alt-Moabit 95
10559 Berlin
Tel. 030/399760
Fax 030/3997699
www.avm.de

Verbatim

Düsseldorfer Str. 13
65760 Eschborn
Tel. 06196/90010
Fax 06196/900120
www.verbatim.de

Multimedia- festplatten Seite 45–47

Emtec

Peter-Sander-Str. 13
55252 Mainz-Kastel
Tel. 06134/5670
Fax 06134/56755
www.emtec-
international.com

Fantec

Billwerder
Billdeich 605 B
21033 Hamburg
Tel. 040/7309283
Fax 040/72692898
www.fantec.de

Lacie

Am Kesselhaus 5
79576 Weil am Rhein
Tel. 07621/1617901
Fax 07621/1617901
www.lacie.com/de

Me2

Witter
Hofweg 12
94513 Schönberg
Tel. 08554/96140
Fax 08554/96145
www.me2-
electronic.eu

Memup

Salzufer 15/16
10587 Berlin
Tel. 030/319804189
Fax 030/319804182
www.memup.de

Raidsonic

Kurt-Fischer-Str. 50
22926 Ahrensburg
Tel. 04102/468900
Fax 04102/468901
www.raidsonic.de

Western Digital

Karl-Hammer-
schmidt-Str. 40
85609 Aschheim
Tel. 089/9220060
Fax 089/92200659
www.wdc.com/de

Bildbearbeitung Seite 52–56

ACD Systems

Globell B.V.
Noorderpoort 28
5916 PJ Venlo
Niederlande
Tel. 0031/77/3068100
Fax 0031/77/3068130
http://de.acdsee.com

Adobe

Ohmstr. 1
85716 Unter-
schleißheim
Tel. 089/31705287
Fax 089/31705705
www.adobe.de

Computerinsel

Zur Limestherme 4
93333 Neustadt
a.d. Donau
Tel. 09445/953140
Fax 09445/953169
www.pi32.de

Corel

Edisonstr. 6
85716 Unter-
schleißheim
Tel. 0800/1016079
Fax 089/32173100
www.corel.de

Gimp

www.gimp.org

Google

ABC-Str. 19
20354 Hamburg
Tel. 040/808179000
Fax 040/49219194
http://picasa.google.de

Magix

Friedrichstr. 200
10117 Berlin
Tel. 030/2939200
Fax 030/2939200
www.magix.de

Paint.net

www.getpaint.net

Serif

Avanquest
Sckellstr. 6
81667 München
Tel. 089/7909790
Fax 089/7909791
www.avanquest.com

Zoner

Jürgen Jakob Soft-
wareentwicklung
Robert-Bosch-
Breite 10 b
37079 Göttingen
Tel. 0551/3056040
Fax 0551/30560455
www.free.zoner.com
www.jakobsoftware.de

Schnelltest Sony Systemcamcorder Seite 57

Sony

Kemperplatz 1
10785 Berlin
Tel. 01805/252586
Fax 01805/252587
www.sony.de

Nähmaschinen Seite 60–65

AEG

SDC Vertrieb
Mittelweg 12
76751 Jockgrim
Tel. 07271/93370
Fax 07271/933710
www.sdc-aeg.de

Bernina

Seestr. 161
8266 Steckborn
Schweiz
Tel. 0041/52/762111
Fax 0041/52/7621602
www.de.bernina.com

Brother

Im Rosengarten 14
61118 Bad Vilbel
Tel. 06101/98140
Fax 06101/98142299
www.brothersewing.eu

Elna

Zur Osterheide 18
24634 Padenstedt
Tel. 04321/5562178
Fax 04321/5562179
www.elna.com

Medion

Am Zehnthof 77
45307 Essen
Tel. 01805/633633
Fax 01805/665566
www.medion.com

Naumann

Crown Technics
Lerchenstr. 2
74226 Nordheim
Tel. 07133/9014376
Fax 07133/9014378

Pfaff

VSM
An der RaumFabrik 34
76227 Karlsruhe
Tel. 0721/40010
Fax 0721/400153
www.pfaff.com

Silvercrest

Lidl Stiftung
Stiftsbergstr. 1
74167 Neckarsulm
Tel. 0800/4353361
Fax 07132/942236
www.lidl.de

Singer

siehe Pfaff
www.singer.deutsch-
land.de

Toyota

Aisin Europe
Donaufelder Str.
101/5/1
1210 Wien
Österreich
Tel. 0043/1/81206330
Fax 0043/1/
812063311
www.aisin.at

Matratzen Seite 66–70

allnatura

Am Flugplatz 2
73540 Heubach
Tel. 07173/71690
Fax 07173/716929
www.allnatura.de

Anette Rummel

Postfach 1649
91406 Neustadt
a.d. Aisch
Tel. 09161/8800
Fax 09161/880119
www.rummel-
matratzen.de

Badenia

Niederschopf-
heimer Str. 1
77948 Friesenheim-
Oberschopfheim
Tel. 07808/890
Fax 07808/89189
www.badenia-bett-
comfort.de

Breckle

Matratzenfabrik
Lange Lage 6–8
37154 Northeim
Tel. 05551/60970
Fax 05551/609793
www.breckle.de

Diamona

Hermann Koch
Daimlerstr. 19
38446 Wolfsburg
Tel. 05361/85020
Fax 05361/54888
www.diamona.de

f.a.n.

frankenstolz schlaf-
komfort, H. Neumeyer
Postfach 100607
63704 Aschaffenburg
Tel. 06021/7080
Fax 06021/76479
www.frankenstolz.de

Hukla

Postfach 1284
77718 Gengenbach
Tel. 07803/9310
Fax 07803/9311485
www.hukla.de

Hülsta

Karl-Hülst-Str. 1
48703 Stadtlöhn
Tel. 02563/860
Fax 02563/861417
www.huelsta.de

Ikea/Sultan

Am Wandersmann 2–4
65719 Hofheim
am Taunus
Tel. 01805/353435
Fax 01805/353436
www.ikea.de

Malie

Mecklenburgisches
Matratzenwerk
Gewerbegebiet 1
19417 Warin
Tel. 038482/6310
Fax 038482/63112
www.malie-
matratzen.de

MFO

Matratzen
Factory Outlet
Max-Planck-Str. 1
50189 Elsdorf/Rheinl.
Tel. 02274/92290
Fax 02274/922956
www.mfo-matratzen.de

Panther

Königsallee 106
40215 Düsseldorf
Tel. 02 11/3012292
Fax 02 11/30122200
www.panther-schlaf-
systeme.de

Ruf

Im Wöhr 1
76437 Rastatt
Tel. 07222/5070
Fax 07222/507207
www.ruf-betten.de

Schlarffia

Recticel Schlafkomfort
Schlarffiastr. 1–10
44867 Bochum
Tel. 02327/3250
Fax 02327/325108
www.schlarffia.de

Winkle

Erich Winkle
Polsterbetten
Dorfstr. 44 c
08439 Langenhessen
Tel. 03761/18120
Fax 03761/75125
www.winkle-sleepline.de

Heimtrainer Seite 76–81

Christopeit

Top-Sports Gilles
Friedrichstr. 55
42551 Velbert
Tel. 02051/60670
Fax 02051/606744
www.christopeit-
sport.com

Finnlo

siehe Hammer

Hammer

Von-Liebig-Str. 21
89231 Neu-Ulm
Tel. 0713/974880
Fax 0713/9748840
www.hammer.de

Horizon Fitness

Style Fitness
Europaallee 51
50226 Frechen
Tel. 02234/9997100
Fax 02234/9997200
www.stylefitness.de

Karstadt/Alex

Karstadt Warenhaus
45119 Essen
Tel. 0201/7271
Fax 0201/7275216

Kettler

Hauptstr. 28
59463 Ense-Parsit
78224 Singen/
Hohentwiel
Tel. 07731/87830
Fax 07731/878381
www.sanatur.de

Wilco

Alois-Wolffmüller-Str. 8
80939 München
Tel. 089/3242620
Fax 089/3242622

Reebok

GreenFitness
Am Schlag 5
65549 Limburg a. d. Lahn
Tel. 06431/584870
Fax 06431/5848799
www.reebokfitness.de

Sport Tiedje/ Cardiostrong

Flensburger Str. 55
24837 Schleswig
Tel. 0800/2020277
Fax 04621/4210699
www.sport-tiedje.de

Stamm

Sport + Freizeit
An der Nordheide 19
51645 Gummersbach
Tel. 02261/5470
Fax 02261/54747
www.stamm-online.de

Strengthmaster siehe Sport Tiedje

Algenpräparate Seite 84–87

Verbraucherinstitutionen

Verbraucherzentrale Bundesverband (vzbv)

Markgrafenstr. 66
10969 Berlin
Tel. 030/25 80 00
info@vzbv.de, www.vzbv.de

DHB-Netzwerk Haushalt.

Berufsverband der Haushaltsführenden

Coburger Str. 19
53113 Bonn
Tel. 02 28/23 77 18
www.hausfrauenbund.de

VerbraucherService Bayern im KDFB

Landesgeschäftsstelle

Dachauer Str. 5, 80335 München
Tel. 089/59 62 78
muenchen@verbrauerservice-bayern.de

Beratungsstellen:

86152 Augsburg, Ottmarsgässchen 8
Tel. 08 21/15 70 31
augsburg@verbrauerservice-bayern.de

96047 Bamberg, Grüner Markt 14

Tel. 09 51/20 25 06
bamberg@verbrauerservice-bayern.de

93413 Cham, Obere Regenstr. 15

Tel. 09 97/16 75 53
cham@verbrauerservice-bayern.de

86609 Donauwörth, Münsterplatz 4

Tel. 09 06/82 14

91391 Forchheim, Sattlerstorstr. 5

Tel. 09 19/16 46 89

85049 Ingolstadt, Kupferstr. 24

Tel. 08 41/95 15 99 90
ingolstadt@verbrauerservice-bayern.de

85375 Neufahrn, Bahnhofstr. 32

Tel. 081 65/60 7 48
verbraucher@neufahrn.de

94032 Passau, Ludwigsplatz 4/1

Tel. 08 51/36 2 48
passau@verbrauerservice-bayern.de

93047 Regensburg, Frauenbergl 4

Tel. 09 41/5 16 04
regensburg@verbrauerservice-bayern.de

92421 Schwandorf,

Spitalgarten 1 (neues Rathaus),
Tel. 09 431/4 52 90
schwandorf@verbrauerservice-bayern.de

83278 Traunstein, Bahnhofstr. 1

Tel. 08 61/6 09 08
traunstein@verbrauerservice-bayern.de

97070 Würzburg, Bahnhofstr. 4–6

Tel. 09 31/30 50 80
wuerzburg@verbrauerservice-bayern.de

VerbraucherService im

Katholischen Deutschen Frauenbund

Bundesgeschäftsstelle

Kaesenstr. 18
50677 Köln
Tel. 02 21/86 09 20
bundesverband@frauenbund.de
www.frauenbund.de

Aktion Bildungsinformation

Verbraucherschutz in Bildungsfragen

Lange Str. 51
70174 Stuttgart
Tel. 07 11/22 02 16 30
info@abi-ev.de, www.abi-ev.de

Verbraucherzentralen

Baden-Württemberg

Paulinenstr. 47
70178 Stuttgart
Tel. 07 11/66 91 10, info@vz-bw.de, www.vz-bw.de

Bayern

Mozartstr. 9
80336 München
Tel. 089/53 98 70, info@vzbayern.de
www.verbraucherzentrale-bayern.de

Berlin

Hardenbergplatz 2
10623 Berlin
Tel. 030/21 48 50
mail@verbraucherzentrale-berlin.de
www.verbraucherzentrale-berlin.de

Brandenburg

Templiner Str. 21
14473 Potsdam
Tel. 03 31/29 87 10, info@vzb.de, www.vzb.de

Bremen

Altenweg 4
28195 Bremen
Tel. 04 21/16 07 77, Fax 04 21/1 60 77 80
info@verbraucherzentrale-Bremen.de
www.vz-hb.de

Hamburg

Kirchenallee 22
20099 Hamburg
Tel. 040/24 83 20, Fax 040/24 83 22 90
info@vzh.de, www.vzh.de

Hessen

Große Friedberger Str. 13–17
60313 Frankfurt/M.
Tel. 01 80 5/97 20 10
vzh@verbraucher.de, www.verbraucher.de

Mecklenburg-Vorpommern

Strandstr. 98, 18055 Rostock
Tel. 03 81/2 08 70 50
info@nvzmv.de, www.nvzmv.de

Niedersachsen

Herrenstr. 14
30159 Hannover
Tel. 05 11/91 19 60, info@vzniedersachsen.de,
www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de

Nordrhein-Westfalen

Mintropstr. 27, 40215 Düsseldorf
Tel. 02 11/3 80 90
vz.nrw@vz-nrw.de, www.vz-nrw.de

Rheinland-Pfalz

Seppe-Glückert-Passage 10
55116 Mainz
Tel. 06 31/2 84 80
info@vz-rlp.de, www.vz-rlp.de

Saarland

Trierer Str. 22 (Haus der Beratung)
66111 Saarbrücken
Tel. 06 81/9 27 36 79
vz-saar@vz-saar.de, www.vz-saar.de

Sachsen

Brühl 34–38
04109 Leipzig
Tel. 03 41/69 62 90, vzs@vzs.de,
www.verbraucherzentrale-sachsen.de

Sachsen-Anhalt

Steinbockgasse 1, 06108 Halle
Tel. 03 45/2 98 03 29
vzsa@vzsa.de, www.vzsa.de

Schleswig-Holstein

Andreas-Gayk-Str. 15
24103 Kiel
Tel. 04 31/59 09 90, info@verbraucherzentrale-sh.de,
www.verbraucherzentrale-sh.de

Thüringen

Eugen-Richter-Str. 45
99085 Erfurt
Tel. 03 61/55 51 40
info@vzth.de, www.vzth.de

Stiftung
Warentest



Herausgeber und Verlag

Stiftung Warentest, Lützowplatz 11–13, 10785 Berlin,
Postfach 30 41 41, 10724 Berlin.
Telefon: 0 30/26 31-0, Telefax: 0 30/26 31 27 27
Internet: www.test.de
Postbank Berlin, Konto: 306 02 100/BLZ 100 100 10

Verwaltungsrat

Prof. Dr. Karl-Heinz Fezer (Vorsitzender),
Volker Angres, Gerd Billen, Prof. Dr. Manfred Hennecke,
Dr. Günter Mächler, Prof. Dr. Andreas Oehler, Prof. Dr. Lucia Reisch

Kuratorium

Dr. Günter Hörmann (Vorsitzender),
Dr. Thomas Förster, Christoph Hahn, Dr. Sven Hallscheidt, Dr. Jutta Harre,
Prof. Dr. Heinrich Heidt, Wolfgang Hellhake, Dr. Markus Hild, Prof. Dr. Herbert
Kubicek, Sigrid Lewe-Esch, Dr. Stefanie Märzheuser, Dr. Klaus Mayer,
Klaus Müller, Prof. Dr. Friedrich Wilhelm Schwartz, Prof. Dr. Achim Stiebing,
Cornelia Tausch, Dr. Ralph Walther, Prof. Dr. Reiner Wittkowski

Vorstand

Dr. Werner Brinkmann

Weiteres Mitglied der Geschäftsleitung

Hubertus Primus (Bereichsleiter Publikationen)

Untersuchungen

Dr. Holger Brackemann (Bereichsleiter)

Produkttests I

Jürgen Nadler (Leiter); Projektleiter: Dr. Markus Bautsch, Jenny Braune,
Dr. Dirk Lorenz, Marcus Pritsch, Dr. Bernd Schwenke, Simone Vintz,
Dr. Kirstin Wohlfart, Marktanalyse und Projektassistenz: Heike Clemens,
Thomas Grund, Lutz Konzag, Danielle Leven

Produkttests II

Elke Gehrke (Leiterin); Projektleiter: Hans-Peter Brix, Christiane Böttcher-
Tiedemann, Renate Ehrnspenger, Dr. Konrad Giersdorf, Henry Göriltz,
Martin Hofmann, Dr. Dagmar Saurbier, Dr. Peter Schick, Dr. Achim Schröder,
Jörg Siebolds; Marktanalyse und Projektassistenz: Ingo Bengelsdorf,
Toralf Hainisch, Wolfgang Lerch, Yvonne Sanguinette, Michael Vogt

Produkttests III

Dr. Ursula Loggen (Leiterin); Projektleiter: Katrin Andruschow,
Dr. Heike Dieckmann, Dr. Birgit Luther, Sabine Melz, Christiane Nientimp,
Dr. Birgit Rehleder, Anke Scheiber, Janine Schlenker, Dr. Gunnar Schwan,
Dr. Jochen Wetzach; Marktanalyse und Projektassistenz: Michaela Backhus,
Julia Leise, Harry Mallok, Anngret Plock, Nada Quenzel, Gabriele Scheefe
Verifikation: Sibylle Bürgel, Claudia Gaca, Susanne Neunzerling, Hartmut Schäfer
Preiserhebungen: Manfred Groß; Prüfmustereinkauf: Dirk Weinberg
Finanz- und Umweltanalyse: Anngret Jende, Simone Lindemann
Internationales Sekretariat: Dr. Heinz Willnat

Weiterbildungstests

Projektleitung: Dr. Michael Cordes, Sandra Mämecke, Alfred Töpfer;
Verifikation: Dr. Anett Brauner; Marktanalyse und Projektassistenz: Benjamin
Barkmeyer, Johanna Keske-Fouda, Andrea Kiesner

Marketing, Leserservice und Vertrieb

Jens-Peter Liedtke (Bereichsleiter); Vertrieb Zeitschriften: Frank Beich (Ltg.);
ZENIT Pressevertrieb GmbH, Julius-Hölder-Straße 47,
70597 Stuttgart, Tel. 07 11/7 25 21 90, Fax 07 11/7 25 23 40

Presse

Heike van Laak (Leiterin), Ute Bränzel, Bettina Dingler, Petra Rothbart

Redaktion test

Hubertus Primus (verantwortlich)

Peter Gurr

Chefredakteur

Stellvertretender Chefredakteur

Marina Pauly

Textchefin

Ernährung, Kosmetik, Gesundheit

Isabella Eigner (Leitung), Ina Bockholt-Lippe, Ursula Lüders,
Nicole Merbach, Merle Schonvogel, Swantje Waterstraat
Internationales Sekretariat: Ursula Falkenstein, Dr. Bettina Sauer

Computer, Telefon, Bild, Ton

Henning Withöft (Leitung), Peter Knaak, Svenja Markert,
Herbert Noll, Michael Wolf

Haushalt, Garten, Freizeit, Verkehr

Lothar Beckmann (Leitung), Brigitte Kluth-Kosnik, Michael Koswig,
Thomas Müller, Falk J. Murko, Jürgen Tewes
Geld, Recht: Michael Bruns

Weiterbildung

Nina Gerstenberg (Leitung), Christina Engel, Alrun Jappe
Redaktionsassistenz: Britta Ossig-Moll, Christine Jannack, Ina Schiemann

Grafik

Nina Mascher (Art Direction), Susanna Donau, Katja Späth,
Beate Theill, Susann Unger

Bildredaktion

Kerstin Babrikowski, Margrit Porzelt, Gabriele Theune

Produktion

Catrin Knaak, Martin Schmidt, Yuen Men Cheung

Produktfotos

Ralph Kaiser, Michael Haase

Verlagsherstellung

Rita Brosius (Leitung), Susanne Beeh

Litho

tiff.any GmbH Berlin

Druck

Umschlag: KonradinHeckel Nürnberg; Bestellkarte: Offsetdruck Nürnberg;
Innentitel: PRINOVIS Nürnberg

Abonnement

Jahresabonnement Inland: 47,50 Euro (inklusive gesetzlicher MwSt. und
Versandkosten); Jahresabonnement Ausland: Euro-Länder 47,50 Euro,
Schweiz 87,60 sfr., andere Länder 53,50 Euro
Preis für das Einzelheft: 4,50 Euro (inklusive gesetzlicher MwSt.)
Auslandspreis für das Einzelheft: 4,50 Euro / 8,50 sfr
(bei Postzustellung zuzüglich Porto)

ISSN

0040-3946

Bildnachweis

Titel: Getty Images / Riser / Thomas Northcut

Rücktitel: Getty / C. Baigt; Thinkstock

Fotos: Ralph Kaiser; Michael Haase; H. Thost; Westfälische Wasser- und Umwelt-
analytik (S. 85); Sport Tietje (S. 77); BMW AG (S. 93)

Editorial: Anke Jacob

Infografiken: Kati Hammling / www.ktgrafix.de

Rechte: Alle in test veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Das
gilt auch gegenüber Datenbanken und ähnlichen Einrichtungen. Die Reproduktion –
ganz oder in Teilen – durch Nachdruck, fototechnische Vervielfältigung oder andere
Verfahren – auch Auszüge, Bearbeitungen sowie Abbildungen – oder die Übertra-
gung in eine von Maschinen, insbesondere Datenverarbeitungsanlagen verwendbare
Sprache oder die Einspeisung in elektronische Systeme bedarf der vorherigen
schriftlichen Zustimmung des Verlags. Alle übrigen Rechte bleiben vorbehalten.

Tarife der Servicenummern

Die Preise gelten für Anrufe aus dem deutschen Festnetz. Die Kosten aus dem Mobilfunknetz über-
schreiten 42 Cent pro Minute oder 60 Cent pro Anruf nicht überschreiten.

0 800 Kostenfrei. 0 180 3 9 Cent/Min. 0 180 3 9 Cent/Min.
0 180 1 3,9 Cent/Min. 0 180 5 14 Cent/Min.
0 180 2 6,0 Cent/Anruf. 0 900 1 Hier können Kosten von 49 bis 124 Cent/Min. entstehen.