

Schneller erfassen

Lesetechniken Flotter lesen – ohne Einbuße beim Textverständnis. Das kann mit speziellen Übungen klappen. Im Test siegt das günstigste Produkt, eine App für knapp 3 Euro.

Unser Rat

Schneller zu lesen, das lässt sich lernen – am besten mit der App **Heku IT** für 2,99 Euro. Das Tool fürs Smartphone kostet wenig und ist immer und überall einsatzbereit. Es bietet viele kleine Lernportionen mit Spaßfaktor zum Üben der Lesetechniken. Gut lernen kann man auch im Kurs von **Improved Reading**. Vorteile: Ein Dozent leitet an, und es gibt Austausch mit der Gruppe. Das hat mit 590 Euro allerdings auch seinen Preis.

Die Gelegenheit lässt sie sich nicht entgehen. Marina Pauly meldet sich prompt, als die Stiftung Warentest im eigenen Haus nach Teilnehmern für Schnellese-Trainings sucht. Sie arbeitet als Textchefin für test.

Auch die Psychologin Caro Wolter* macht gerne mit. Sie ist im Probandenpool der Weiterbildungstester registriert. Ihr Wunsch: Fachartikel und Tagespresse rascher lesen zu können. „In Gedanken schweife ich oft ab und muss Textstellen mehrmals lesen.“ Doch noch ist sie skeptisch, ob das Schnellese wirklich funktionieren kann, ohne dass sie als Leserin dabei Wichtiges übersieht.

* Name von der Redaktion geändert.

88 Schnellese-Schüler machen mit Beide Frauen sind ideale Probandinnen für den Test von Angeboten, die versprechen, das Lesetempo zu steigern. Die Stiftung Warentest hat sie und 86 weitere interessierte Lesefreunde rekrutiert, um zu untersuchen, wie wirksam die Lernangebote sind. Im Test: eine App, ein Onlinekurs, je eine CD-Rom und DVD, zwei Präsenzkurse. Ergebnis: Alle sechs Schnellese-Trainings erhöhen das Lesetempo, teils jedoch mit leichten Einbußen beim Textverständnis.

Sieger ist das mit weitem Abstand günstigste Angebot: Schneller lesen, mehr behalten von Heku IT, eine Smartphone- ▶

Blickbewegungen beim Lesen

Das Auge hüpfet und springt

Der Blick wandert beim Lesen nicht fließend über die Zeilen, er hüpfet oft von Wort zu Wort. So lernen es Kinder in der Schule. Schnellese-Techniken helfen, die Bremsen zu lockern (S. 2).

Vorwärtssprung. Die Augen bewegen sich in kleinen Sprüngen über die Zeilen. Der Blick hüpfet immer etwa acht Buchstaben weiter.

Fixation. Der Blick bleibt immer wieder an bestimmten Punkten haften. Nur während dieser Phase verarbeitet das Gehirn Informationen.

Zeilen-sprung. Am Ende jeder Zeile macht der Blick einen Riesensatz zurück nach links und muss den Anfang der nächsten Zeile finden.

Rückwärtssprung. Die Augen springen gelegentlich zurück, etwa wenn der Text schwer verständlich oder der Leser abgelenkt ist.



Geübt. Auch Textchefin Marina Pauly trainierte mit.




Diese Techniken funktionieren am besten

Wie sich das Lesetempo steigern lässt

Rücksprünge vermeiden. Schweifen die Gedanken ab, muss der Leser im Text zurückspringen und Passagen noch einmal lesen. Das kostet Zeit. Schnelllese-Schüler trainieren das Vorwärtslesen. Apps, Onlinekurse, CDs, DVDs unterstützen es mit technischen Mitteln. Das funktioniert auch, wenn der Leser seine Lektüre mithilfe des Mauszeigers auf dem Bildschirm, eines Stifts oder Fingers auf Papier verfolgt. Nach vorn zu sehen geht umso besser, je schneller man liest. Der Leser muss sich stark konzentrieren – es bleibt keine Zeit abzuschweifen. Nicht alle Rücksprünge sollten unterdrückt werden. Manche sind notwendig, um schwierige Texte zu verstehen.

Sinngruppen erfassen. Beim Lesen springt der Blick über die Zeile. Das ist an kleinen ruckartigen Bewegungen zu erkennen, wenn man einem Lesenden in die Augen sieht. Der Blick macht bei „Normallesern“ häufiger Halt, als notwendig wäre. Das Auge kann nämlich mühelos mehrere Wörter gleichzeitig erfassen. Das spart beim Lesen viel Zeit. Zu üben, mehrere Wörter auf einmal wahrzunehmen, sie als Sinngruppe zu sehen, ist vermutlich die wirksamste Technik zur Lesebeschleunigung. „Effiziente Leser erkennen zusammengehörige Wörter mit einem Blick. Das muss man regelmäßig üben, dann wird sich der Erfolg bald einstellen.“

Nicht leise mitlesen. Wer lesen lernt, spricht zunächst die Buchstaben laut aus und zieht sie zu Wörtern zusammen. Das klappt mit Zeit und Übung immer besser, bis die Wörter nur noch leise im Geiste mitgesprochen werden. Auch sehr erfahrene Leser „sprechen“ Texte oft stumm mit. Dieses „Sich selbst vorlesen“ ist eine Lesebremse. Das Sprechtempo ist deutlich niedriger, als das Auge Texte erfassen kann. Beim Training von Schnelllese-Techniken verschwindet das Subvokalisieren als Nebeneffekt meist automatisch. Einige Programme im Test bieten spezielle Übungen gegen inneres Mitsprechen an. Fachleute aus der Leseforschung halten sie für zweifelhaft.



Gezielt. Schnelle Leser wählen vor der Lektüre bewusst aus, welche Texte sie lesen wollen.

App für weniger als 3 Euro. Der Zweitbeste heißt Improved Reading Training, ein zweitägiger Präsenzkurs für 590 Euro.

Tipp: Am Bildschirm selbst zu lernen, ist nicht jedermanns Sache. Dennoch empfiehlt es sich bei diesen Preisunterschieden, vor einer Kursbuchung, zunächst einmal die App zu probieren.

Gewohnheiten abtrainieren

Schnellese-Schulungen eignen sich für geübte Leser. Sie trainieren typische Gewohnheiten ab, die den Lesefluss bremsen. Etwa

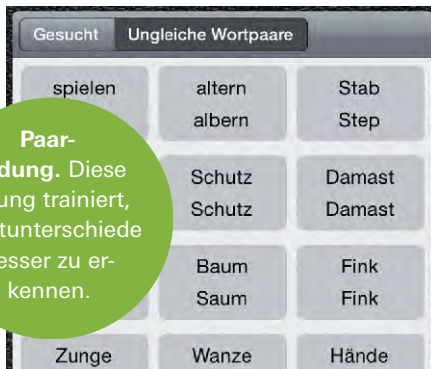
Diese Techniken sind hilfreiche Ergänzungen

Besser merken, schneller finden

Das Gedächtnis fordern. In Schnellese-Trainings finden sich manchmal auch Übungen, die die Erinnerungsleistung erhöhen sollen. Die Teilnehmer lernen und üben dabei zum Beispiel, sich Namen oder Begriffe besser zu merken, indem sie diese entlang einer Route durch ein Haus oder von Kopf bis Fuß entlang ihres Körpers „abspeichern“. Das funktioniert gut und kann zum Beispiel dabei helfen, die Inhalte von gelesenen Texten besser zu erinnern. Experten geben aber zu bedenken, dass derlei Methoden keine Schnellese-Techniken sind, sondern lediglich dazu beitragen, sich Inhalte aus Texten besser zu merken.

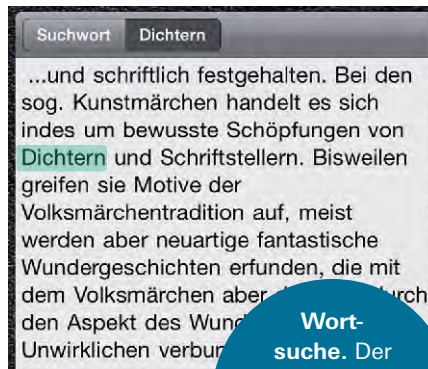
Wesentliches schnell erfassen. Wer nur grob wissen möchte, worum es in einem Text geht, kann diesen rasch überfliegen und zentrale Stichwörter markieren. So lässt sich auch nebenbei der Aufbau eines Textes erfassen. Details werden aufgrund des hohen Lesetempos aber nicht wahrgenommen. Ebenfalls hilfreich ist das Scannen des Textes nach bestimmten Informationen. Sucht man etwa nach einem Namen, wird der Text nur daraufhin durchkämmt. Bei dieser Art des „Lesens“ leidet das Textverständnis jedoch enorm. Beide Methoden sind keine Schnellese-Techniken im engeren Sinne, eher sinnvolle Ergänzungen.

FOTOS: THINKSTOCK



Paarbildung. Diese Übung trainiert, Wortunterschiede besser zu erkennen.

Sieger-App. Die Bilder zeigen zwei Übungen aus dem Training von Heku IT. Es kombiniert viele kurze Lerneinheiten, die Spaß machen.



Wortsuche. Der Nutzer soll im Text so schnell er kann einen Suchbegriff finden.

die, den Text innerlich leise mitzusprechen oder Textstellen mehrfach zu lesen (siehe Grafik auf Seite 1).

Es gibt eine Menge einzelner Techniken, die helfen sollen, die Leseeffizienz zu steigern. Alle geprüften Angebote setzen mehrere Methoden ein, die sie unterschiedlich kombinieren. „Manche der Techniken sind wissenschaftlich gesehen Humbug, anderes nützt“, sagt Ralph Radach, Professor für Psychologie an der Bergischen Universität Wuppertal und Experte für Lesetechniken.

Ein Schnellese-Training verändert nicht automatisch die Art zu lesen. Wer die Methoden lernt, kann sie bewusst einsetzen – oder eben nicht. Die Fähigkeit, einen Ro-

man genussvoll und mit Muße zu schmökern, geht nicht verloren. Gewonnen wird die Fähigkeit, beispielsweise Nachrichten oder Sachtexte flott aufzunehmen.

Bei 176 Wörtern pro Minute gestartet Wörter pro Minute (WpM) ist die Maßeinheit für die Lesegeschwindigkeit. Sie wurde bei jeder Testperson vor und nach der Teilnahme an „ihrem“ Programm gemessen. Zusätzlich mussten die Probanden Fragen zum Gelesenen beantworten. Bei vier Trainings litt das Textverständnis. Beim Tempo sahen die Ergebnisse erfreulicher aus.

Der Mittelwert über alle Probanden betrug beim Start 176 Wörter pro Minute. ►

Tipps

Leseumfeld gestalten: Schalten Sie alles aus, was stören könnte. Lesen Sie möglichst bei Tageslicht oder in einem gut ausgeleuchteten Raum. Legen Sie notwendige Utensilien wie Stift oder Textmarker schon vor dem Lesen bereit. Sitzen Sie möglichst aufrecht.

Lesen planen: Legen Sie sich vor der Lektüre eine Lesestrategie zu recht. Fragen Sie sich: Was muss ich lesen, und warum? Wie erkenne ich die Grundgedanken eines Textes?

Texte auswählen: Überlegen Sie genau, was Sie lesen wollen. Prüfen Sie anhand von Schlagwörtern, Kapitelüberschriften und Inhaltsverzeichnis, welche Textpassagen relevant sind.

Leseziel definieren: Variieren Sie Lesetempo und -technik je nach Leseanliegen. Wenn Sie nur Informationen zu einem bestimmten Sachverhalt suchen, reicht es oft, einen Text nur zu überfliegen. Wenn Sie sich dagegen in ein Themengebiet neu einarbeiten müssen, müssen Sie den Text gründlicher studieren.

Fragen formulieren: Wenn Sie einen Text lesen müssen, der Sie eigentlich nicht interessiert, überlegen Sie vorab, welche Fragen Sie an den Text haben. Das kann zwar anstrengend sein, hilft aber dabei, den Text mit mehr Interesse zu lesen und das Gelesene besser zu behalten.

Kernaussage wiederholen: Fragen Sie sich zum Schluss: Was habe ich aus dem Text gelernt? Das hilft, das Gelesene besser zu behalten. Lesen Sie auch noch mal alle Überschriften des betreffenden Buches oder Artikels und rufen Sie sich dabei die Kernaussagen ins Gedächtnis.

Lesetechniken üben: Um auf Dauer schneller lesen zu können, reicht es nicht, nur an einem Training teilzunehmen. Üben Sie danach täglich weiter – schließlich müssen sich die neuen Techniken erst gegen Ihre alten Lesegewohnheiten durchsetzen.

Diese Techniken funktionieren nicht

Auf das Lesen nicht übertragbar

Blickbewegungen optimieren. Einige Programme wollen das Lesen beschleunigen, indem die Nutzer ihre Blickbewegungen trainieren. Dafür sollen sie zum Beispiel Kreise beobachten, die in zufälligen Zick-Zack-Bewegungen über den Bildschirm springen. Aus Expertensicht ist das Verfolgen umherspringender geometrischer Muster für Menschen mit normaler Augenbeweglichkeit jedoch Quatsch. Die Blickbewegung beim Nachverfolgen von Kreisen lässt sich nämlich nicht auf die beim Lesen übertragen. Beim Lesen wandert das Auge nicht ungerichtet, sondern gezielt über den Text.

Blickspanne erweitern. Manche Übungen zielen darauf ab, den Bereich zu erweitern, in dem das Auge Buchstaben erkennen kann. Um das zu trainieren, sollen die Nutzer Figuren wie Kreise, Quadrate oder Bilder, zum Beispiel von Elefanten, beim Wachsen zusehen: Sie werden von Zeile zu Zeile größer. Das erweitert angeblich die Blickspanne. Doch die Blickspanne ist physiologisch vorgegeben und nicht beliebig veränderbar. Noch dazu ist aus Expertensicht fraglich, ob die Fähigkeit, immer größere Kreise zu erkennen, sich auf das Lesen übertragen ließe. Leseforscher halten diese Methode daher für Unsinn.

Mit Ausnahme von Improved Reading versprechen alle Anbieter, den Anfangswert mindestens zu verdoppeln. Die Messungen zeigen: Das ist zu dick aufgetragen.

Bis zu 50 Prozent beschleunigt

Die Trainings steigern das Lesetempo im Schnitt um höchstens 50 Prozent. Auch Marina Pauly liest ein Manuskript nun um mehr als 40 Prozent schneller als vorher – bei einem unverändert hohen Textverständnis. Und das, obwohl sie zufälligerweise mit dem insgesamt wenig überzeugenden

den Lernprogramm des Anbieters Peoplebuilding übte: der DVD PoweReading.

Das Programm beschleunigt zwar die Lesegeschwindigkeit, vermittelt die Inhalte aber mangelhaft. „Es ist ein freudloses Produkt. Der Dozent Zach Davis hält in einem mehrstündigen Video endlose Monologe in trister Umgebung“, sagt Pauly. Die rund zwölfstündige Lernzeit mit Vorträgen und Übungen wurde ihr mitunter lang. Sie musste zum Beispiel Witze über Ostfriesen oder über Männer und Frauen auf Zeit lesen – „Texte voller Klischees“, so Pauly. Ihre Ein-

schätzungen und die der anderen Probanden – neun bis zwölf pro Produkt – fließen in die Wertung ein, ebenso die von Experten.

Caro Wolter erging es besser. Sie trainierte mit dem Siegerprogramm von Heku IT – mit großer Freude. Drei Wochen lang hat sie mit dem Handy in der Hand geübt, mal in der U-Bahn, mal zuhause am Schreibtisch. „Die Trainingseinheiten lassen sich gut zwischendurch einschieben“, sagt sie. Eine Lektion dauert bei Heku IT etwa zehn Minuten und besteht aus acht Übungen. Danach verordnet die App ihrem Nutzer eine 25-minütige Pause.

Tipp: Nehmen Sie sich ein Beispiel an der App. Beim Üben des schnellen Lesens sind Pausen wichtig.

Die Unterbrechungen fand Wolter schade, so viel Spaß hatte sie. Besonders gern begab sie sich auf „Wortsuche“. In kurzen Texten ging es darum, auf Tempo ein bestimmtes Wort zu finden.

Weiteres Schmankerl beim Testsieger ist seine Statistikfunktion. Nutzer können ihre Lernkurve zu einzelnen Übungen abrufen. „Das hat mich motiviert, besonders wenn die Kurve steil nach oben ging“, sagt Wolter. Und das tat sie: Die Psychologin liest jetzt um 37 Prozent schneller als zu Beginn des Trainings.

„Ich habe Vertrauen, dass ich bei hohem Tempo das Wesentliche erfasse“, lautet Caro Wolters Bilanz. Sie übt weiter fleißig. Das Schnelllesen, so ihr Ziel, soll in Fleisch und Blut übergehen. Auch bei Marina Pauly ist es noch keine Routine. Ihr Training hat wenig Anreize zum Weitermachen gegeben. Sie will auf die App umsteigen. ■

Interview

„Bummeln oder rennen“

Niemand muss immer über die Zeilen rasen, aber bei Bedarf ist doppeltes Lesetempo eigentlich für jeden drin. **Ralph Radach**, Professor für Psychologie, forscht zum „Schnellen Lesen“.



Herr Radach, angeblich scrollen die Menschen nur durch Texte und bevorzugen kurze Lesehappen. Steht es wirklich schlimm ums Lesen?

Ich sehe keinen Grund zur Besorgnis. Lesen ist und bleibt die wichtigste Möglichkeit, sich Wissen anzueignen. Internet und soziale Medien haben sogar dazu geführt, dass viele Menschen heute routinierter lesen. Die Leute lesen also eher mehr und besser.

Viele wollen nicht nur mehr lesen, sondern auch schneller...

Man kann lernen, beim Lesen Tempo zu machen. Und damit ist nicht nur ein reines Überfliegen gemeint. Mit bestimmten Techniken kann man schnell lesen und den Text trotzdem gründlich verstehen.

Und dann rase ich immer im Eiltempo über die Zeilen?

Nein, die Vielfalt Ihrer Lesemöglichkeiten erhöht sich, Sie passen Ihre Lesegeschwindigkeit dem Anliegen an, das Sie an den Text haben. Sie können ja auch bummeln, spazieren gehen, eiliger laufen oder rennen – je nach Situation. Es spricht also nichts dagegen, weiterhin manchmal langsam zu lesen, zum Beispiel um einen Roman in Ruhe zu genießen.

Welche Technik ist gut geeignet?

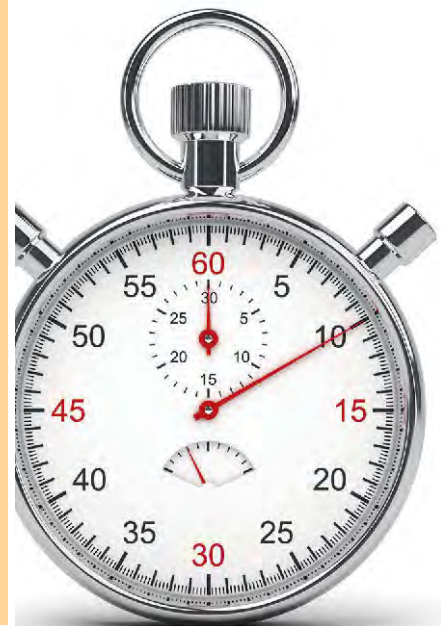
Die eine Schnellese-Technik gibt es nicht. Einiges, was auf dem Markt der Schnellese-Trainings angepriesen wird, ist aus wissenschaftlicher Sicht sogar ausgemachter Unsinn, der Versuch, die Blickspanne zu erweitern zum Beispiel.

Leseweltmeister bringen es auf mehrere tausend Wörter pro Minute. Wie sehr kann ich selbst mein Lesetempo steigern?

Wichtig ist, dass beim Lesen noch genug Zeit bleibt, die Information zu verarbeiten. Nur so kann sich das Wissen länger im Gedächtnis verankern. Ich halte es für realistisch, das individuelle Lesetempo zu verdoppeln.

Die Vorteile des Schnelllesens liegen auf der Hand. Warum wird es nicht schon in der Schule gelehrt?

In der Forschung hat das Thema international inzwischen Fortschritte gemacht. In der Praxis, sprich im Schulunterricht, sind die Erkenntnisse aber bislang noch nicht angekommen – zumindest in Deutschland nicht. Das wird wohl auch noch dauern. Immerhin bieten aber bereits einige Universitäten Schnellese-Trainings für Studenten an. Schnelllesen ist mit Sicherheit ein Zukunftsthema.





**Heku IT –
Schneller lesen – mehr behalten
2,99 Euro**

GUT (2,1)

Testsieger. Das Lesetraining ist in kurze Lernhäppchen unterteilt und lässt sich prima in den Alltag integrieren. Statistiken belegen die Lernfortschritte für einzelne Übungen. Das spornet zum Weitermachen an. Die App ist so programmiert, dass das beliebig lange möglich ist. Sie ist günstig und gut. Empfehlenswert für Einsteiger, speziell für Leute, die gern flexibel lernen und smartphone-affin sind.

**Matchpoint Media –
Schneller lesen – mehr behalten 2.0
150 Euro**

BEFRIEDIGEND (2,7)

Unkomfortabel. Das Programm bietet Übungen, Lesetests und Videos und ist beliebig lange nutzbar. Umständlich: Den 21-Tage-Trainingsplan muss man extra bestellen. Die grafische Gestaltung des Programms wirkt veraltet. Im Test traten Fehler in der Darstellung auf. Der Lernaufwand war im Test mit circa 40 Minuten täglich viermal höher als angegeben. Bedingt empfehlenswert.

**Centered Learning –
Speed Reading Trainer Deluxe 2.0
147 Euro**

BEFRIEDIGEND (3,3)

Eintönig. „Deluxe“ nennt sich das Training von Centered Learning. Luxus bietet es bei der Vermittlung der Inhalte aber nicht: Tester empfanden es als wenig motivierend und langweilig. Die Übungen folgen ein- und demselben Muster: Lesetest, Entspannungsübung, Trainingseinheit, Lesetest. 10 mal 10 Minuten Training für 147 Euro – das ist reichlich teuer. Bedingt empfehlenswert.

test Schnelllese-Trainings

Gewichtung	E-Learning				Präsenzkurse	
	Heku IT / Schneller lesen – mehr behalten	Matchpoint-Media / Schneller lesen - mehr behalten 2.0 ³⁾	Centered Learning / Speed Reading Trainer Deluxe 2.0 ⁶⁾	Peoplebuilding / PoweReading Automatic Trainer	Improved Reading / Improved Reading Training ³⁾	Büro Jens der Denker ¹⁰⁾ / Schneller lesen, Stufe 1 ¹¹⁾
Verfügbar als	App ¹⁾	Download, CD-Rom ⁴⁾	Download, Onlinekurs ⁷⁾	DVD	Blockunterricht	Blockunterricht
Preis ca. in Euro	2,99	150	147	297	590	340
Lernaufwand	3 x ca. 10 Min. / Tag	Ca. 40 Min. / Tag ⁵⁾	Ca. 10 Min. / Tag	2 bis 3 Tage à 6 Std.	2 Tage	1 Tag
test - QUALITÄTSURTEIL 100%	GUT (2,1)	BEFRIEDIGEND (2,7)	BEFRIEDIGEND (3,3)	AUSREICHEND (3,8)	GUT (2,5)	BEFRIEDIGEND (3,4)
WIRKSAMKEIT 60%	gut (2,0)	gut (2,0)	gut (2,0)	gut (2,0)	gut (2,0)	befriedigend (3,0)
Lesetempo / Textverständnis	++ / ++	+ / ++	++ / +*	++ / +*	+ / +	++ / O*
VERMITTLUNG DER INHALTE 40%	gut (2,1)	ausreichend (3,7)	ausreichend (4,3)*	mangelhaft (4,8)*	gut (2,0)	befriedigend (2,7)
Gestaltung / Kursdurchführung	+ / Entfällt	- / Entfällt	- / Entfällt	- / Entfällt	Entfällt / +	Entfällt / O
Nutzertest / Kursorganisation	+ / Entfällt	O / Entfällt	O / Entfällt	O / Entfällt	Entfällt / ++	Entfällt / ++
Kundeninformation	+	+	⊖	⊖	O	⊖
DATENSCHUTZ 0%	unkritisch	unkritisch	unkritisch	kritisch⁸⁾	kritisch⁹⁾	kritisch⁹⁾
MÄNGEL IN DEN AGB 0%	keine²⁾	gering	sehr gering	sehr gering	deutlich*	deutlich*
WEITERE MERKMALE LAUT ANBIETER						
Systemanforderungen / Kursorte	iPhone: iOS 7 oder höher. Android: Android 2.3.3 oder höher. Nötiger Arbeitsspeicher: iOS 23,1 MB. Android 3,4 MB. / Entfällt	Betriebssysteme: Windows XP, Vista, 7, 8 (ohne RT). Webzugang für Installation. 1 GB Arbeitsspeicher, ca. 100 MB auf Festplatte. / Entfällt	Betriebssysteme: Windows 2000, XP, Vista, 7. Browser: IE (ab 6.0), Mozilla Firefox (ab 3.0.6). Software: Flashplayer 10. / Entfällt	Powerpoint Viewer. Mediaplayer. DVD-Laufwerk. / Entfällt	Entfällt / Berlin, Bonn, Dresden, Düsseldorf, Frankfurt a.M., Göttingen, Hamburg, Hannover, Karlsruhe, Köln, München, Münster, Stuttgart	Entfällt / Berlin, Frankfurt a.M., Hamburg, Köln, München, Stuttgart

Bewertungsschlüssel der Prüfergebnisse:

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

Bei gleichem Qualitätsurteil Reihenfolge nach Alphabet.

Datenschutz in drei Stufen: unkritisch, kritisch, sehr kritisch.

Mängel in den AGB in fünf Stufen: keine, sehr gering, gering, deutlich, sehr deutlich.

***) Führt zur Abwertung** (siehe „So haben wir getestet“ auf Seite 7).

1) Android- und iOS-Version mit je einer Testergruppe geprüft.

Auch für iPad und Windows-Systeme verfügbar, teilweise andere Preise.

2) Keine AGB des Anbieters vorhanden. Es gelten die gesetzlichen Bestimmungen.

3) Laut Anbieter AGB und Kundeninformationen auf Webseite geändert.

4) Downloadversion geprüft.

5) Angabe gilt für Lernen nach dem 21-Tage-Trainingsplan. Ohne Trainingsplan Lernzeit frei wählbar.

6) Produkt in Version 2.0 nicht mehr verfügbar. Aktuelle Version: 3.0.

7) Onlineversion geprüft.

8) Kauf nur über ungesicherte Internetverbindung möglich.

9) Es werden personenbezogene Daten über eine ungesicherte Internetverbindung gesendet, zum Beispiel bei der Onlineanmeldung oder der Nutzung des Kontaktformulars.

10) Anbieter firmierte im Testzeitraum unter dem Namen Eranimes.

11) Kurs wird in Kooperation mit dem Anbieter PC-College, Berlin durchgeführt. Laut Anbieter Kundeninformationen auf der Webseite geändert. Aufbaurkurs buchbar.

Anbieter siehe Seite 8.



**Peoplebuilding –
PowerReading Automatic Trainer**
297 Euro

AUSREICHEND (3,8)

Altbacken. Auf seiner fast 300 Euro teuren DVD lehrt Dozent Zach Davis Schnelllesen per Videovortrag. Es gibt fünf Trainingseinheiten mit Übungen, etwa zu Geschwindigkeit und Blickspannerweiterung. Das schlechteste Training im Test fanden unsere Probanden oft langweilig und wenig motivierend. Unpraktisch: Handout und Lesetests muss man sich selbst ausdrucken. Nicht empfehlenswert.



**Improved Reading –
Improved Reading Training**
590 Euro

GUT (2,5)

Nachhaltig. Teuer, aber gut. Sehr strukturierter, verständlicher Unterricht. Gut: Das Training kombiniert Übungen zum Schnelllesen mit Übungen zum besseren Textverständnis. Improved Reading schickt nach dem Kurs per Mail Übungserinnerungen. Das hilft, das schnelle Lesen im Alltag anzuwenden. Deutliche Mängel in den AGB. Empfehlenswert für alle, die lieber in einer Gruppe lernen.



**Büro Jens der Denker –
Schneller lesen, Stufe 1**
340 Euro

BEFRIEDIGEND (3,4)

Verständniseinbußen. Der Kurs legt den Fokus auf das Lesetempo und schult zum Beispiel die mechanische Blickführung. Der Unterricht ist strukturiert und verständlich. Haken: In puncto Steigerung des Lesetempos ist Jens' Training zwar ganz vorn dabei, dafür sind die Einbußen beim Textverständnis aber auch am größten. AGB mit deutlichen Mängeln. Nur bedingt empfehlenswert.

So haben wir getestet

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

Im Test: 6 deutschsprachige Trainings zum Erlernen von Schnellese-Techniken, davon 4 E-Learning-

Angebote und 2 Präsenzkurse. Ausgewählt wurden Trainings, die im Internet unter dem Begriff „schneller lesen“ gefunden wurden. Die Präsenzkurse mussten offen zugänglich sein und im Testzeitraum in mindestens drei Städten stattfinden. **Testzeitraum:** Ende Mai bis Mitte August 2014. **Preise:** Laut Anbieterbefragung im Januar 2015.

ABWERTUNGEN

War das Urteil für das Textverständnis gut oder schlechter (das heißt: gab es Einbußen beim Textverständnis), konnte die Wirksamkeit nicht besser sein. War die Vermittlung der Inhalte ausreichend oder mangelhaft, konnte das test-Qualitätsurteil maximal eine Note besser sein. Bei deutlichen Mängeln der AGB wurde das test-Qualitätsurteil um eine halbe Note abgewertet.

WIRKSAMKEIT: 60%

Geprüft wurde, ob die Lernangebote das **Lesetempo** ohne Einbußen im **Textverständnis** erhöhen. Das Lesetempo ergibt sich aus der zum Lesen benötigten Zeit, das Textverständnis aus dem Anteil richtig beantworteter Fragen zum Text. Lesetempo und Textverständnis wurden in einem computerbasierten Test zweimal erfasst: Die Tester haben vor Trainingsbeginn zwei allgemein verständliche Texte mit je etwa 900 Wörtern gelesen und für je 32 Aussagen beurteilt, ob sie im Text standen oder daraus abgeleitet werden konnten. Anschließend wurden die Tester zufällig, jedoch unter Berücksichtigung von Lesetempo und

Textverständnis, einem Lernangebot oder der Kontrollgruppe zugeordnet. Insgesamt waren 88 Testpersonen im Einsatz. Jedes Lernangebot wurde von 9 bis 12 Testperson nach Anbietervorgaben absolviert, bei der App wurden beide Versionen (Android und iOS) mit je einer Gruppe geprüft. In der Kontrollgruppe waren 11 Testpersonen, diese nahmen nur an Vor- und Nachtest teil. Maximal 7 Werkzeuge nach Trainingsende wurden – parallel zum Vortest – Lesegeschwindigkeit und Textverständnis erneut ermittelt. Die Daten für Lesetempo und Textverständnis aus Vor- und Nachtest wurden unter Einbezug der Kontrollgruppe ausgewertet.

VERMITTLUNG DER INHALTE: 40%

E-Learning

Zur Bewertung der **Gestaltung** haben zwei Experten Benutzerführung, Dialoggestaltung und Informationsdarstellung in Anlehnung an DIN EN ISO 9241, Teile 12, 13 und 110 geprüft. Ein Experte hat unter anderem Installation, technischen Support und Lauffähigkeit der Programme begutachtet. Ein Experte hat eingeschätzt, ob die Programminhalte wissenschaftlich akzeptiert sind. Im **Nutzertest** dokumentierten die Tester ihr Lernprogramm etwa hinsichtlich Aufbau und Motivation. Ein Experte prüfte die **Kundeninformationen** im Internet, die Angaben zum Angebot etwa, oder ob es vor dem Kauf Einblick ins Programm gab.

Präsenzkurse

Für die **Kursdurchführung** wurden unter anderem die direkte und indirekte Lernförderung (wie Feedback), die Kompetenzorientierung (wie Hilfen bei der Übertragung des Gelernten in die Praxis) und

das Kursmanagement (z.B. Zeitmanagement) geprüft. Grundlage der Bewertung war die Dokumentation der Tester. Zudem schätzte ein Experte ein, ob die Aussagen in den Arbeitsmaterialien wissenschaftlich akzeptiert sind. Für die **Kursorganisation** wurden administrative Abläufe (wie Buchung und Rechnungsstellung), Service (z.B. das Bereitstellen von Lehrmaterial) und Lernumgebung (wie der Kursraum) untersucht. Grundlage der Bewertung war die Dokumentation der Tester. Außerdem hat ein Experte die **Kundeninformationen** im Internet bewertet (etwa Angaben zu Kurs und Anbieter).

DATENSCHUTZ: 0%

Geprüft wurde unter anderem, ob bei Anmeldung oder Kauf personenbezogene Daten über eine gesicherte Internetverbindung gesendet wurden. Bei den E-Learning-Angeboten wurde zudem unter anderem untersucht, ob Installation und Nutzung ohne Administratorenrechte, sicherheitskritische Plug-Ins oder Zusatzprogramme möglich waren. Bei der App wurden für die geprüften Versionen (Android und iOS) der Datenverkehr protokolliert und, falls erforderlich, SSL-Verbindungen entschlüsselt. Diese Daten wurden daraufhin untersucht, ob und wie personen- oder gerätebezogene Daten, die für die Funktion der App irrelevant sind, an Anbieter oder Dritte übermittelt wurden. Die Bewertung des Datenschutzes wirkte sich nur auf das test-Qualitätsurteil aus, wenn der Datenschutz „sehr kritisch“ war, was für keinen Anbieter zutrif.

MÄNGEL IN DEN AGB: 0%

Ein Rechtsgutachter hat die allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) auf Klauseln, die den Kunden benachteiligen, geprüft.

Gesetzliche Krankenkassen

Seite 10

AOK Plus
01058 Dresden
Tel. 0800/247 1001
Fax 0800/247 1002 100
www.aokplus-online.de

AOK Sachsen-Anhalt
Lüneburger Str. 4
39106 Magdeburg
Tel. 0800/226 57 26
Fax 03 91/2 87 84 48 88
www.aok.de/sachsen-anhalt

BKK Euregio
Boos-Fremery-Str. 62
52525 Heinsberg
Tel. 02452/15 35 01
Fax 024 52/15 35 02
www.bkk-euregio.de

BKK Faber-Castell & Partner
Bahnhofstr. 45
94209 Regen
Tel. 099 21/9 60 20
Fax 099 21/96 02 19
www.bkk-faber-castell.de

BKK MEM
Freiligrathstr. 1
04610 Meuselwitz
Tel. 034 48/70 22 20
Fax 034 48/70 22 24

BKK Pfafl
Pirmasenser Str. 132
67655 Kaiserslautern
Tel. 06 31/31 87 60
Fax 06 31/3 18 76 99
www.bkk-pfafl.de

BKK Scheufelen
Schöllkopfstr. 120
73230 Kirchheim unter Teck
Tel. 0800/255 29 65
Fax 07 20/1 73 7 42 77
www.bkk-scheufelen.de

BKK VDN
Postfach 1160
58206 Schwerte
Tel. 023 04/98 62 00
Fax 023 04/98 62 00
www.bkk-vdn.de

hkk
Martinstr. 26
28195 Bremen
Tel. 04 21/3 65 50
Fax 04 21/3 65 52 10
www.hkk.de

Metzinger BKK
Stuttgarter Str. 19
72555 Metzingen
Tel. 07 141/29 95 90
Fax 07 141/29 95 73 25
www.metzinger-bkk.de

Körperliche Seite 18–21

Arganhain
Phyto Treasures
Parkstr. 3
13187 Berlin
Tel. 030/32 52 54 56
www.arganhain.de

dm/Alverde
Carl-Metz-Str. 1
76185 Karlsruhe
Tel. 07 21/55 22 13
www.dm.de

Dr. Hauschka
Wala Heilmittel
Postfach 11 91
73085 Bad Boll/
Eckwälden
Tel. 071 64/93 00
Fax 071 64/93 02 97
www.wala.de

Dresdner Essenz Naturell
Li-iL
Leipziger Str. 300
01139 Dresden
Tel. 03 51/89 41 20
Fax 03 51/89 41 26
www.dresdner-essenz.com

Jislaine
Schwenckestr. 101
20255 Hamburg
Tel. 040/18 04 14 01
Fax 040/18 04 30 86
www.jislaine.de

Lavera
Laverana
Berliner Str. 1–3
30952 Ronnenberg
Tel. 05 11/54 54 97 01
Fax 05 11/03/93 91 79 84
www.lavera.de

Primavera
Naturparadies 1
87466 Oy-Mittelberg
Tel. 083 66/8 98 80
Fax 083 66/89 88 40 99
www.primavera.life.com

Rossmann/Wellness & Beauty
Isernhägener Str. 16
30938 Burgwedel
Tel. 051 39/89 80
Fax 051 39/89 49 99
www.rossmann.de

Weleda
Dychweg 14
4144 Arlesheim
Schweiz
Tel. 00 41/61/7 05 20 76
Fax 00 41/61/7 05 23 10
www.weleda.de

Smartphones Seite 28–33

Alcatel
TCT Mobile
Fritz-Vomfelde-Str. 34
40547 Düsseldorf
Tel. 069/92 03 21 10
www.alcatel.de

Amazon
Marcel-Breuer-Str. 12
80807 München
Tel. 0800/3 63 84 69
www.amazon.de

Apple
Arnulfstr. 19
80335 München
Tel. 0800/2 00 01 36
Fax 089/99 64 01 80
www.apple.de

BlackBerry
Research in Motion
Niederkaßeler
Lohweg 18
40547 Düsseldorf
Tel. 02 11/97 19 96 00
Fax 02 11/97 19 96 66
de.blackberry.com

HTC
Tel. 06 92/2 22 73 34
www.htc.com/de

Huawei
Willy-Brandt-Allee 20
53113 Bonn
Tel. 0800/77 88 66 33
www.huawei-device.com/de

LG
Berliner Str. 93
40880 Ratingen
Tel. 021 02/7 00 80
Fax 021 02/7 00 87 77
www.lg.com/de

Motorola
Telco Kreisel 1
65510 Idstein
Tel. 0800/5 03 00 11
www.motorola.com/mobility

Nokia
Balcke-Dürr-Allee 2
40882 Ratingen
Tel. 069/66 80 09 90
Fax 021 02/89 28 75 83
www.nokia.de

Samsung
Am Kronberger Hang 6
65824 Schwalbach
Tel. 0180 6/7 26 78 64
www.samsung.de

Sony
Bennigsen-Platz 1
40474 Düsseldorf
Tel. 02 11/9 93 34 20 20
www.sonymobile.de

Vodafone
Ferdinand-Braun-Platz 1
40549 Düsseldorf
Tel. 0800/1 72 12 12
www.vodafone.de

Yota
Mergenthaler-allee 10–12
65760 Eschborn
www.yotaphone.com

Systemkameras Seite 34–41

Canon
Europark Fichtenhain A10
47807 Krefeld
Tel. 069/29 99 36 80
Fax 021 51/34 51 02
www.canon.de

Fujifilm
Benzstr. 2
47533 Kleve
Tel. 00800/38 54 38 54
Fax 028 21/7 11 51 00
www.finepix.de

Leica
Oskar-Barnack-Str. 11
35606 Solms
Tel. 06 44/20 80
Fax 06 44/20 83 33
http://de.leica-camera.com

Nikon
Tiefenbroicher Weg 25
40472 Düsseldorf
Tel. 02 11/94 14 0
Fax 02 11/94 14 3 11
www.nikon.de

Olympus
Wendenstr. 14–18
20097 Hamburg
Tel. 040/23 77 30
Fax 040/23 07 61
www.olympus.de

Panasonic
Winsberggring 15
22525 Hamburg
Tel. 040/55 55 88 55
Fax 040/55 55 89 00
www.panasonic.de

Pentax
Ricoh Imaging
Am Kaiserkai 1
20457 Hamburg
Tel. 02 11/65 79 14 51
Fax 040/53 20 13 00
www.ricoh-imaging.de

Samsung
Am Kronberger Hang 6
65824 Schwalbach
am Taunus
Tel. 0180 6/7 26 78 64
Fax 061 96/9 34 02 88
www.samsung.de

Sony
Kemperplatz 1
10785 Berlin
Tel. 030/5 85 81 23 45
Fax 0180 5/25 25 87
www.sony.de

Onlinevideotheken Seite 42–48

Amazon Instant Video
Domagkstr. 28
80807 München
www.amazon.de/kundenservice
www.amazon.de/av

Apple iTunes
Tel. 0800/6 64 54 51
www.apple.com/de/support/itunes/contact

Maxdome
Medienallee 7
85774 Unterföhring
Tel. 089/41 14 24 12
Fax 089/78 79 78 67
www.maxdome.de

Media Markt Videodownloadshop
Media Markt E-Business
Wankelstr. 5
85046 Ingolstadt
Tel. 08 41/6 34 45 45
http://video-download.mediamarkt.de

Microsoft Xbox Video
Microsoft
Konrad-Zuse-Str. 1
85716 Unterschleißheim
Tel. 0180 6/67 22 55
Fax 0180 5/25 11 91
http://video.xbox.com

Netflix
Keizersgracht 440
1016 GD Amsterdam
Niederlande
www.netflix.de

Realeyz
EYZ Media
Köpenicker Str. 154
10997 Berlin
Tel. 030/24 31 30 30
Fax 030/24 31 30 31
www.realeyz.tv/de

Snaps by Sky
Sky
Medienallee 26
85774 Unterföhring
Tel. 0180 6/11 00 00
Fax 0180 6/88 60 00
www.sky.de

Sony Video Unlimited
Sony
Kemperplatz 1
10785 Berlin
Tel. 061 02/7 71 30 01
www.sonyentertainmentnetwork.com/de/de/video-unlimited

Telekom Videoload
Telekom
Postfach 10 11 52
64211 Darmstadt
Tel. 0800/5 44 60 60
www.videoload.de

Videociety
Esplanade 28
20354 Hamburg
Tel. 040/46 00 18 90
www.videociety.de

Watchever
Reinhardtstr. 58
10117 Berlin
Tel. 030/2 34 56 99 90
Fax 030/2 34 56 99 98
www.watchever.de

Bohrmaschinen Seite 56–62

AEG
Techtronic Industries
Itterpark 2
40724 Hilden
Tel. 021 03/96 00
Fax 021 03/96 02 38
www.ryobitools.eu
www.aeg-powertools.de

Black & Decker
Black-und-Decker-Str. 40
65510 Idstein
Tel. 061 26/2 10
Fax 061 26/21 29 80
www.blackanddecker.de

Bosch
Geschäftsbereich Elektrowerkzeuge
Postfach 1001 56
70745 Leinfelden-Echterdingen
Tel. 0180 3/33 57 99
Fax 07 11/7 58 28 30
www.bosch.de

Einhell
Wiesenweg 22
94405 Landau a. d. Isar
Tel. 099 51/94 20
Fax 099 51/17 02
www.einhell.de

Dewalt
Postfach 1202
65502 Idstein
Tel. 061 26/2 11
www.dewalt.de

Fein
C. & E. Fein
Hans-Fein-Str. 81
73529 Schwäbisch Gmünd-Bargau
Tel. 071 73/18 30
www.fein.de

Hitachi
Siemensring 34
47877 Willich
Tel. 021 54/4 99 30
Fax 021 54/49 93 50
www.hitachi-powertools.de

Kress
Hechinger Str. 48
72406 Bisingen
Tel. 074 76/8 70
Fax 074 76/8 71 91
www.kress-elektrik.com

Makita
Makita-Platz 1
40885 Ratingen
Tel. 021 02/1 00 40
Fax 021 02/1 00 41 29
www.makita.de

Maktec
siehe Makita

Metabo
Metabo-Allee 1
72622 Nürtingen
Tel. 07 02/27 20
Fax 07 02/27 25 95
www.metabo.de

Obi/Lux
Emil Lux
Emil-Lux-Str. 1
42929 Wermelskirchen
Tel. 021 96/74 40 00
www.lux-tools.com

Ryobi
Techtronic Industries
Central Europe
Itterpark 2
40724 Hilden
Tel. 021 03/96 01 49
Fax 021 03/96 02 38
www.ryobi-powertools.de

Skil
Robert Bosch
Vertrieb Skil
Postfach 1001 56
70745 Leinfelden-Echterdingen
Tel. 07 11/75 80
Fax 07 11/7 58 28 30
www.skil.de

Worx
Positec
Konrad-Adenauer-Ufer 37
50668 Köln
Tel. 02 21/1 39 72 70

Pfannen Seite 63–65

BSF
Zwilling J.A. Henckels
Grünewalder
Str. 14–22
42657 Solingen
Tel. 02 12/88 20
Fax 02 12/88 23 00
www.zwilling.com

Fissler
Harald-Fissler-Str. 1
55743 Idar-Oberstein
Tel. 06 781/40 30
Fax 06 781/40 33 21
www.fissler.de

Gastrolux
Max-Planck-Ring 33
65205 Wiesbaden
Tel. 061 22/5 10 01
Fax 061 22/5 10 68
www.gastrolux.com

Gastrosul
Josef Schulte-Ufer
Hauptstr. 56
59846 Sundern
Tel. 029 33/98 10
Fax 029 33/71 50
www.schulte-ufer-kg.com

Ikea/Trovärdig
Am Wandersmann 2–4
65719 Hofheim
Tel. 061 92/9 39 99 99
Fax 061 92/9 39 99 98
www.ikea.de

Karstadt/Stromberg
Theodor-Althoff-Str. 2
45133 Essen
Tel. 0800/8 12 34 56
Fax 0800/1 00 42 25
www.karstadt.de

Le Creuset
Einsteinstr. 44
73230 Kirchheim
Tel. 07 20/21/9 74 90
Fax 07 20/21/9 74 99
www.lecreuset.de

Real/Steinbach
Schlüterstr. 7a
40235 Düsseldorf
Tel. 0800/5 03 54 18
Fax 02 11/9 69 21 40
www.real.de

Tefal
Groupe SEB
Herrrainweg 5
63067 Offenbach/M.
Tel. 069/8 50 40
Fax 069/8 50 45 30
www.tefal.de

WMF
Württembergische
Metallwarenfabrik
Eberhardstr.
73309 Geislingen
Tel. 07 331/2 51
Fax 07 331/4 53 87
www.wmf.de

Hundefutter Seite 70–77

Aldi (Nord)/Baldo
Postfach 1301 10
45291 Essen
Tel. 02 01/8 59 30
Fax 02 01/8 59 34 25
www.aldi-nord.de

Aldi Süd/Romeo Select
Postfach 10 01 52
45401 Mülheim a.d.R.
Tel. 02 08/9 92 70
Fax 02 08/9 92 76 10
www.aldi-sued.de

Animonda
Animonda petcare
Weiße Breite 3 a
49084 Osnabrück
Tel. 05 41/77 07 60
Fax 05 41/7 70 76 19
www.animonda.de

Aus der Heimat
siehe Animonda

Biopur
Bruchstr. 13
67098 Bad Dürkheim
Tel. 063 22/98 72 98
Fax 063 22/98 01 53
www.biopur.de

Bozita
Lantmännen Bozita
Rungedamm 31
21035 Hamburg
Tel. 040/73 43 07 91
Fax 040/41 92 85 01
www.bozita.de

Cesar
Mars
Postfach 1280
27281 Verden (Aller)
Tel. 042 31/9 40
Fax 042 31/94 43 26
www.mars.de

Christopherus
Allico
Heimtierbedarf
Müggenort 21
27321 Thedinghausen
Tel. 042 33/9 32 00
Fax 042 33/93 20 20
www.allico-online.de

Das Futterhaus/Activa Gold
Animal Quality
Eisenstr. 16
30916 Isernhagen
Tel. 056 65/
9 98 61 26
Fax 056 65/
9 98 65 51 26
www.animal-quality.de

dm/Dein Bestes
Carl-Metz-Str. 1
76185 Karlsruhe
Tel. 07 21/5 59 20
Fax 07 21/55 22 13
www.dm.de

Edeka/Herzhafte Bissen
22291 Hamburg
Tel. 040/63 77 0
Fax 040/63 77 42 75
www.edeka.de

Fressnapf/BioPlan/Premiere/Real Nature
Westpreußenstr.
32–38
47809 Krefeld
Tel. 0800/1 99 09 90
www.fressnapf.de

Happy Dog
Interquell
Tierfennahrung
Südlliche
Hauptstr. 38
86517 Wehringen
Tel. 082 34/9 62 20
Fax 082 34/
96 22 82 96
www.happydog.de



Herausgeber und Verlag

Stiftung Warentest, Lützowplatz 11–13, 10785 Berlin,
Postfach 30 41 41, 10724 Berlin.
Telefon: 0 30/2 63 10, Telefax: 0 30/26 31 27 27
Internet: www.test.de
USt-ID-Nr.: DE 1367 25570

Verwaltungsrat

Prof. Dr. Andreas Oehler (Vorsitzender), Volker Angres,
Prof. Dr. Manfred Hennecke, Dr. Annette Nietfeld, Prof. Dr. Lucia Reisch,
Isabel Rothe, Prof. Dr. Volker Wolff

Kuratorium

Dr. Günter Hörmann (Vorsitzender), Prof. Dr. Barbara Brandstetter, Dr. Thomas Förster, Dr. Jörg Freiherr Frank von Fürstenwerth, Dr. Rainer Grieshammer, Christoph Hahn, Dr. Sven Hallscheidt, Prof. Dr. Herbert Kubicek, Sigrid Leue-Esch, Dr. Stefanie Märzheuser, Wolfgang Schuldzinski, Prof. Dr. Achim Stiebing, Karin Voß, Prof. Dr. Ulla Walter, Dr. Ralph Waltherr, Christoph Wendker, Manfred Westphal, Prof. Dr. Reiner Wittkowski

Vorstand

Hubertus Primus

Weitere Mitglieder der Geschäftsleitung

Bereich Untersuchungen

Dr. Holger Brackemann, Daniel Gläser

Dr. Holger Brackemann (Bereichsleiter)

Qualitätssicherung und Prozessoptimierung: Elke Gehrke

Preiserhebungen: Manfred Groß; Prüfmustereinkauf: Dirk Weinberg

Verifikation

Claudia Gaca, Dr. Andrea Goldenbaum, Susanne Neunerling, Sibylle Schalock, Hartmut Schäfer

Multimedia

Jürgen Nadler (Wissenschaftlicher Leiter); Projektleiter: Dr. Markus Bautsch, Jenny Braune, Ralf Gaida, Dr. Dirk Lorenz, Marcus Pritsch, Dr. Bernd Schwenke, Simone Vintz, Dr. Kirstin Wethekam; Marktanalyse und Projektsistenz: Heike Clemens, Philipp Dammshneider, Thomas Grund, Lutz Konzag, Danielle Leven Henning Withöft (Journalistischer Leiter); Redakteure: Ronald Dammshneider, Martin Gobbin, Peter Knaak, Christian Schlüter, Sandra Schwarz, Volker Wartmann, Michael Vogt

Haus, Energie, Freizeit und Verkehr

Dr. Silvia Marten (Wissenschaftliche Leiterin); Projektleiter: Hans-Peter Brix, Christiane Böttcher-Tiedemann, Renate Ehrnsperger, Dr. Konrad Giersdorf, Henry Görnitz, Till Kolja Oettel, Dr. Dagmar Saubier, Anke Scheiber, Dr. Peter Schick, Jörg Siebolds; Marktanalyse und Projektsistenz: Ingo Bengelsdorf, Toralf Hainisch, Petera Kabelitz, Wolfgang Lerch, Simone Lindemann, Yvonne Sanguinette, Michael Vogt

Werner Hinzpeter (Journalistischer Leiter); Redakteure: Sebastian Brauns, Michael Koswig, Cecilia Meusel, Thomas Müller, Falk J. Murko, Herbert Noll, Stephan Scherfenberg, Claudia Till

Ernährung, Kosmetik und Gesundheit

Dr. Ursula Loggen (Wissenschaftliche Leiterin); Projektleiter: Katrin Andruschow, Ulrike Behringer, Dr. Heike Dieckmann, Charlotte Granobis, Dr. Birgit Luther, Christiane Nientimp, Dr. Birgit Rehlender, Janine Schlenker, Dr. Gunnar Schwan, Dr. Jochen Wettach; Marktanalyse und Projektsistenz: Michaela Backhus, Julia Leise, Harry Mallok, Anngret Plock, Nada Quenzel

Isabella Eigner (Journalistische Leiterin); Redakteure: Ina Bockhalt-Lippe, Lea Sophie Lukas, Nicole Merbach, Alina Reichardt, Dr. Bettina Sauer, Sara Waldau, Swantje Waterstraat

Weiterbildung

Dr. Michael Cordes (Wissenschaftlicher Leiter); Projektleiter: Sandra Baumert, Dr. Anett Brauner, Stefan Hüllner; Marktanalyse und Projektsistenz: Benjamin Barkmeyer, Sylvia Keske-Fouda, Andrea Kiesner, Doreen Plassch

Marketing und Vertrieb

Alrun Jappe (Journalistische Leiterin); Redakteure: Christina Engel, Andrea Frey Dorothea Kern (Leiterin); Vertrieb Zeitschriften: Frank Beich (Leitung); DPV Deutscher Pressevertrieb GmbH, Düsterstr. 1–3, 20355 Hamburg, www.dpv.de

Kundenservice: Stiftung Warentest, 20080 Hamburg, Tel. 0 30/3 46 46 50 80, Mail: stiftung-warentest@dpv.de

Kommunikation

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

Redaktion test

Chefredakteurin

Anita Stocker (verantwortlich)

Stellvertretender Chefredakteur

Peter Gurr

Textchefin

Marina Pauly

Redaktionsassistent

Britta Ossig-Moll

Grafik

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

Bildredaktion

Kerstin Babrikowski, Margrit Porzelt, Gabriele Theune

Produktion

Catrin Knaak, Martin Schmidt, Yuen Men Cheung

Produktfotos

Ralph Kaiser

Verlagsherstellung

Rita Brosius (Leitung), Susanne Beeh

Weitere Mitarbeiter dieser Ausgabe

Kerstin Backofen, Michael Beumer, Heinz Brakenhoff, Michael Bruns, Detlev Davids, Markus Fischer, Christoph Herrmann, Susanne Meunier, Michael Sittig, Ulrike Steckkönig, Marion Weitemeier

Litho

tiff.any GmbH Berlin

Druck

STARK Druck GmbH + Co. KG, Pforzheim
Innentitel und Bestellkarte gedruckt auf Recyclingpapier mit dem Umweltzeichen „Der Blaue Engel“

Abonnement

Jahresabonnement Inland: 55,90 Euro (inklusive gesetzlicher MwSt. und Versandkosten); Jahresabonnement Ausland: 61,90 Euro / Schweiz 87,60 sfr.; Preis für das Einzelheft Inland: 5,30 Euro (inklusive gesetzlicher MwSt., zzgl. Versandkosten); Auslandspreis für das Einzelheft: 5,30 Euro / Schweiz 8,50 sfr. (inklusive gesetzlicher MwSt., zzgl. Versandkosten)

ISSN

0040–3946

Bildnachweis

Titel: Thinkstock

Rücktitel: JOKER/R. Gerard; A. Plewinski; Flora Press/Bildagentur Beck

Fotos: St. Thost; B. Ametsbichler; Samsung (S. 4, 42/43, 45); Olympus (S. 40); Bosch Elektrowerkzeuge (S. 56/57); Ryobi (S. 57)

Infografiken: Kati Hammling

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 Übertragung 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.

Herrmann's
Am Ölfeld 6
85617 Aßling
Tel. 0 80 92/
8 50 25 00
Fax 0 80 92/
8 50 24 99
www.herrmanns-ma-
nufaktur.com

Hill's
Hill's Pet Nutrition
Beim Strohhouse 17
20097 Hamburg
Tel. 0 800/4 45 57 73
Fax 0 40/7 3 19 41 23
www.hillspet.de

**Kaufland/
K-Classic**
Rötelsstr. 35
74172 Neckarsulm
Tel. 0 800/1 52 83 52
Fax 0 71 32/94 61 24
www.kauffland.de

**Lidl/
Orlando**
Stiftsbergstr. 1
74167 Neckarsulm
Tel. 0 800/4 35 33 61
Fax 0 71 32/94 22 36
www.lidl.de

Naturplus
siehe Das Futterhaus

Netto
**Marken-Discount/
Pablo**
Postfach 11 80
93139 Maxhütte-
Haidhof
Tel. 0 800/2 00 00 15
Fax 0 94 71/32 01 49
www.netto-online.de

O'Canis
Polpart
Attilastr. 52–58
12105 Berlin
Tel. 0 30/36 44 44 01
Fax 0 30/36 44 43 99
www.o.canis.de

Pedigree
siehe Cesar

**Penny/
Spurty Premium**
50603 Köln
Tel. 0 22 1/20 19 99 59
Fax 0 22 1/1 49 90 00
www.penny.de

Pure Instinct
siehe Das Futterhaus

**Rewe/
ja!**
50603 Köln
Tel. 0 22 1/14 90
Fax 0 22 1/1 49 90 00
www.rewe-group.com

Rinti
Finnern
Bahnhofstr. 11
27283 Verden (Aller)
Tel. 0 42 31/9 26 70
Fax 0 42 31/92 67 20
www.finnern.de

**Rossmann/
Winston**
Isernhägener Str. 16
30938 Burgwedel
Tel. 0 51 39/89 80
Fax 0 51 39/8 98 49 99
www.rossmann.de

Terra Canis
Friedrichstr. 1A
80801 München
Tel. 0 89/6 93 34 15 00
Fax 0 89/6 93 34 15 99
www.terra.canis.de

Yarrah
Yarrah Organic Pet
Food BV
Postbus 448
3840 AK Harderwijk
Niederlande
Tel. 00 31/3 41/43 98 50
Fax 00 31/3 41/43 98 70
www.yarrah.com

Lesetechniken
Seite 78–80

Büro Jens der Denker
Schmargendorfer Str. 3
12159 Berlin
Tel. 0 30/55 77 93 38
www.jens-
der-denker.de

Centered Learning
Düsseldorfer Str. 16
40625 Düsseldorf
Tel. 02 11/93 67 83 51
www.centered-
learning.de

Heku IT
IT Solutions & Services
Parkring 4
85748 Garching
b. München
Tel. 0 89/36 03 81 90
Fax 0 89/85 63 53 25
www.heku-it.com

Improved Reading
Burgstr. 81
65817 Eppstein
Tel. 0 61 98/57 60 60
Fax 0 61 98/57 60 96
www.improved-
reading.de

Matchpoint-Media
Claudiusstr. 6
59174 Kamen
Tel. 0 30/37 30 90 70
Fax 0 30/37 30 90 71
www.schneller-lesen-
mehr-behalten.de

Peoplebuilding
Institut für
nachhaltige Effektivität
Zach Davis
Egerlandstr. 80
82538 Geretsried
Tel. 0 81 71/2 38 42 00
Fax 0 81 71/2 38 42 06
www.peoplebuilding.de

Sommerreifen
Seite 81–85

Bridgestone
Justus-von-
Liebig-Str. 1
61352 Bad Homburg
von der Höhe
Tel. 0 61 72/4 08 01
Fax 0 61 72/4 08 49
www.bridgestone.de

Continental
Büttnerstr. 25
30165 Hannover
Tel. 05 11/9 38 01
Fax 05 11/93 88 17 70
www.conti.de

Dunlop
siehe Goodyear

Falken
Berliner Str. 74–76
63065 Offenbach/M.
Tel. 0 69/24 75 25 20
Fax 0 69/2 47 52 52 14
www.falken-europe.de

Firestone
siehe Bridgestone
www.firestone.de

Fulda
siehe Goodyear

Goodyear
Goodyear Dunlop
Dunlopstr. 2
63450 Hanau
Tel. 0 61 81/68 01
Fax 0 61 81/68 12 83
www.goodyear-
dunlop.de

GT Radial
Giti Tire
Auf den Seidenberg 5
53729 Siegburg
Tel. 0 22 41/12 39 40
Fax 0 22 41/1 23 94 76
www.gtradial.de

Hankook
Reinhold-
Schleese-Str. 14
30179 Hannover
Tel. 05 11/6 49 09 70
Fax 05 11/64 60 97 79
www.hankooktire-eu.
com/de

Infinity
Roßberggring 73
64354 Reinheim
Tel. 0 61 62/96 62 35 87
www.infinity-
tyres.com

Kleber
siehe Michelin

Kumho
Brüsseler Platz 1
63067 Offenbach
am Main
Tel. 0 69/9 43 31 80
Fax 0 69/49 00 69
www.kumhotire.de

Matador
siehe Continental

Michelin
Postfach 21 09 51
76159 Karlsruhe
Tel. 07 21/53 00
Fax 07 21/53 10 29
www.michelin.de

Nankang
Jen Ai Rd.
Suite 608, No. 136,
Sec. 3
Taipei City
Taiwan
Tel. 08 86/2/27 07 10 00

Nokian
Neuwieder Str. 14
90411 Nürnberg
Tel. 09 11/52 75 50
Fax 09 11/52 75 29
www.nokiantyres.de

Pirelli
Postfach 40 14 80
80714 München
Tel. 0 89/14 90 80
Fax 0 89/14 90 85 81
www.pirelli.de

Sava
siehe Goodyear

Semperit
siehe Continental

Vredestein
Apollo Vredestein
Rheinstr. 103
56179 Vallendar
Tel. 02 61/8 07 66 00
Fax 02 61/8 07 66 99
www.apollovre-
stein.com

Yokohama
Monschauer Str. 12
40549 Düsseldorf
Tel. 02 11/5 37 40 50
Fax 02 11/53 74 05 23
www.yokohama-on
line.com

Tarife der Servicenummern

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

0 800 Kostenfrei.	0 180 5 14 Cent/Min.
0 180 1 3,9 Cent/Min.	0 180 6 20 Cent/Anruf.
0 180 2 6,0 Cent/Anruf.	0 188 09 49 Cent/Min.
0 180 3 9,0 Cent/Min.	0 900 1 Preis laut Ansage, maximal 3 Euro/Min.