



≡ Menü

Folge 235: Mit dem Solarlighter zur Entfettung mit den FiveFingers laufen

Nutze die Hörzeit produktiv!!!

Ändere deine Passwörter

- <http://keepass.info/>
- [KeePass 2 Passwortmanager für Windows | Tutorial deutsch](#)

Du musst dich erst noch in Keypass2 einarbeiten oder das [Tutorial anschauen?](#)
Dann sortiere endlich mal wieder deine Bilder auf dem Rechner oder Backupe was auch immer mal wieder gebackupt gehört!!!

Was gab's letzte Woche (Raiden)

- Kurzurlaub und Hörertreffen
 - Oberstauen [[Webseite](#)]
 - Oberstauen auf [Twitter](#)
 - Hörertreffen: [Das Nord-Süd-Gefälle](#) [[Feed MP3](#)] [[Feed MP4](#)] [[Feed OGG](#)]
 - [NoSueG027: HörerInnentreffen im Allgäu](#)
 - Weng a Hüttengaudi gehabt
 - Elfer raus! [[Amazon](#)]*
 - Killer Karnickel Basisspiel (Metalldose) [[Pegasus](#)]
 - Camel Up – Spiel des Jahres 2014 [[Amazon](#)]*
 - Danke für die coole Zeit an
 - [@streptopoppe](#) | [@whitehorus](#) und Franz
 - [@DerSmile](#) | [@FrauSmile_](#) und Lucie

- [@FatWookiee](#)
 - [Geschichte und Gespräche](#)
 - [Das geheime Kabinett](#)
- [@Muffelewuff](#)
- [@Der_Gali](#)
- Kickstarter ist durch
 - [Imbue – The Magnetic Tea Infusing Vessel](#)
- Amazon
 - [Abnehmen mit dem Thermomix: Leichte Low-Carb-Küche zum Genießen](#)
- Aliexpress
 - [Adjustable Camouflage Unisex Army Hats Military Caps Helmets Trucker Topees](#)
 - [High quality Wholesale Retail 1pc free shipping Hat & Cap Fashion embroidery CAPS Unisex Baseball Cap](#)
 - [Survival Solar Fire Starter Outdoor Camping Solar Lighter Emergency Tool Gear Camping KSKS](#)
 - [5.5inch Running Jogging GYM Protective Phone Bag Sports Wrist Bag Arm Bag , Outdoor Waterproof Nylon Hand Bag For Camping Hiking](#)
 - [Hot Sale New Outdoor Tactical Nylon Webbing Buckle Hook Water Bottle Holder Clip EDC Free Shipping](#)
- Trim silence in Pocket Casts [Bild]
- Danke an [@Encykliä](#) und [@Landstuhler](#) für die Überraschung

Was gab's letzte Woche (Bob)

- Meine Auto hat die Sicherung durch
- Zwei Paar Schuhe nachbeordert [FiveFingers](#) und [SoleRunner](#)
- Vorhänge nähen...kann ich 😊
- Der Sommer hat einen Kilo auf die Rippen gebracht
- Laufen mit Runtastic

Was gab's letzte Woche (Kai)

- [Amazon Pantry](#) getestet
- [Ali Express](#) getestet
 - [Armband für Fitbit Flex](#)
 - [Solar Blume](#)

- [iPhone/iPad Tischständer](#)
- Zu Gast beim [Bobsonbob Podcast](#) mit [StudioLink](#)
- Lohnt sich noch eine SSD für meinen Rechner?
- Neue Domain www.planetkais-fuckaround.de

Was gab's letzte Woche (Micha)

- Dotti: freue mich über deinen Beitritt als "[FullMember](#)"
- Jan: Es gibt hier auch solche Buffetspezialitäten beim [Mongolen](#)
- Bob: sorry, [Zehenschuhe](#) sind wirklich häßlich und ich muss IMMER hinschauen wenn ich welche sehe...
- Kai: nochmal von mir Glückwunsch zum [4ten Geburtstag](#)
- Gérard: die [TP Link](#) hatte ich auch, unzufrieden, nutze nun [Fritz! WLAN Repeater E1750](#)
- Klaus: macht seine Sache als Muggel in der [CacHeFreQueNz](#) gut

AmazonTour:

- [Elternabend](#)
- Samstags im Outlet ([OchtumPark](#)) shoppen (Fußballschuhe) ist Horror
- Mit Chef gesprochen ob ich [BlaBlaCar](#) nutzen dürfte, er hat skeptisch geschaut und nein gesagt, Versicherung, etc.

AmazonTour:

- WD Festplatte Desktop 8TB "[My Book](#)"
- Otterbox Defender für das iPad mini 4 jetzt auch bei [Amazon](#)
- Buch – [Audacity 2.1 kompakt](#) (Desktop Edition)

Allgemeines:

- HörerPower gefragt – gibt es freie Bücher aus denen man im Podcast vorlesen darf? Wenn ja, wo?

Was gab's letzte Woche (Dotti)

- DOTTI IST IM URLAUB, gibt aber trotzdem ihren Senf ab

- Kicktipp geht in die heiße Phase.
- Skitch ([App](#)) ist super! Danke Kai!!
- QuickDraw: erstes Bandmaß mit integriertem Grafit Marker ca. 25.- Euro
[[Youtube](#)] [[Amazon](#)] *
- Buchtipp: 11 Minuten Paulo Coelho [[Amazon](#)] *
- Musik-Tipp: AnnenMayKantereit: [[Youtube](#)]
- [Lkw-Fahrverbot in der Ferienreisezeit](#) vom 1. Juli bis 31. August von 7 bis 20 Uhr

Serie/Film der Woche

- Raiden: Ugly Americans [[Wikipedia](#)] [[Prime](#)]
- Kai: [The Good Wife](#) ([Amazon Video](#))

Entfetten der Woche

- Wir starten eine ENTFETTUNGS-CHALLENGE
- Hashtag auf Twitter [#rgdeec](#)
- Brauchen wir ein Forum / Dokument / Nach Tagen / Dienstags wiegen / Ziel?
 - Mitmachen(Auch Anonym) / Vorschläge schicken [[Email](#)]

App/Programm der Woche

- Micha: [PokeMon Go Away](#)

Buch/eBook der Woche:

- Micha: [Audacity 2.1 kompakt](#) (Desktop Edition)

>>> [Schreibe jetzt einen Kommentar zur Folge](#) <<<

>>> [Hier gehts zum Hoererblog](#) <<<

>>> [Einen Tipp senden!](#) <<<

Hier der [Feed für die Folgen 1 – 100](#)

Hier der [Feed für die Folgen 101 – 200](#)

Hier der [Feed für die Folgen 201 – 218](#)

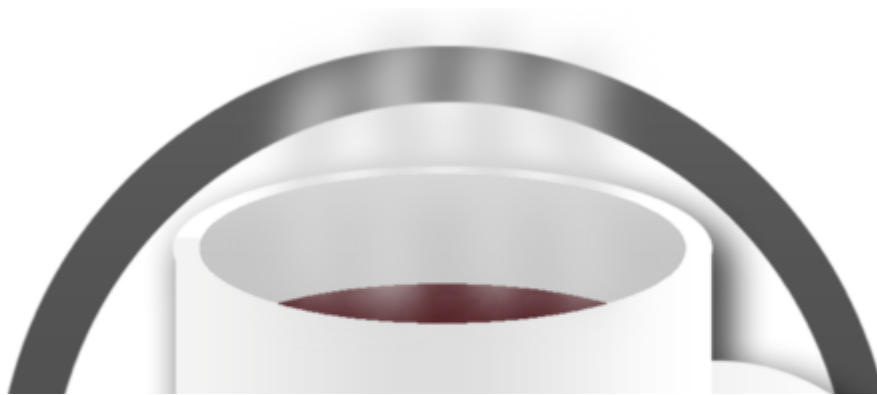
Hier der [Feed für die Kommentare](#)

Hau nei und [sei mal in einer Folge dabei!](#)

Bei einigen Links kann es sich um *Affiliate Links* des jeweiligen Podcasters handeln!!!

[Twitter](#) | [Facebook](#) | [Telegram](#) | [Youtube](#) | [Dropbox](#) | [Email](#) | [Paypal](#) |

[Audiokommentar senden](#) | [#RGDE Retro](#)



	Raiden	   	  
	Bob	   	
	Planet-Kai	     	
	Micha	     	
	Dotti	  	
	FatWookiee	    	

MP3 Audio [141 MB] ▼

Download

Show URL

In dieser Folge sind zu hören:[Raiden](#)[Bob](#)[Kai](#)[Micha](#)[Dotti](#)[@FatWookiee](#)**8 Gedanken zu “Folge 235: Mit dem Solarlighter zur Entfettung mit den FiveFingers laufen”****Nils**

August 24, 2016 um 8:59 pm | Bearbeiten

Welche Adresse, welcher Dienst... ist für euch am besten wenn ich euch einen Audiokommentar zukommen lassen möchte? Und welches Format bevorzugt ihr?

**Raiden**

August 24, 2016 um 9:15 pm | Bearbeiten

Servus Nils,

am besten einfach per Dropboxupload. Wav oder MP3.

<https://www.dropbox.com/request/Se7E8llmcZ1yaw88fjdP>

Gruß,
Raiden

**Andreas Harms**

August 25, 2016 um 9:03 am | Bearbeiten

Moin moin,

@Kai wenn du dir Android noch mal anschauen willst solltest du dir am besten ein Nexus kaufen, hier hast du denn Vorteil des reinen Android´s ohne irgendwelchem Zusatz und bist immer auf der aktuellen Version da es direkt von Google geupdatet wird.

Das Nexus 5x bekommt man im Moment recht günstig.

Grüße aus Ostfriesland
Harmsi79

**Martin @pokipsie Rechsteiner**

August 25, 2016 um 10:20 am | Bearbeiten

Das tolle an den deutschen Mongolen @Micha, ist dass die auch glutenfrei zubereiten 😊

**Martin @pokipsie Rechsteiner**

August 25, 2016 um 10:24 am | Bearbeiten

Das Leute nicht auf die Schuhe schauen, das ist nicht wirklich so. Vor allem die Frauen (Fragt mal bei euch ins Team) schauen sehr stark auf die Schuhe des Mannes.

Und wenn mir so jemand mit dem Zehen-Schuhen über den weg läuft dann kann ich nicht anders als drauf starren. liegt aber meistens auch daran dass die diese Schuhe immer in so knalligen Farben machen.

**Norbert von Twitter**

August 25, 2016 um 11:17 am | Bearbeiten

Da stimme ich dir zu, Martin. Ich persönlich traue mich kaum mit offenen Schuhen (Sandalen o. ä.) aus dem Haus. Es kommt natürlich immer auf das persönliche Umfeld an, in dem man lebt und arbeitet, aber wenn ich solche Five Fingers anziehen würde, müsste ich mir einiges anhören. Zudem muss ich zugeben, dass ich selbst auch nicht ganz vorurteilsfrei wäre, wenn mir jemand damit begegnen würde (außer Bob, der darf das!). Ich achte normalerweise bei anderen nicht auf Schuhe, aber wenn die so auffällig sind, geht es ja kaum anders.

Gruß, Norbert

**Norbert von Twitter**

August 25, 2016 um 11:12 am | Bearbeiten

Ich habe die gleichen Power-LAN Adapter im Einsatz wie Gerard (TP-Link), allerdings noch mit W-LAN. Ich hatte vorher Fritz-Repeater, aber mit denen brach ständig die Verbindung zum Router ab, so dass man sich am Repeater eingebucht hat, aber kein Internet bekam. Total nervig. Mit den Power-LAN-teilen läuft alles wie geschmiert. Ich denke, dass es auch daran liegt, dass unser Haus relativ neu ist (10 Jahre) und a) gute Elektroverkabelung hat sowie b) viel Eisen in den Decken, was für Repeater extrem schwierig ist. Power-LAN muss allerdings tatsächlich an mehreren Steckdosen testen, die Unterschiede können immens sein!

Gruß Norbert

**rapanui12 alias Daniel**

August 26, 2016 um 7:03 pm | Bearbeiten

Hallo Kai,
SSD Platte bringt wunder. Ich habe das erst kürzlich mit meiner Windows Maschine gemacht. Habe die alte Disk mit Veeam Endpoint Protection (gratis) auf eine externe Disk gesichert und über Veeam ein Bootmedium auf USB Stick erstellt. Danach neue Disk eingebaut mit Bootmedium gestartet und einen Restore auf die neue Disk gemacht. Dabei kann die Disk neu partitioniert werden (auch Shrink). Läuft wie Sau. Ev. dann noch mit msconfig (Command Prompt) allen Balast aus Autostart, Dienste etc deaktivieren so dass auch das Profil schnell geladen wird. Bei Problemen einfach die alte Disk wieder einbauen. Gruss rapanui12

Kommentare sind geschlossen.

Suche ...



Wir sind zu finden auf ...





Podcast Feeds



Kommentar Feed

[Kommentare über Telegram empfangen](#)

[Folgen 1 - 100](#)

[Folgen 101 - 200](#)

[Folgen 201 - 218](#)



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 Germany License](#).

LIVE VOM PODCASTER BBQ 2015

Wir haben live berichtet vom

[Podcaster BBQ 2015](#)

Abonniere dazu den Sonderfeed wennst noch mal Reinhören möchtest!



Wir produzieren in der PodWG

