



☰ Menü

Folge 245: Jayjay Jackpot pflanzt Zucchini im Kulturgarten an der Stange beim Haxn-Wirt

Was gab's letzte Woche (Raiden)

- Zurück aus dem Urlaub mit dem [@Landstuhler](#)
 - [Privater Feed](#)
- Battlefield 1 angespielt
- Mit Lenni ak [@Encykliä](#) #rgdeec2 ausgearbeitet
- Zitierte Folge im aktuellen [Sendegarten SEG010 Kulturgarten](#)
 - Hier springst du gleich [zur erwähnten Stelle](#)
- Mal in [Freeletics](#) geschnuppert
- Thermomix® TM5®  Zucchini-Lachs Auflauf low carb [[Youtube](#)]



Was gab's letzte Woche (Bob)

- Das Wasserbett hatte einen Undichten
- Meine AppleWelt ist jetzt komplett
- Habe mir jetzt eine Oberarmtasche für mein "Riesen Handy" bestellt
- Für Spaziergänge im Regen habe ich den guten alten [Poncho](#) wiederentdeckt.
- Eine [Stange](#) für Klimmzüge ist angebracht
- Unser [Kicker](#) ist heute eingetroffen
- Heute das erste mal ohne Schuhe durchgelaufen
- Eine kleine [Challenge](#) nebenher
- Ich bin jetzt auf [Pacer](#) um meine Schritte zu vergleichen (Gruppe "Bobsonbob")
- Soll ich wieder als Revoluzzer auf die Straße

Am 07.11. um 20.00 Uhr kann man sich [hier](#) Karten zum CCC sichern. Pünktlichkeit ist Pflicht.

Was gab's letzte Woche (Dotti)

- Kicktipp macht riesigen Spaß! Aus Fußball-Muffel werden Fans 😊
- Das [Zoom H5](#) ist angekommen und ich experimentiere viel damit rum.
- iPhone spinnt rum. Innerhalb von vier Stunden Akku leer.
- Sonntag eine schöne Wanderung gemacht und dabei leider verkühlt: [Die Tour ist auf der Hörmupfel zu finden](#)
- Am Feiertag, 1. November, im Werdensteiner Moos zwischen Immenstadt und Waltenhofen spazieren gewesen. Danach zum Haxn-Essen beim [Haxn-Wirt](#)
- [Jayjay Jackpot](#) erklärt auf youtube, wie man sich vor Horror-Clowns schützt.

Serie/Film der Woche

- Raiden: [Hart of Dixie](#)

Blog/Podcast der Woche

- Raiden: [093: Die Drei Vogonen und die Entjungferung in der Sushibar](#) [Feed]
- Bob: Captain Future [[Amazon](#)]

>>> [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](#)



Ralph
@n8zug



Folge ich

Wo sogar das Grauen g'freggt ist!
Raidenger **#LIVE!** Jetzt! **#rgde** 🐼
raidenger.de/live-hoeren



	Raiden		
	Bob		
	Dotti		

MP3 Audio [90 MB] ▼

Download

Show URL

In dieser Folge sind zu hören:

[Raiden](#)

[Bob](#)

[Dotti](#)

7 Gedanken zu “Folge 245: Jayjay Jackpot pflanzt Zucchini im Kulturgarten an der Stange beim Haxn-Wirt”



dr.ignaz

November 3, 2016 um 6:55 pm | Bearbeiten

vielen dank für die folge !

dr. godzilla ignaz ist dann auch bei der fett challenge.

der erste tag ohne chips ist schon der horror – ich hoffe es wird noch besser 😊

**Falk**

November 4, 2016 um 1:18 pm | Bearbeiten

Moin zusammen,
ich wollte mal was für Bob loswerden.
Zum ersten heißt es Apple Watch und nicht IWatch 😊
Ansonsten kannst du Playlisten auch mit der Watch synchronisieren und kannst so mit deinen Bluetoothkopfhörern auch ohne iPhone Musik hören.

Laufen geht auch ohne iPhone. Allerdings nur mit der eigenen Workout App. Diese lernt nach einigen Läufen mit iPhone deine Laufweise kennen und kann so dann auch ohne iPhone deine Strecke aufzeichnen. Entfernung passt erstaunlich gut. Gut du hast dann keine Streckenaufzeichnung, aber zumindest Schritte und Kalorien usw. Die Runtastic App kann es leider nicht und LiveTracking geht so natürlich auch nicht. Aber du brauchst dafür eben auch dein iPhone nicht mitschleppen.

Gruß aus Lübeck
Falk

**minilancelot**

November 4, 2016 um 9:18 pm | Bearbeiten

Hallo lieber Raiden,

ich habe gedacht, Du erzählst uns noch ein bißchen mehr von deinem Irland Urlaub. Klar, es gab deinen kleinen "Zeuch" Podcast, aber so wirklich wurde da auch nicht erzählt was ihr alles gesehen habt. Wie hat es Dir eigentlich gefallen? Habt ihr auch Burgen, Kirchen, Ruinen usw angeschaut? Seit ihr in Museen gewesen? Es klang immer fast so, daß ihr nur Auto gefahren seit und Bilder von der Landschaft gemacht habt. Wie

war der Ring of Kerry oder Ring of Beara? Vielleicht magst ja doch noch ein bißchen von deinem Urlaub erzählen?

Liebe Grüße
minilancelot



Taunide

November 5, 2016 um 11:25 pm | Bearbeiten

Die Frau hat recht!



Raiden

November 8, 2016 um 9:36 am | Bearbeiten

Servus Minilancelot,

da nehme ich mal was mit dem Landstuhler zusammen auf und schneide es dann in die Folge^^

Danke fürs Feedback und Gruß,
Raiden



Michael Coors

November 6, 2016 um 4:37 pm | Bearbeiten

Hallo,
möchte mich mal zu eurer Entfettungs Challenge äußern. Bewegung und auf die Ernährung achten ist ja soweit ok, aber um 2-3Uhr nachts aufstehen um mehr Schritte zu machen als andere? Bleibt da nicht so langsam die Erholung auf der Strecke und die Challenge verursacht Stress? Nun fängt eine neue an und das vor den Feiertagen, was macht ihr mit den

Adventsfeiern, Weihnachtsmärkten, Bunten Tellern und Weihnachten allgemein? Den Salat der als Beilage gedacht ist zum Hauptgericht machen? Auch das Training nach Anleitung einer App halte ich für Bedenklich, bei einigen Übungen sollte dann doch ein Trainer auf die Ausführung achten.

Grüsse Michael C.



dr.ignaz

November 6, 2016 um 6:03 pm | Bearbeiten

hallo Michael !

ich teile deine Bedenken allerdings ist das alles freiwillig und jeder muss natürlich eigenverantwortlich handeln.

Es ist ja eher eine Motivationsgruppe in der man sich gegenseitig unterstützt um seinen inneren Schweinehund zu überwinden.

wenn jemand um 2 uhr aufsteht um schritte zu machen soll er das tun – ich arbeite oder schlafe zu der zeit und werde das nicht machen. natürlich steht es jedem frei darauf einzusteigen oder es einfach zu lassen 🙄

gruß

iggy

Kommentare sind geschlossen.

Suche ...



Wir sind zu finden auf ...



Podcast Feeds