



## Warum wir alle 20 Tage unsere Unterwäsche föhnen

Dieses Werk ist lizenziert unter einer Creative Commons Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz:  
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de>

### Minute 0

L: Ahhhhhh

A: Ist das 'ne Hitze, ey. Ich glaub's nicht. Ich würde sagen-

L: wir brauchen ein kühles Blondes!

A: Wir haben keine Blondinen im Podcast. Achso, doch du hast blonde Haare.

L: Öh, ich hab Stroh-blonde Haare!

A: Ok, n Bier.

L: Cheers!

A: Cheers!

\*Intro\*

L: Es ist herrlich!

A: Freunde, es ist -

L: Herzlich willkommen zu Herrengedeck der Podcast

A: Singen wir das jetzt immer, den Jingle?

L: Ja, machste auch?

A: Mh

L: Und los!

A: Herrengedeck

L: Ohne Weintraube im Mund.

A: Aber ich muss essen. Ehm, an diesem Tag an dem wir aufzeichnen, an diesem heutigen Sonntag, der Sonntag macht grade seinem Namen alle Ehre, es ist unglaublich heiß und sonnig draußen

L: The sun is shining, it's the sun of California

A: Laura und ich sitzen hier beide in einem kleinen luftigen Strand-Beach-Kleid

L: Ja

A: In einem Bit- du sitzt in nem Beach-Kleid, ich sitz in nem Bitch-Kleid hier.

L: Stimmt.

A: Es ist unglaublich heiß, weswegen wir uns ne- Wir haben uns ne Fruchtschale - sagen wir's wie's ist.

L: Es ist- es ist ne Fruchtschale und da sind zwei Arten von Früchten drin, nämlich Pflaumen und Weintrauben

### Minute 1

A: Und die Pflaumen stehen für mich, und die Weintrauben stehen für Laura...ehm das, das soll den Cultural-Mix ehm in unserer Gesellschaft und auch in diesem Raum darstellen.

L: Also ich bin die grüne Weintraube und du die dunkelblaue...Pflaume?

A: Mhm, ja, ganz genau. Ich liebe den Sommer sehr, muss ich sagen, das einzige was ich an dem

---

Sommer nicht mag ist, dass es in Deutschland eigentlich gar keinen Sommer gibt. Man freut sich die ganze Zeit auf die Monate Juni, Juli, August und dann regnet's die ganze Zeit durch.

L: Es war ja auch die letzten Tage so, tatsächlich. Aber heute ist's schön.

A: Ich frag mich... Also ich war in letzter Zeit auf sehr vielen Geburtstagen oder so, am Wochenende bei irgendwelchen Freunden oder man saß draußen im Biergarten, hat sich getroffen um was zu trinken-

L: Hm

A: -und ich hab mich immer gefragt, die feiern alle ihren Geburtstag oder ne Einweihungsparty oder irgendwas draußen, warum machst du das nie? Das ist so schön, und dann isst mir eingefallen. Weil ich im Winter Geburtstag hab.

L: Du hast im tiefsten Winter Geburtstag.

A: Es war ne traurige Erkenntnis, muss ich sagen

L: Aber du könntest einfach mal deinen Geburtstag im Sommer feiern?

A: Das mag ich nicht, ich finde Geburtstage-

L: Findest das doof?

A: Mhm

L: Machen aber viele!

A: Ich find nachfeiern auch schon blöd aber vorfeiern find ich richtig blöd!

L: nicht vorfeiern...

## Minute 2

A: nachfeiern?

L: Nachfeiern!

A: Im Sommer vom Winter?

L: Mhm!

A: mhm, ne...

L: Ok, wow.

A: mhm, ok.

L: Aber du könntest dir einfach n anderes- n anderen Grund überlegen, warum du im Sommer irgendwas feiern möchtest. Vielleicht hast du da Namenstag zufälligerweise, oder so.

A: Ich glaub Ariana hat in Deutschland gar keinen Namenstag. Meine Mutter hat n Namenstag, die hat aber auch nen sehr altdeutschen Namen. Mh... Podcast-Geburtstag könnten wir feiern! Das ist im...mh im November...

L: Mh, siehste, das ist auch schon oll.

A: Unser Leben ist so scheiße! Unser Leben ist- Gott sei Dank haben wir euch!

L: Und Gott sei Dank bin ich braun. Können wir über meine Bräune reden?

A: Über deine Bräune möchtest reden?

L: Mhm

A: Was hast du zu deiner Bräune so-

L: Ich find sie ziemliche Bronze-farben mittlerweile

A: Laura hat wirklich nen sehr schönen Teint muss man sagen. Ne echt, wirklich!

L: Aber ist n Fake-Teint

A: Siehst aus wie ne Latina, wie ne schwedische Latina.

L: Mhm

A: Mhm

L: Aber ist n Fake-Teint.

A: Ähm, darf ich ne Pflaume essen und du erzählst mir was?

L: jaa

A: ja, mach mal

L: Ich wollte dir noch von meiner Solarium-Geschichte heute erzählen-

A: Ah, ja, mhm

L: Das war ne Geschichte, das war ne Comedy für mich. Was da abgelaufen ist, war ne Comedy.

A: Im Solarium.

---

L: Ist wirklich so gewesen. Ich hab heute gedacht „ok, heute fragst du-

### Minute 3

L: Mandy mal, Mandy arbeitet da, ja? Heute fragst du Mandy mal, ob du mal auf ne stärkere Liege gehen kannst.“ Denn wer mich kennt, der weiß, ich war bisher nur auf der Medium.

A: Was ist denn ne stärkere Liege? Ist die einfach dicker?

L: Nee, mit stärkeren Röhren.

A: Können sich da schwerere Menschen drauflegen?

L: Sei nicht so doof!

A: Wieviel wiegen sie denn? 70? Dann gehen sie mal bitte auf die stärkere Liege.

L: mhm...

A: Ja ok, und dann?

L: ne intensivere, die-

A: mhm...intensiv! Schönes Wort, ja!

L: mh, ja! Und ich war immer, bisher – also wer mich kennt, weiß ich war bisher immer auf der Medium, angefangen hab ich mit der Medium-Light und heute wollt ich mal auf die 600er. Also hab ich Mandy gefragt. Mandy war wieder da, Mandy spricht sehr sächsischen Dialekt und hat gesagt Ähm „ja heute könntest du mal auf die 600er“. Und da gabs aber auch Unterschiede, ich war auf der Avantgarde. 600-Avantgarde

A: Was ist das?

L: Die ist, ähm...was hat sie gesagt...aerodynamisch. Weil normalerweise liegt man auf der Liege ganz ganz flach und die Avantgarde ist aber geschwungen, man ist wie auf so ner Strandliege. Ich so „Warum ist das so?“

A: Einfach nur fürs Feeling, oder?

L: Nee, so wird man nahtloser braun. Weil dann wird man noch an

### Minute 4

L : anderen Stellen besser und intensiver braun.

A: Zwischen den Beinen, oder wo jetzt genau?

L: An der Scheide...

A: An den...? Ok...

L: Das Ding war aber das, die Avantgarde war aber noch nicht frei, da ist grad eine raufgegangen. Sie sagt „Jetzt müsstest du halt warten.“ Ich sag „wie lange?“ „ja 20 Minuten“ „ja dann wart ich und les dann n bisschen in der Zeit“

A: du hast zwan- ach in der Zeit hast du mir geschrieben, WhatsApp Nachrichten, oder?

L: ja

A: Mh, ja. Ist da n Mann drauf gewesen oder ne Frau die das blockiert hat?

L: Das weiß ich nicht, das weiß ich wirklich nicht. Aber es war sehr sehr viel los, weil plötzlich kam Karin in den Laden und Karin hat gesagt „heut ist wieder Tegel-Treff“. Für alle Leu-

A: Tegel oder Kegel?

L: Tegel. Tegel! Wer- Für alle die nicht aus Berlin kommen, Tegel da ist unser Flughafen das ist n Stadtbezirk, richtig, hab ich doch richtig erklärt?

A: Ja, aber da ist nichts. Das ist ne Brachlandschaft. Das ist wie Mecklenburg-Vorpommern.

L: Ja, aber Tegel-Treff im Solarium. Das heißt alle Tegeler sind wieder zu Besuch im Solarium. So hat sie's genannt. Tegel-Treff. Weil Karin war nämlich da und Karin hat da Mandy ganz lieb begrüßt. Karin hatte- war ungefähr 56 würd ich sagen, hatte n Side-Cut, auf der einen Seite wars auch grün gefärbt an den Spitzen.

A: Hat sie im hohen Alter nochmal versucht, was freches

### Minute 5

---

L: Ja, und Karin hat erzählt, dass sie gerade Urlaub hatte, und ne Lungenentzündung hatte im Urlaub, aber im selben Atemzug hat sie auch gesagt, sie möchte jetzt gerne mit Mandy eine rauchen gehen vor der Tür

A: Das lieb ich! Das lieb ich, wenn Leute sagen, sie sind sterbenskrank und haben ne Grippe oder ne Mandelentzündung und sagen „ich geh mal eine rauchen.“

L: Und so, so war Karin. Und dann kam plötzlich aus der Kabine aber auch noch Ralf und Ralf hat wirklich, ohne Scheiß, kam auch aus Tegel, weil Tegel-Treff war ja am Sonntag. Und Ralf hatte wirklich, kein Scherz, nen Vokuhila, ne Goldkette, einen goldenen Ohrring und n Tank-Top, da stand drauf „U.S Urban Force Department“. Und er war, er war auf jeden Fall sonnengebräunt. Er kam raus und er hat dann gesagt :

A: War er n bisschen Berliner Version von Dieter Bohlen?

L: Aber n assiger!

A: Assiger im Sinne von?

L: viel einfacher

A: mhm

L: mhm

A: ne Karikatur von Dieter Bohlen

L: Jaa, ungefähr. Also wenn jetzt Dieter Bohlen

## Minute 6

L: alles verlieren würde im Leben an Geld, würde er aussehen wie Ralf, glaub ich, vielleicht, keine Ahnung. Und dann hat Ralf gesagt : „Ick hab jehört jetzt is Raucherpause“ und dann hat er gesagt, dass er ne Runde schmeißt, weil er hat äh Polenzigaretten dabei aus Polen. Und hat die, ich dachte ich kuck nicht richtig, aus seiner ledernen Bauchtasche rausgeholt. Es war, ein Klischee jagte das andere in diesem Laden, wirklich! Und dann war ne komische Situation fü- für den Tegel-Treff war ne komische Situation weil plötzlich kam ne Frau mit Burka. In das Solarium.

A: Oh. Ohh!

L: Und hat gesagt sie möchte gern auf n Sun-Level für 20 Minuten

A: Warte mal! Komplett verschleiert? Auch Hände?

L: Ja auch Hände. Nur Schlitz an den Augen war frei. Der Rest war komplett verschleiert.

A: Und wollte ins Solarium?

L: Aufn Sun-Level für 20 Minuten.

A: Alles klar.

L: Und ich hab schon so gemerkt -

A: Hatte sie so n - es gibt ja so n Bikini-Stoff zum Beispiel, der UV-Strahlen durchlässt-

L: Nein, nein, nein, nein nein, nein! Es war n ganz normaler sch- es war ne ganz normale schwarze Burka

A: mhm

L: Und dann hab ich schon so gesehen, wie der Tegel-Treff so n bisschen irritiert gekuckt hat und dann wurde sie aber abgerechnet. „ja ok 20 minuten aufn Sun-Level ist grad frei“.

## Minute 7

L: Und dann sagt, als die verschleierte Frau dann in ihrer Kabine drin war, sagt Mandy zu mir: „ksst, ist schon komisch, ne? Für wen bräunt die sich denn, das sieht doch kein Mensch?“. Und ich dacht so ich bin im falschen Film. Und dann war die- war meine, meine Avantgarde-Liege war dann plötzlich frei. Und dann hat mir äh Mandy, weil sie glaub ich dachte, dass wir jetzt auch befreundet sind, vielleicht ich ja auch aus Tegel komm, kann ja sein, hat sie mir so ne Probe mitgegeben für nen Sonnen-Beschleuniger. Das soll das Melanin anregen.

A: Is es n Tuch? Is es ne Lotion?

L: Es ist ne Lotion, ne Lotion

---

A: mhm

L: Und dann hab ich gesagt „ja, und das bringt was?“ und sie „ja das kannst du gern mal ausprobieren, wenn’s dir gefällt kannst du das auch hier äh äh kaufen, kostet 30 Euro die Flasche“ Ok wow. So „ja, probier ich mal“ vielleicht-

A: Hast die dir in deine Leder-Bauchtasche reingesteckt und mitgenommen, oder?

L: Ich hatte ja leider keine.

A: Ah, schade!

L: Und dann bin ich auf die Liege und hab es auch direkt ausprobiert. Also diese Lotion.

A: Und, hat es was beschleunigt?

L: Es ist so, es ist- es hat sich folgendes zugetragen. Ich hatte alles auf meinem Body

## Minute 8

L: und plötzlich komplett Ausschlag bekommen, kein Scheiß! Es hat alles gekribbelt an der Haut, und ich hatte überall rote Flecken. Ich mus- Ich weiß nicht, es hat auch ganz, falls du schonmal Selbstbräuner benutzt haben solltest, wahrscheinlich nicht, denn du bist von Natur aus n sehr mediterraner Typ

A: Hey, kuck dir meinen Teint an, der ist fast schwarz.

L: mhm

A: Wenn du denkst es ist schwarz-weiß-Fernsehen, nein das ist Ariana die vor dir steht.

L: ja, genau.

A: ja

L: ja. Es hat genau nach Selbstbräuner ganz ganz stark gerochen und ich so schei- ich geh jetzt trotzdem. Und dann war ich auf dieser geschwungenen Liege, was sehr, sehr bequem war-

A: Auf der Avantgarde-Liege

L: Es war wirklich Avantgarde! Es war wirklich viel, viel besser als die anderen Liegen, viel, viel besser und schöner. Und dann hab ich- ich hab 15 Minuten echt gelitten, weil das so gejuckt hat, an meinem ganzen Körper.

A: Vielleicht war diese Lotion schon so lange- vielleicht stand die schon so lange, weil die niemand haben wollte, deswegen hat sie dir die auch umsonst gegeben.

L: Meinst du?!

A: Ja, die war abgelaufen einfach, seit ner Dekade schon.

L: Das glaub ich nicht.

A: ne Dekade lang abgelaufen.

L: Ich vertrau Mandy da eigentlich ziemlich doll.

A: Wirklich? Weil ihr sehr dicke seid, ne?

L: mh

A: Ja weil ihr gerne euch mal zusammen setzt

L: Vorallem weißt du über was ich mich richtig doll gefreund- gefreund- äh gefreut habe? Als ich zum ersten mal da war hat Mandy gesagt „Oh bei dir müssen wir aber ganz, ganz sachte anfangen.“

## Minute 9

L: hat sie gesagt und ich hab mich einfach sehr, sehr schlecht und weißhäutig gefühlt.

A: ja

L: war ich ja auch

A: mh

L: aber ich war n bisschen traurig darüber, über ihre Äußerung. Und heute, als ich dann gesagt hab: „ja Mandy, wie siehts’n aus, kann ich heute mal auf die 600er?“ hat sie gesagt: „Du bist ja toll vorgebräunt, toll! Auf jeden Fall auf die Avantgarde heute!“ hab ich mich richtig doll gefreut, so als hätte ich was richtig gemacht in meinem Leben.

---

A: Laura, woher kommt eigentlich dein neuer, sehr junger Hang zu den Solarium-Ausflügen? So kenn ich dich gar nicht.  
L: Ganz ehrlich, soll ich dir mal was sagen?  
A: mhm  
L: Ich fühl mich schlanker, und erhabener, wenn ich braun bin.  
A: Schwebst du so n paar Zentimeter über'm Boden?  
L: wirklich!  
A: ja.  
L: Ich brauch nicht mehr so viel Make-up, eigentlich gar kein Make-up für die Haut, ich- man sieht den Pickel nicht so doll. Die Dehnungsstreifen die ich hatte, am ganzen Körper, man sieht sie kaum noch, weil ich bin n Braunbär.  
A: Meinst du das wär auch ne gute Diätvariante für so Frauenzeitschriften die-  
L: ja!  
A: -sonst immer so Kohlsuppen-Diät und so, die Solarium-  
L: die Solarium-Diät! Gehen Sie einfach ins Solarium, und Sie sehen 10 Kilo leichter aus.  
A: Super!  
L: Ich fühl mich wirklich wie n Mensch erster Klasse.  
A: Ich hab schon das- ähh Angst vor der Zeit,

## Minute 10

A: vor der Zeit, wo man dich nicht mehr sehen wird.  
L: hmm  
A: wo du einfach weg bist...Ich kann mir auch vorstellen, dass die Frau-  
L: weil ich vor ner schwarzen Wand stehe, oder was?  
A: Nee, weil du einfach- weil du so schlank geworden bist durchs Solarium-  
L: Achso!  
A: -dass man dich nicht sieht  
L: Ach, so meinst du.  
A: Und ich frag mich auch, die verschleierte Dame die heute ins Solarium gekommen ist  
L: mh  
A: ob man- bist du sicher, dass da noch n Mensch hinter steckt, also hat man n Gesicht gesehen, oder war da einfach nur noch Luft drin? Weil-  
L: Ne, ich hab noch Augen gesehen.  
A: Du hast noch Augen gesehen.  
L: Aber was, ob sie noch n Körper hatte, weiß ich nicht.  
A: Das weißt du nicht?  
L: Weil vielleicht war's auch n Skelett mit Augen einfach nur.  
A: Ja, weil sie so oft im Solarium schon war, dass-  
L: ja!  
A: -sie sehr, sehr, sehr schlank geworden ist. Aber hey, wofür will sie eigentlich abnehmen? Das sieht ja keiner.  
L: das sieht ja keiner.  
A: das sieht ja keiner, schade! Uns seht ihr auch nicht-  
L: Ja, das war mein kleiner Ausflug.  
A: -obwohl wir da sind, aber ihr wisst, dass wir da sind, weil ihr hört uns zumindest.  
L: Wenn ihr nicht schon längst auf stumm gestellt habt.  
A: Oder auf nen anderen Podcast geschaltet habt oder-  
L: Wow!  
A: DagiBee im- auf YouTube seht, denn darüber haben wir das letzte Mal geredet. Über so Community-Namen, das machen Youtuber ja ganz gerne.  
L: ja.  
A: Die sagen ja gerne „Wir sind jetzt 250 Tausend“ und meinen damit ihre Fans. Und Laura hatte mit unserer Hörerin Eva glaub ich-

---

L: ja!

A: -zusammen überlegt ob wir das nicht auch machen wollen-

## Minute 11

A: Wir haben super viele Vorschläge von euch bekommen, ich war vorher schon nicht so glücklich, jetzt bin ich nur minimal glücklicher...

L: Wirklich?

A: n paar Leute haben mir, hab ich aber auch schonmal angemerkt, den Vorschlag geschickt, wir könnten uns alle zusammen ja „die Gedeckten“ nennen. Das Problem ist, in der Pferde- und in der Hundezucht ist halt, wenn ein Tier befruchtet, also wenn da jemand raufspringt-

L: ja!

A: -ist das n gedecktes Tier, das nennt man Deckung-

L: Also ich finde, das passt super!

A: -das wird gedeckt und irgendwie, wenn wir so befruchtete Pferdestuten alle zusammen sind, so „die Gedeckten“, weiß nicht ich find's irgendwie- es stößt mir sauer auf, würd ich sagen.

L: Wie fandest du den Vorschlag mit „den Alkis“?

A: Den fand ich sehr lustig! „Die Alkis“ oder auch „die Suffis“ wurde ja- wurde gesagt

L: ja

A: Oder „die Deckchen“

L: „Deckchen“ hatte ich auch schon vorgeschlagen.

A: hm ja

L: Wurde abgeschmettert von deinerseits.

A: mhm, ähm- ich würde sagen Leute lasst uns doch nochmal ein, zwei Tage drauf rumdenken

L: hmm

A: vielleicht kommen wir ja noch zu- zu nem guten Namen für unsere Community hier.

L: Toll. Wir können auch einfach mit nem Fact über uns anfangen, was hält'st'n davon?

A: So machen wir's. ähm. Ich nasch hier noch bisschen an der Obstschale.