

# Stromspartipps

**Beitrag von „Raptortosh“ vom 22. September 2022, 12:45**

Mein Mainboard stellt standardmäßig 4096W für pl1 und pl2, hält sich also gar nicht dran. Hwinfo zeigt das auch an

[Zitat von MPC561](#)

Nö.

Der drosselt auch thermisch. Das sagt: Du hast vermutlich eine suboptimale CPU Kühlung. Der Prozessor nutzt die PL2 Leistung so lange bis die thermische Drosselung einsetzt oder Tau abgelaufen ist oder das Bios deine Mainboards macht Unsinn. (Nicht lachen das hatte ich auch schon mit einem B460m Board).

Ist mir klar, dass es thermalthrottling gibt. Mein 11400h macht das auch, ist halt Laptop. Aber mir geht es um 10400.

Meine 240mm corsair aio (hab die günstig bekommen) reicht definitiv aus, auch damit ging er nicht wirklich über die 65W. Die gleiche kühlung reicht auch für meinen aktuellen 11700F, der auch deutlich drüber geht.

Den 10400f reichen die 65W (in etwa) schon für vollen takt, overclock kann er leider eh nicht.