

Auf See

Donnerstag, 04. Juli 2024

Sonnenaufgang

02.44 Uhr

Sonnenuntergang

22.43 Uhr

Nächstes Ziel

Luleå / Schweden

Wir bitten Sie, die **Desinfektionsspender** an den Eingängen zu den Restaurants und Bars zu nutzen. Niesen und Husten Sie in die Armbeugen und kontaktieren Sie gerne das Bordhospital über die Rezeption.

Entdecken Sie mit Phoenix Reisen die Welt - im praktischen Taschenformat. Finden Sie im Länderlexikon alle 197 Staaten von A-Z mit grundlegenden Fakten, ergänzt durch einen Abriss zu Politik, Bevölkerung, Wirtschaft, Geschichte, Kultur und Geografie. Falls Sie diesen **Phoenix Weltenbummler** käuflich erwerben möchten, erhalten Sie diesen an der Phoenix Information / Deck 5. Der Preis beträgt € 8,90 und wird Ihrem Bordkonto belastet.

Frühstücks-Spezial: Starten Sie in den Tag auf Wunsch mit „Ham & Eggs“.

08.00 Namasté beim **Yoga** mit Claudia. Starten Sie voller Energie in den Tag bei einem kraftvollen, ausgleichenden Yoga-Flow. Treff ist in der Atlantik Lounge / Deck 6. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit und tragen Sie bequeme Kleidung.

09.15 „**Glaube und Fußball - beide begeistern Menschen**“
Ihr Bordpfarrer **Wolfgang Emanuel** lädt Sie herzlich zur **ökumenischen Morgenandacht** in die Vista Lounge / Deck 10 ein.

09.30 **Quiz** mit Kathrin in der Harry's Bar / Deck 6.

10.05 **Die Ostsee. Geografie, Geschichte, Kultur**
Die Ostsee ist in mancher Hinsicht einzigartig: Sie ist ein Binnenmeer, eine Brackwassersee und sie friert im Winter manchmal sogar zu. Im Verlauf der Geschichte hat sie immer als Brücke für Handel und Austausch gedient, niemals als trennende Barriere. Historische Städte und eine reiche Kultur künden davon.
Ihr Lektor **Dr. Michael Weithmann** lädt Sie in die Atlantik Lounge / Deck 6 & 7 ein. *Dieser Vortrag wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen.*

10.30 Kathrin erwartet Sie zum **Jakkolo** in der Kopernikus Bar / Deck 9.

11.30 Finden Sie einen ruhigen Start in den Mittag und entspannen Sie bei einer **meditativen Traumreise**, bei welcher Sie den Atem in den Fokus des Bewusstseins lenken. Claudia freut sich auf Sie in der Bibliothek / Deck 9.

11.45 Schieben Sie die Scheiben beim **Shuffleboard** auf Deck 7, backbord. Kathrin freut sich auf Sie.

12.30 - 14.00 Heute Mittag gibt es am Lido Deck 8, achtern (wetterabh.)

Lachs-Flamunkuchen.

Dazu passt perfekt ein 2023 Kaapzicht Pinotage Rosé (0,25l) für € 6,50.

Alle Gäste, die im Besitz eines **Bordbuches** sind, können dieses am Phoenix Schalter oder an der Rezeption / Deck 5 abgeben. Das Bordbuch wird mit dem Routenstempel versehen und von Kapitän und Kreuzfahrtdirektor unterschrieben. Am Ende der Reise kommt das Bordbuch automatisch auf Ihre Kabine zurück. Wer noch kein Phoenix Bordbuch hat, kann dieses ebenfalls dort für nur € 6,- erwerben.

NACHMITTAG

- 14.00 **Skat-Turnier** (Tag 1 / 3) in der Harry's Bar / Deck 6. Torsten freut sich auf Sie!
- 14.30 Finden Sie Gleichgesinnte beim **Spiele-Treff** in der Vista Lounge / Deck 10.
Außerdem: In der Bibliothek / Deck 9 gibt es ebenfalls Spiele. Auch Sudokus und Mandalas liegen hier aus.
- 14.30 **Kommunikationstypen und -stile**
Welche Stile und Typen von Kommunikation kann man unterscheiden und wie agieren sie?
Kann man sie überhaupt festlegen oder gibt es Überschneidungen?
Instinktiv wird die individuelle Sprache interpretiert und darauf entsprechend reagiert.
Eine gute Kommunikation hilft, die Person gegenüber besser zu verstehen, aber auch deutlich besser verstanden zu werden.
Dr. Brigitte Moser-Weithmann lädt Sie in die Kopernikus Bar / Deck 9 ein.
- 15.00 Tanzen macht glücklich. Schwingen Sie die Hüften beim **Zumba-Fitness**! Claudia zeigt Ihnen einfache Schrittfolgen zu Rhythmen wie Cumbia, Salsa und Bachata. Bitte tragen Sie festes Schuhwerk. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Kommen Sie auf den Golfplatz / Deck 11 (ca. 45 Min).
- 15.15 Die Pfeile fliegen beim **Darts** und Kathrin an der Jupiter Bar / Deck 9.
- 16.30 Kommen Sie zum **Bingo**! Ihre Glücksfee Kathrin und Claudia drehen für Sie am Bingorad in der Harry's Bar / Deck 6. Ein Spielschein kostet € 5; bitte bringen Sie Kleingeld mit.

Wenn Sie in Luleå (05.07) den Ausflug **639 - Gammelstad und Storforsen-Stromschnellen** gebucht haben, erhalten Sie eine Lunchbox. Sie haben am Ausflugs-Tag die Möglichkeit, Ihre Lunchbox selbst zusammenzustellen.
Sofern Sie eine Unverträglichkeit oder Allergie haben oder die Lunchbox abbestellen möchten, so melden Sie sich bitte bis heute, 04.07. / 11.00 Uhr an der Rezeption / Deck 5 und melden dies an.

Wir bieten Ihnen in **Luleå** (05.07.) einen **Shuttlebus** an. Der Haltepunkt ist am „Kulturens Hus“ (Fahrzeit ca. 30 Min).
Ein Ticket pro Person kostet € 12,- für Hin- & Rückfahrt und wird auf Ihr Bordkonto gebucht. Tickets und die genauen Abfahrtszeiten erhalten Sie an der Rezeption / Deck 5.

In **Oulu / Finnland** (06.07. / voraussichtliche Liegezeit 08.00 - 17.00 Uhr) ist das Laufen im Hafengebiet nicht gestattet.
Daher bieten wir Ihnen zwei kostenfreie **Shuttlebusse** an. Haltepunkt ist am Markt. Die ersten Abfahrten der beiden Busse sind um 08.30 Uhr / 08.45 Uhr, dann ca. alle 30 Minuten. Wir bitten Sie, sich für die ersten Abfahrten ein Ticket an der Rezeption / Deck 5 zu holen (begrenzte Sitzplätze).

Heutige Drehorte des Traumschiff

ca. 08.30 - 10.45	Lido Deck 8, achtern
ca. 10.45 - 12.30	Vista Lounge / Deck 10
ca. 12.30 - 14.45	Deck 11, mittschiffs (mit Strandkörben)
ca. 14.45 - 16.15	Promenadendeck / Deck 7, achtern
ca. 16.15 - 18.00	Lido Deck 8, achtern



GALA-ABEND

Bekleidungsempfehlung

für den Abend:

☞ Gala ☜

- Festliche

Abendgarderobe -

(Herren: Smoking,
Dinnerjacket oder
eleganter Abendanzug.
Damen: entsprechend)



Wir bitten Sie,
auf die abendliche
Bekleidungsempfehlung
zu achten, um dem
jeweiligen Abend den
entsprechenden
Charakter zu verleihen.



Tagescocktails

Cosmopolitan

(alkoholisch)

zum Preis von nur € 4,50

Dr. No

(alkoholfrei)

zum Preis von nur € 3,50

Digestif

Portwein Ruby (5cl)

zum Preis von € 3,40

Spezial-Drink

Genießen Sie heute
Abend einen

James Bond Martini

für € 5,40.

18.00 - 21.00 Wir laden Sie in die Restaurants Vier Jahreszeiten & Amadea zum

Gala - Abendessen in festlicher Atmosphäre ein.

20.15 - 21.20 Atlantik Lounge / Deck 6 & 7:

Autogrammstunde

mit den Schauspielern der aktuellen Traumschiff-Folge.

Bringen Sie bitte Ihr Besetzungsblatt (vom Reisebeginn) oder z.B. auch gerne Ihr Bordbuch mit. *Nutzen Sie gerne die gesamte Zeitspanne.*



20.30

„*To the Movies*“ in der Vista Lounge / Deck 10:

Bordpianistin Tanja Voronchenko entführt Sie mit bekannten Melodien in die Welt der Filme.

20.30

Ihr *Allrounder Franklin* unterhält Sie, auch nach der Show, in Harry's Bar / Deck 6.

21.30

Atlantik Lounge / Deck 6 & 7:

I'm Every Woman



Heute Abend stehen die Frauen im Mittelpunkt. Ohne den Herren dabei auf den Schlips zu treten, feiert das **AMADEA SHOWENSEMBLE** das weibliche Geschlecht. Freuen Sie sich auf neue Interpretationen der Lieder von einigen der größten weiblichen Rock/Pop-Stars der letzten Jahrzehnte. Es wird feurig, rockig und heiß!

Die Show wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen.

21.45

Vista Lounge / Deck 10: „*Sweet Soul Music*“

Ihr Duo **May and the American** freut sich auf Sie.

Gratis-Armband
in der **Bordboutique**:
Der Sammelspaß für die
ganze Reise. Sichern Sie
sich Ihr Gratis-Armband
(Wert € 29,90) und
verschönern Sie Ihr
Souvenir Tag für Tag mit
neuen, exklusiven
Erinnerungs-Charms für
nur je € 9,90. Ab neun
gesammelten Charms
gibt es ein
Schiffs-Charm gratis.

Bestellen Sie die Diashow
(„Foto Momente“)
dieser Kreuzfahrt mit
wunderschönen Bildern
aus der Schiffs- und
Ausflugslandschaft.
Die Vorschau der
Diashow finden Sie im
Fotoshop / Deck 7 und
auch auf TV-Kanal 3.

Wenn Sie den
Film der Reise (€ 149,-
auf USB-Stick oder DVD)
bestellt haben, wird
dieser nach Fertigstellung
am späten letzten Abend
ausgeteilt. Die Filme mit
individueller
Kapitänsbegrüßung
werden als Einzelstücke
gefertigt und nach
Reiseende per Post an Sie
verschickt. Videomanager
Oliver berät Sie gerne auf
Deck 7.

Öffnungszeiten

Rezeption / Notfall	Durchgehend geöffnet	Tel. 2800	Deck 5
Phoenix Information	09.30 – 12.30 16.00 – 17.00		Deck 5
Kreuzfahrtberatung	09.30 – 12.30 16.00 – 17.00		Deck 6
Gold- & Silber Service	11.00 – 11.30 in der Vista Lounge		Deck 10
Schiffsarzt / Hospital	09.30 – 10.30 16.00 – 17.00		Deck 6
Bordboutique	09.00 – 22.30	Tel. 3803	Deck 6
Fotoshop	10.00 – 11.30 16.00 – 17.30		Deck 7
Videoshop	10.00 – 11.00		Deck 7
Bibliothek	Durchgehend geöffnet		Deck 9
Amadea Spa	08.00 – 20.00	Tel. 8992	Deck 10
Sauna	09.00 – 19.00		Deck 10
Fitnessraum	Durchgehend geöffnet		Deck 10
Pool & Jacuzzi	07.00 – 19.00 (Temperaturen auf TV Kanal 1)		Deck 8

Kulinarisches

Kleines Frühstück	06.30 – 10.00	Harry's Bar	Deck 6
Frühstücksbuffet	08.00 – 10.00	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
Frühstücksbuffet	08.00 – 10.00	Restaurant Amadea	Deck 8
Spätes Frühstück	10.00 – 10.30	Restaurant Amadea	Deck 8
Für den kleinen Hunger	10.30 – 23.00	Harry's Bar	Deck 6
Heisse Brühe	11.00 – 11.30	Lido Deck	Deck 8
Lachs Flammkuchen	12.30 – 14.00	Lido Deck (wetterabh.)	Deck 8
Mittagsbuffet	12.30 – 14.00	Restaurant Amadea	Deck 8
Mittagsservice	12.30 – 14.00	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
Tee- & Kaffeestunde	15.30 – 16.30	Restaurant Amadea	Deck 8
Gala-Abendessen	18.00 – 21.00	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
Gala-Abendessen	18.00 – 21.00	Restaurant Amadea	Deck 8
Spezialitäten-Menü	Geschlossen	Pichler's Restaurant	Deck 8
Kopernikus-Würstchen	23.00 – 01.00	Kopernikus Bar	Deck 9

Barzeiten

Jupiter Bar (wetterabh.)	09.00 – 18.00	Deck 9
Harry's Bar	09.00 – 01.00	Deck 6
Vista Lounge	10.00 – 24.00	Deck 10
Havanna Club	18.00 – 24.00	Deck 7
Kopernikus Bar	18.00 – 01.00	Deck 9

Wo ist die Phoenix Flotte heute?

MS Artania	Honningsvåg & Tromsø / Norwegen
MS Amara	Ålesund & Geiranger / Norwegen
MS Deutschland	Honfleur / Frankreich

