

Frühstücks-Spezial:
Ham & Eggs

Auf See

Montag, 22. Juli 2024

Sonnenaufgang —
Sonnenuntergang —

Nächstes Ziel

Longyearbyen /
Spitzbergen / Norwegen

Zum Aufwärmen

Genießen Sie doch
einmal „antizyklisch“
und bestellen
im Juli an der
Jupiter Bar / Deck 9
einen Glühwein zu
€ 4,90. Temperaturen
und Atmosphäre
stimmen - lassen Sie es
sich schmecken.
Es gibt außerdem
Glüh-Gin für € 4,90 und
Lumumba für € 5,50.

Wimpern und
Augenbrauen färben im
Amadea SPA
Betonen Sie Ihre
Augenpartie ohne
täglichen Aufwand.
Mit gefärbten Wimpern
und Augenbrauen
wachen Sie stets
ausgehend auf.
(30 Minuten für € 18,-)

- 08.00 Bringen Sie Atmung und Bewegung in Einklang beim **Pilates**. Claudia freut sich auf Sie in der Atlantik Lounge / Deck 6. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.
- 09.15 „Die Augen neu geöffnet... das Staunen neu gelernt...“ – ich möchte behaupten, dass wir auf Island etwas davon erfahren haben. Denn die Natur war so wunderbar zum Staunen. Im **ökumenischen Gottesdienst** soll es darum gehen, das Staunen neu zu würdigen... und dabei auch wieder das Kind in sich zu entdecken. Herzliche Einladung Ihres Bordpfarrers **Johannes Barth** in die Vista Lounge / Deck 10.
- 09.30 **Quizen** Sie mit Lara in der Harry's Bar / Deck 6!
- 10.05 Atlantik Lounge / Deck 6 & 7: **Velkommen til Norge, fredens og naturens land.** Norwegen, das „Land der Ruhe und Natur“ wird Ihnen gefallen. Bei ähnlicher Größe im Vergleich zu Deutschland, leben hier aber nur kaum mehr als 5 Millionen Menschen. Dank des Golfstroms ist Norwegen im Verhältnis zu Breitengrad recht „warm“. Daher wird uns besonders die Natur mit ihrer vielfältigen arktisch geprägten Flora und Fauna beeindrucken. Unser **Lektor Uwe Noster** stimmt Sie auf dieses wundervolle, geschichtsträchtige Land ein. *Dieser Vortrag wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen.*
- 10.15 **Locker vom Hocker!** Einfache Mobilisations- und Dehnübungen im Sitzen zeigt Ihnen Claudia in der Bibliothek / Deck 9.
- 10.30 Spielen Sie gemeinsam mit Lara das holländische Spiel „**Jakkolo**“ in der Kopernikus Bar / Deck 9.
- 11.00 **Backgammon-Treff** in der Vista Lounge / Deck 10.
- 11.30 Lenken Sie den Atem in den Fokus des Bewusstseins bei einer **meditativen Traumreise** zum Thema „Der fliegende Teppich im Orient“. Gönnen Sie sich einen Moment voll Ruhe und Entspannung in der Bibliothek / Deck 9.
- 11.30 Malen Sie **Mandalas** aus mit Lara in der Harry's Bar / Deck 6.
- Zeitumstellung:** Die Uhren an Bord von MS Amadea werden heute Mittag von 12.00 Uhr auf 13.00 Uhr um eine Stunde vorgestellt.
Danach gilt 13.00 Uhr an Bord = 14.00 Uhr in Deutschland.
- 13.00 - 14.00 Einlass zum **Mittagessen**. Wir wünschen „Guten Appetit“!

NACHMITTAG

- 14.00 **Skat-Turnier** (Tag 1 / 3) mit Torsten in der Harry's Bar / Deck 6.
- 14.30 Finden Sie Gleichgesinnte beim **Spiele-Treff** in der Vista Lounge / Deck 10.
- 14.30 **Bildbearbeitung, Erstellung eines Fotobuchs**
(Arbeiten mit Adobe Photo-Shop, GIMP 2.8 und Picasa 3, Erstellen eines Fotobuches mit CEWE)
Die Magie der Umgestaltung von Bildern. Lassen Sie sich verzaubern, kommen Sie mit in die Welt der Illusion. In der Kopernikus Bar / Deck 9 präsentiert Ihnen **Wolf Becker** die Möglichkeiten der Bildbearbeitung und gibt Ihnen wertvolle Tipps, wie Sie Ihre Urlaubsbilder qualitativ aufbessern können.
- 15.00 Trainieren Sie **Bauch, Beine und Po** gemeinsam mit Claudia in der Atlantik Lounge / Deck 6.
Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.
- 15.00 - 15.30 „Grüße von Longyearbyen“ - treffen Sie sich mit **Elke & Lars** in der Harry's Bar / Deck 6 und verschönern Sie Ihre Postkarten mit unserem **Spitzbergen-Spezialstempel**! Außerdem haben wir ein weiteres Angebot für Sie: 15 Postkarten zum Preis von 10! Die Urlaubsgrüße werden dann am 24.07. in Longyearbyen zur Post gebracht.
- 15.15 Schieben Sie die Scheiben beim **Shuffleboard**. Treff mit Lara ist auf Deck 7, steuerboard.
- 15.30 - 16.30 „**Der Guglhupf**“ im Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 5: Naschen Sie verschiedene Guglhupf und andere Köstlichkeiten bei der Tee- & Kaffeestunde. Genießen Sie dazu einen **Bounty-Kaffee** für € 4,50.
- 16.00 **Die Jazz-Ikonen, ihre Biographien und großen Erfolge**
Meilensteine in der Jazzmusik: Louis Armstrong, Sidney Bechet, Jack Teagarden, Billie Holiday... usw.
Robert Schulz und Erna Heßdörfer erwarten Sie in der Kopernikus Bar / Deck 9.
- 16.30 **Bingo, Bingo, Bingo.** Ihre Glücksfeen Claudia und Lara drehen für Sie am Bingorad.
Ein Spielschein kostet € 5; bitte bringen Sie Kleingeld mit in die Harry's Bar / Deck 6.

MS Amadea erreicht die **Insel Jan Mayen** voraussichtlich gegen 17.30 Uhr.

Auf welcher Seite wir die Insel passieren werden, wird erst kurz vor Erreichen entschieden. Durchsagen erfolgen auf den Außendecks, in der Vista Lounge & auf TV-Kanal 1.

An der Rezeption / Deck 5 liegt ein **Phoenix-Spezial** aus. Oder laden Sie es sich vom Bordportal auf Ihr Handy.



ABEND

Bekleidungsempfehlung

für den Abend:

Leichte Eleganz



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



Tagescocktails

Cosmopolitan

(alkoholisch)

Smirnoff, Triple Sec,
Limetten-, Cranberrysoft
zum Preis von nur € 4,50

Dr. No

(alkoholfrei)

Grenadine, Zitronen-,
Maracujasaft
zum Preis von nur € 3,50

Digestif

Ramazzotti (4 cl)

zum Preis von € 3,50

Getränke-Empfehlung

Moscow Mule

Smirnoff, Thomas Henry
Spiced Ginger beer
für € 5,90

20.00 „Elvis & Co.“

Bordpianist Sebastian Rodriguez spielt für Sie am Flügel
in der Vista Lounge auf Deck 10.

20.30 Sehen Sie heute einen *Kinofilm im Originalton* mit deutschem
Untertitel im Bordkino / Deck 6. *Information zum Film erhalten Sie an der
Rezeption / Deck 5 oder auf TV-Kanal 4.*

20.30 Ihr *Duo BitterLemon* unterhält Sie mit bester Musik in Harry's Bar /
Deck 6. Auch nach der Show geht es musikalisch weiter!

21.00 Atlantik Lounge / Deck 6 & 7:

TIM BOLTZ



»WENN BENDEL REISEN«

SPIEGEL-Bestsellerautor Tim Boltz begeistert mit seinen kabarettistischen Lesungen seit Jahren das Kreuzfahrtpublikum. Auf seine unnachahmlich humorige Weise berichtet er in seinen Texten und Gedichten von einem seltsamen Kabinenmitbewohner und von urkomischen Reiseerlebnissen, u.a. vom Eigenleben eines Kofferbands und dem Schreckgespenst aller Männer: Der Schiffstoilette!

Sehen Sie die Show auch auf TV-Kanal 65.

21.15 „Jazz zwischen Karibik und Mississippi Delta“

Ihr **Duo Sidney's Jazz Compagnie** freut sich auf Sie in der Vista Lounge / Deck 10.

Bestellen Sie die Diashow „Foto Momente“ dieser Kreuzfahrt mit wunderschönen Bildern aus der Schiffs- und Ausflugslandschaft. Lassen Sie sich gerne im **Fotoshop** auf Deck 7 beraten!

Gratis-Armband:
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. Solange der Vorrat reicht in der **Bordboutique** auf Deck 6.

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 Fynn berät Sie gerne auf Deck 7.

Öffnungszeiten

Rezeption / Notfall	Durchgehend geöffnet	Tel. 2800	Deck 5
Phoenix Information	09.30 – 12.00 16.30 – 18.00		Deck 5
Kreuzfahrtberatung	09.30 – 12.00 16.30 – 18.00		Deck 6
Gold- & Silber Service	11.00 – 11.30 in der Vista Lounge		Deck 10
Schiffsarzt / Hospital	09.30 – 10.30 17.00 – 18.00		Deck 6
Bordboutique	09.00 – 22.30	Tel. 3803	Deck 6
Fotoshop	10.00 – 12.00 20.00 – 21.30	Tel. 1893	Deck 7
Videoshop	10.00 – 11.00	Tel. 1893	Deck 7
Bibliothek	Heute von 14.15 – 16.15 Uhr reserviert.		Deck 9
Amadea Spa	08.00 – 20.00	Tel. 8992	Deck 10
Sauna	09.00 – 19.00		Deck 10
Fitnessraum	Durchgehend geöffnet		Deck 10
Jacuzzi	07.00 – 19.00 (Temperaturen auf TV Kanal 1)		Deck 8
Pool	Geschlossen aufgrund von Wartungsarbeiten		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
Mittagsbuffet	<i>Einlasszeit:</i> 13.00 – 14.00	Restaurant Amadea	Deck 8
Mittagsservice	<i>Einlasszeit:</i> 13.00 – 14.00	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
„Der Guglhupf“	15.30 – 16.30	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
Abendessen	18.00 – 21.00	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
Abendessen	18.00 – 21.00	Restaurant Amadea	Deck 8
Spezialitäten-Menü	18.30	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	18.30 - 20.30 reserviert, danach bis 01.00 geöffnet	Deck 9

Wo ist die Phoenix Flotte heute?

MS Artania	Husavik / Island
MS Amara	Auf See, Kurs Geirangen & Ålesund / Norwegen
MS Deutschland	Kristiansund / Norwegen