

AUF SEE

Sonntag, 13. Oktober 2024

VORMITTAG

ZEITUNTERSCHIED

12.00 Uhr an Bord
= 13.00 Uhr in Deutschland

FRÜHSTÜCKS-SPEZIAL

Heute Morgen gibt es
auf Wunsch
French Toast.

SONNENAUFGANG

07.51 Uhr

SONNENUNTERGANG

19.01 Uhr

SPRUCH DES TAGES

Erst die Taten eines
Menschen zeigen, was die
Worte wert waren.

PHOENIX

WELTENBUMMLER

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 aufgebucht.

- 08.00 „Namasté“ heißt es beim **Vinyasa-Yoga-Flow**. Vinyasa Yoga ist ein dynamischer und fließender Yogastil, der Bewegung mit Atem synchronisiert. Das Wort „Vinyasa“ bedeutet „auf besondere Weise platzieren“. Eine gute körperliche Fitness ist empfehlenswert. Claudia freut sich auf Sie in der Atlantik Lounge, Deck 6. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.
- 09.15 „**Kurze Unterbrechung, bitte!**“ Pfarrerin **Grit de Boer** lädt zu einem **ökumenischen Gottesdienst** in die Vista Lounge, Deck 10 ein. Musikalische Begleitung durch Tanja Voronchenko am Piano.
- 09.30 Grübeln Sie über die **Krimirätsel** welche Ihnen Kathrin in der Kopernikus Bar, Deck 9 vorliest.
- 10.05 Kai startet mit Ihnen in das erstes **Skat-Turnier** der Reise in der Vista Lounge, Deck 11.
- 10.05 Atlantik Lounge / Deck 6 & 7: **Lisboa meu Amor**
Lissabon ist sicher eine der sehenswertesten Städte dieser Welt. Schon bei der Einfahrt mit dem Schiff begegnet man vielen Monumenten der Geschichte Portugals. Wenn man die Stadt dann zu Fuß (und per Aufzug) erkundet, verdichtet sich das zu einem faszinierenden, oft wunderschönen malerischen Bild. Der Vortrag Ihres **Lektors Gerhard Zinn** nimmt Sie mit zu Brücken, Klöstern, Burgen und Palästen, hinein in die Geschichte Portugals von der Seefahrernation bis in dunkle Zeiten der jüngeren Vergangenheit. Unterwegs durch die Altstadt kehren wir ein, um Köstlichkeiten der Küche zu probieren, fahren mit der Straßenbahn um die Ecken, an Azulejos vorbei zum Denkmal für den Dichter Fernando Pessoa, der so viel von Saudade und Fado wusste.
Übertragung auch auf TV-Kanal 65.
- 10.15 Schieben Sie die Scheiben beim **Shuffleboard** mit Kathrin. Treffpunkt ist am Shuffleboardfeld, steuerbord, Deck 7.
- 10.15 Fit mit dem **Theraband** im Sitzen. Erlernen Sie bei Claudia einfache Übungen mit diesem Trainingstool, welche Sie unkompliziert in Ihren Alltag integrieren können. Dieses Trainingsprogramm, welches in der Bibliothek, Deck 9 stattfindet, ist für alle Leistungslevel geeignet und auch für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen machbar.
- 11.30 Finden Sie in einen Zustand totaler Entspannung bei einer geführten, meditativen **Traumreise**. Lassen Sie den Stress und die Sorgen des Alltags von sich weichen und relaxen Sie bei dieser ausgleichenden Meditation, welche Claudia anleitet. Der Treff ist in der Bibliothek, Deck 9.
- 11.30 Kai spielt mit Ihnen eine Runde **Jakkolo**. Treffpunkt ist an der Jupiter Bar, Deck 9.
- 11.45 Rätseln Sie mit beim **Quiz** mit Kathrin in der Harry's Bar, Deck 6.

NACHMITTAG

- 14.30 **Fotokurs** in der Kopernikus Bar, Deck 9 - **Werner Panckow** erwartet Sie heute u.a. mit diesen Themen: Tipps für die Farbgestaltung / Vordergrund: muss sein! / Momente für gute Landschaftsfotos & die Multimedia-Show „Natur pur—Landschaften als Motiv“
- 14.30 Finden Sie Gleichgesinnte beim **Spiele-Treff** in der Vista Lounge, Deck 10.
- 15.00 Lassen Sie die Pfeile fliegen beim **Darts** mit Kai in der Jupiter Bar, Deck 9.
- 15.00 Malen Sie gemeinsam mit Kathrin **Mandalas** im Jamaica Raum, Deck 7.
- 15.15 Bringen Sie Beine und Po in Form bei der **Relinggymnastik** mit Claudia. Treff ist am Golfplatz unter dem Sonnensegel, Deck 11 (wetterabh.).
- 16.00 **Discofox** - Kommen Sie zum Tanzkurs mit Criss in der Atlantik Lounge, Deck 6.
- 16.30 Fordern Sie Ihr Glück heraus beim **Eierlikör-Bingo** mit Kathrin und Kai in der Harry's Bar, Deck 6. Bitte bringen Sie Kleingeld mit; ein Schein kostet € 5.
- 17.00 Gehen Sie ein paar zügige Runden vor dem Abendessen mit Claudia über das Promenaden, Deck 7 beim „**Before Dinner Walk**“. Treff ist am Shuffleboardfeld, steuerbord.

ROUTENÄNDERUNG

Wie Ihr Kapitän Robert Fronenbroek & Kreuzfahrtdirektor Holger Winkler am 12.10. in der Atlantik Lounge mitteilen, ändert sich unsere Route in den folgenden Tagen wie folgt:

- 14.10.2024** **Lissabon / Portugal** (statt auf See), ca. 08.00 - 18.00 Uhr
- 15.10.2024** **Auf See** (statt Ponta Delgada / Azoren / Portugal)
- 16.10.2024** **Porto Santo / Madeira / Portugal** (statt Horta / Azoren / Portugal), ca. 08.00 - 14.00 Uhr
- 16.10.2024** **Funchal / Madeira / Portugal** (statt Horta / Azoren / Portugal), Ankunft ca. 17.00 Uhr
- 17.10.2024** **Funchal / Madeira / Portugal** (statt auf See), Abfahrt ca. 18.00 Uhr
- 18. - 24.10.2024** **Auf See** (statt Hamilton / Bermuda am 22.10. weiterhin auf See)
- 25.10.2024** Spanish Town wie geplant

REISEFÜHRER

Am Phoenix Schalter finden Sie einen Marco Polo Reiseführer mit Informationen zu **Lissabon** (S.110) & **Funchal** (S.118).

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

Freedom ship

alkoholisch

(Gordons dry, Ginger Ale,
Martini Bianco, Cherry
Heering, Zitronenscheibe)
zum Preis von nur € 4,50

Orange Fizz

alkoholfrei

(Gordon's dry, Club Soda,
Zitronensaft)
zum Preis von nur € 3,50

DIGESTIF

Wir empfehlen Ihnen
heute Abend einen

Grappa Julia (4cl)

zum Preis von € 3,40.

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG

Genießen Sie zur Show eine

Margarita (Sierra Silver,

Zitronensaft, Triple Sec,
Salzrand, Zitronenscheibe)

für nur € 5,90.

- 20.30 „**A KISS TO BUILD A DREAM ON**“ in der Vista Lounge, Deck 10.
Ein Potpourri der schönsten Jazzmelodien von Ihrem Duo **JazzAffair**.
- 20.30 Genießen Sie einen entspannten Abend auf Deck 9, achtern
bei Musik von Ihrem **FRANKIE**.
- 20.30 In der Harry's Bar, Deck 6 unterhält Sie Ihr **DUO BITTER LEMON**.
- 20.30 Sehen Sie einen Kinofilm im **BORDKINO** auf Deck 6. Information
zum Film erhalten Sie an der Rezeption (s. Aufsteller) oder auf TV-Kanal 4.
- 21.00 Atlantik Lounge, Deck 6 & 7:



MUSIKALISCHE BEGLEITUNG AM PIANO DURCH TANJA VORONCHENKO.

Diese Show wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen.

BOUTIQUE

Models gesucht

Aufgepasst liebe Gäste - wir suchen Models für unsere bevorstehende Modenschau! Wenn Sie Lust haben unsere Kollektion in der Harry's Bar zu präsentieren, Spaß zu haben und Rabatte zu verdienen, melden Sie sich bei uns in der Bordboutique auf Deck 6. Wir freuen uns auf Sie!

FOTOSHOP

Bestellen Sie heute das **Fotobuch** dieser Kreuzfahrt mit wunderschönen Bildern aus der Schiffs- und Ausflugslandschaft. Das Muster des Fotobuchs finden Sie im Fotoshop, Deck 7. Wir freuen uns, Sie dort zu sehen.

VIDEOSHOP

Sehen Sie den **Kapitänsempfang** sowie den bisher fertiggestellten **Film der Reise** auf TV-Kanal 9 (im Wechsel mit dem Fotobuch).

AMADEA SPA

Die **Fuß- & Beinmassage** fördert Ihre Tiefenentspannung und steigert Ihr Wohlbefinden. Wirkt beruhigend und kräftigend auf den gesamten Körper. 25 Minuten für € 40,-

ÖFFNUNGSZEITEN

Rezeption / Notfall	Durchgehend geöffnet	Tel. 2800	Deck 5
Phoenix Information	09.30 – 12.30 16.30 – 18.00		Deck 5
Kreuzfahrtberatung	09.30 – 12.30 16.30 – 18.00		Deck 6
Gold- & Silber Service	in der Vista Lounge 16.30 – 17.00		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 – 11.30 20.00 – 21.00	Tel. 1893	Deck 7
Videoshop	11.00 – 11.30 20.00 – 21.00	Tel. 1893	Deck 7
Amadea Spa	09.00 – 19.00	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
Kräftige Brühe	11.00 – 11.30	Lido Deck	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 Vier Jahreszeiten	Deck 5
Abendessen	18.00 – 20.30	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
Abendessen	18.00 – 20.30	Restaurant Amadea	Deck 8
Spezialitäten-Menü	18.30	Restaurant Pichler's	Deck 8
Kopernikus-Würstchen	22.30 – 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	Auf See, Kurs Ringaskiddy / Cork / Irland
MS Amara	Algier / Algerien
MS Deutschland	Ab 22.04.2025 wieder für Phoenix Reisen im Einsatz

Wir wünschen Ihnen einen entspannten Seetag an Bord von MS Amadea!