

**ZEITUNTERSCHIED
BIS MITTAGS -5H**

FRÜHSTÜCKS-SPEZIAL

Probieren Sie heute Morgen

Tex Mex Steak & Egg.

SONNENAUFGANG

05.05 Uhr

SONNENUNTERGANG

17.58 Uhr

VIDEOSHOP

Sehen Sie den bisher
fertiggestellten

Film der Reise

auf TV-Kanal 9 (im Wechsel
mit der Diashow).

Wichtige Information zur
Ausgabe des Films der
Reise: Bei Bestellung des
Films der Reise wird dieser
nach Fertigstellung am
letzten Abend / in der
letzten Nacht der Reise
ausgeteilt. Sollten Sie sich
für Ihren individuellen
Kapitänsempfang
entschieden haben,
werden diese Filme als
Einzelstück an Land
gefertigt und nach
Reiseende per Post an
Sie versandt.

AUF SEE

Sonntag, 10. November 2024

VORMITTAG

- 08.00 Bringen Sie Atmung und Bewegung in Einklang beim **Pilates** mit Claudia.
Bitte bringen Sie ein Handtuch mit. Treff ist in der Atlantik Lounge, Deck 6.
- 09.15 Pfarrer **Dr. Bernd Dennemarck** lädt zu einem ökumenischen **Gottesdienst**
in die Vista Lounge, Deck 10 ein.
Musikalische Begleitung durch Tanja Voronchenko.
- 09.30 Spielen Sie **Stadt, Land, Phoenix** mit Kathrin in der Harry's Bar, Deck 6.
- 10.05 **Kolumbus als Entdecker Amerikas – der große Irrglaube**
Ihr **Lektor Wolfgang Weitlaner** erwartet Sie mit einem interessanten Vortrag
in der Atlantik Lounge, Deck 6 & 7. *Übertragung auch auf TV-Kanal 65.*
- 10.15 Fit mit dem **Sveltus-Elastiband** auf dem Sonnendeck 11 unter dem
Sonnensegel. Claudia zeigt Ihnen Übungen mit dem Trainingstool,
welches ähnlich wie ein Theraband benutzt werden kann.
- 10.30 Schieben Sie die Scheiben beim **Jakkolo** mit Kathrin
an der Jupiter Bar, Deck 9.
- 11.30 Kathrin erwartet Sie zum **Shuffleboard** auf Deck 7, backbord.
- 11.30 Drehen Sie ein paar Runden beim **Walk a mile** mit Claudia.
Treff ist auf dem Promenadendeck 7, steuerboard .
- 12.00=13.00 **Umbuchungsschluss** für die Ausflüge in Mindelo bis Vigo.
Ihr Phoenix-Team berät Sie gerne auf Deck 5.

ZEITUMSTELLUNG

Die Uhren an Bord werden heute Mittag von 12.00 Uhr auf 13.00 Uhr
um **eine Stunde vorgestellt.**

Danach gilt 13.00 Uhr an Bord = 17.00 Uhr in Deutschland.

NACHMITTAG

- 14.00 Alle Skat-Spieler treffen sich zum **Skat-Turnier** (Tag 1) in Harry's Bar, Deck 6.
- 14.30 Bordkino, Deck 6: **Space Opera**
Tauchen Sie ein in das Kreuz des Südens (zur Zeit gut sichtbar). Erleben Sie die Sterne, die Milchstrasse und die Planeten unseres Sonnensystems in einer entspannenden Multimedia-Tour durch unser Universum, präsentiert von **Ralf Seidl**, Ihrem Multimediaexperten.
- 14.30 Finden Sie Gleichgesinnte beim **Spiele-Treff** in der Vista Lounge, Deck 10.
- 15.00 Die Pfeile fliegen beim **Darts** mit Kathrin an der Jupiter Bar, Deck 9.
- 15.15 Trainieren Sie Bauch, Beine und Po mit Claudia beim **Ganzkörpertraining** unter dem Sonnensegel auf Deck 11 am Golfplatz (wetterabh.). Bitte bringen Sie ein großes Handtuch mit.
- 16.00 Jamaica Raum, Deck 7, achten: „**Eigene Fähigkeiten entdecken & Bildideen entwickeln**“
Unser Maler **Alexander Mitterlechner** möchte Sie anregen, Ihre Erinnerungen an die Karibik ganz persönlich zu erhalten. Individuelle Vorstellungen und Ideen formen sich zu Bildern mit sehr persönlichem Ausdruck. Ob naturalistisch oder abstrakt, jeder kreative Ansatz hat seinen Platz (begrenzte Teilnehmerzahl).
- 16.30 Die Kugeln rollen beim **Bingo** mit Kathrin und Philipp in der Harry's Bar, Deck 6.
Bitte bringen Sie Kleingeld mit - ein Spielschein kostet 5 Euro.
- 16.30 Deck 11, achten: Tanzen Sie **Linedance** mit Nathan & Elise vom MS Amadea Showensemble.
- 16.45 „Namasté“ heißt es beim **Yin Yoga**. Yin Yoga ist ein langsamer Yogastil, in dem die Asanas (Übungen) mehrere Minuten lang gehalten werden. Im Fokus steht das „Yin“, das Loslassen, das Leben im „Jetzt“ und das Annehmen aller im Moment erlebten Empfindungen. Claudia leitet Sie durch diese meditative und reflexive Yoga-Praxis auf dem Sonnendeck, Deck 11 (wetterabh.). Treff ist auf der großen Freifläche.

WIR BITTEN SIE...

- ... sich vor Nutzung des Pools zu duschen (eine Dusche gibt es am Pool).
- ... keine Sonnenliegen mit Handtüchern oder sonstigen Gegenständen zu reservieren.
- ... sich im Schiffsinneren nicht in Badekleidung / Unter- / Nachtwäsche / barfuß aufzuhalten.
- ... vor dem Betreten der Restaurants die Handdesinfektionsspender zu nutzen.
- ... das Mobiliar (Stühle / Sessel / Bänke etc.) nicht zur Ablage Ihrer Füße zu nutzen;
hierfür eignen sich Sonnenliegen und Betten.

Auch im Namen der mitreisenden Gäste danken wir für Ihr Verständnis.

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

Gold Dream

alkoholisch

(Cointreau, Galliano,
Orangensaft)

zum Preis von nur € 4,50

Fantasy Island

alkoholfrei

(Grenadine, Maracujasaft,
Tonic Wasser)

zum Preis von nur € 3,50

DIGESTIF

Wir empfehlen Ihnen heute
Abend einen

Jameson (4cl)

zum Preis von € 4,50.

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG

Genießen Sie heute
eine **Piña Colada**

(Bacardi carta blanca,
Sahne, Kokossirup, Myers,
Ananassaft)

für nur € 5,90.

- 20.00 Vista Lounge, Deck 10: **CLASSICAL JOURNEY - VON BACH BIS RACHMANINOV**
Bordpianistin **Tanja Voronchenko** nimmt Sie mit auf eine klassische Reise zu
den größten der großen Meister.
- 20.30 Sehen Sie einen **KINOFILM** im Bordkino auf Deck 6.
Information zum Film erhalten Sie an der Rezeption oder auf TV-Kanal 4.
- 20.30 Ihr **DUO BITTER LEMON** unterhält Sie in der Harry's Bar, Deck 6.
- 21.00 Genießen Sie einen entspannten Abend in unserer **HAVANNA LOUNGE**, Deck 11.
- 21.00 Atlantik Lounge, Deck 6 & 7:



Diese Show wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen.

- 21.15 **COME FLY WITH ME** in der Vista Lounge, Deck 10:
Eine Hommage an Frank Sinatra von Ihrem Duo **JazzAffair**.
- 22.00-23.00 Auf dem Sonnendeck 11 (wetterabh.): **RELAX AMADEA LOUNGE „RAI“**
Entspannung pur! Genießen Sie die Nacht auf See in ruhiger Atmosphäre
unter dem Sternenhimmel. **Hinweis:** Abgedunkelte Beleuchtung auf Deck 11;
gehen Sie bitte vorsichtig!

BOUTIQUE

Lagerverkauf

Schnäppchen-Jäger aufgepasst! Erhalten Sie heute auf ausgewählte Düfte, Accessoires und Textilien abseits unseres regulären Sortiments 25% Rabatt. Beim Kauf ab 2 Teilen profitieren Sie sogar von sensationellen 50% Rabatt. Achten Sie auf die Artikel mit den roten Stickern. Vorbeischaun lohnt sich!

FOTOSHOP

Bestellen Sie die **Diashow** „Foto Momente“ dieser Kreuzfahrt von La Romana bis Hamburg mit wunderschönen Bildern aus der Schiffs- und Ausflugslandschaft. Die Vorschau der Diashow finden Sie im Fotoshop, Deck 7 und sehen Sie auf TV-Kanal 9.

AMADEA SPA

Rückenmassage mit Birkenöl

Ätherisches Birkenöl lindert Rückenschmerzen, Entzündungen, Müdigkeit, Gelenkschmerzen und Muskelschmerzen. 50 Minuten für € 63,-

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	in der Vista Lounge 09.30 – 10.00		Deck 10
Schiffsarzt / Hospital	09.30 – 10.30 17.00 – 18.00		Deck 6
Bordboutique	09.00 – 12.00 15.30 – 18.00	Tel. 3803	Deck 6
		19.00 – 21.00	
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	06.00 – 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	13.00 – 14.00	Restaurant Amadea	Deck 8
Mittagsservice	13.00 – 14.00	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
Tee- & Kaffeestunde	15.30 – 16.30	Restaurant Amadea	Deck 8
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
Havana Club	18.00 – 24.00	Deck 7
Kopernikus Bar	18.00 – 01.00	Deck 9

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE HEUTE?

MS Artania	Lloyd Werft / Bremerhaven
MS Amara	Auf See, Kurs Civitavecchia (Rom) / Italien
MS Deutschland	Ab 22.04.2025 wieder für Phoenix Reisen im Einsatz

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