

TAGESPROGRAMM

Montag, 24. März 2025

Erholung auf See

VORMITTAG

FRÜHSTÜCKS-SPEZIAL

Heute Morgen gibt
es auf Wunsch
Ham & Eggs.

ZEITUNTERSCHIED +5H

06.00 Uhr an Bord =
01.00 Uhr in
Deutschland

SONNENAUFGANG

06.38 Uhr

SONNENUNTERGANG

18.45 Uhr

NÄCHSTES ZIEL

(29.03.)

Port Louis / Mauritius

- 08.00 & 09.00 Aufgrund der großen Nachfragen zwei Termine:
Rücken-Challenge, Tag 3 von 7. Fast die Hälfte ist geschafft!
Die nächste Steigerung steht an. Bitte trinken Sie ein Glas Wasser vor der Sporteinheit. Treffpunkt mit Tanja ist in der Atlantik Lounge auf Deck 6.
- 09.15 „Das musst du wissen, dass dich Gott durchweht von Anbeginn....“
Rainer Maria Rilke
Ihr Pfarrer **Wolfgang Harnisch** lädt Sie zu einer **Morgenandacht** in die Vista Lounge, Deck 10 ein.
- 09.30 Schieben Sie die Scheiben beim **Shuffleboard**. Rachel freut sich auf Sie! Treffpunkt ist am Shuffleboard-Feld auf Deck 7, steuerbord.
- 10.05 Atlantik Lounge / Deck 6 & 7: **Humor - heute eher schwarz**
„Treffen sich zwei Planeten. Wie geht's denn so, fragt der eine. Ach, schlecht, sagt der andere, ich hab doch homo sapiens. Mach dir nix draus, das geht schnell vorbei.“ An Seetagen haben wir ja Zeit auch mal für andere Themen als die konkreten Fahrgebiete. Darum erwartet Sie heute ein Vortrag über das Wichtigste im Leben: den Humor und die Bedeutung des Lachens (vor allem über sich selbst). Ihr Lektor Gerhard Zinn nimmt Sie mit auf eine Achterbahnfahrt des Komischen. Heiterkeit garantiert, Kopfschütteln möglich.
Dieser Vortrag wird auch auf TV-Kanal 15 übertragen.
- 10.30 **Walk a Mile** mit Tanja. Bewegung an der frischen Luft. Tragen Sie je nach Witterung bitte die entsprechende Kleidung. Treffpunkt ist am Shuffleboard-Feld auf Deck 7, steuerbord.
- 11.00-12.00 Vista Lounge, Deck 10:
Autogrammstunde mit den Schauspielern der aktuellen Traumschiff-Folge.
Bringen Sie bitte Ihr Besetzungsblatt (vom Reisebeginn) oder z.B. auch gerne Ihr Bordbuch mit.
- 11.15 Jagen Sie das „Schweinchen“ beim **Boccia** mit Rachel. Treffpunkt ist am Golfplatz auf Deck 11.

NACHMITTAG

- 14.00 Mit Sinn und Leichtigkeit mobile Geräte nutzen. Was macht für mich Sinn?
Lars Zanders erwartet Sie in der Atlantik Lounge auf Deck 6 & 7 mit Übungen, Tipps und Tricks für Smartphone, Smartwatch, Tablet und Laptop. Bringen Sie Ihre Smartphones mit in die „Werkstatt“.
- 14.15 Die Psychologie des Gelingens
Der Steinzeit gehört die Gegenwart und das Unglück wohnt im Hamsterrad. Dieser Vortrag beschäftigt sich mit der Wirkung negativer Gefühle auf die Wahrnehmung und den Verstand. Weitere Themen sind der Umgang mit Vergnügungen und dem allgegenwärtigen Vergleich. Kommen Sie zu **Ursula Stachow** in der Vista Lounge auf Deck 10.
- 14.15 **Skat-Turnier** (Tag 3) in der Harry's Bar auf Deck 6.
- 14.30 Wir trainieren den ganzen Körper mit dem **Theraband**. Tanja freut sich auf Ihr Kommen. Treffpunkt ist am Shuffleboard-Feld / Deck 7, steuerbord.
- 15.15 Treffen Sie Rachel und andere Mitspieler bei einer Runde des beliebten Kartenspiels **UNO** in der Vista Lounge auf Deck 10.
- 15.30-16.30 Freuen Sie sich auf eine **tropische Teezeit** im Restaurant Amadea auf Deck 8. Es gibt auch **tropischen Milchshake für € 3,50** (mit Rum für € 4,90).
- 16.30 Spielen Sie eine Runde **Bingo** mit Rachel und Tanja in der Harry's Bar auf Deck 6. Ein Spielschein kostet 5 Euro. Bitte bringen Sie Kleingeld mit.
- 17.00 Tanzkurs für Anfänger & Fortgeschrittene
Criss lädt zum **Samba** auf Deck 8, achtern ein.

BEZAHLUNG DER RECHNUNG / KARTEN-REGISTRIERUNG

Es wurde ein neues Karten-System installiert, was zur Folge hatte, dass alle bisher autorisierten Kreditkarten / EC-Karten / deutsche Girokarten nicht mehr belastet werden können. Karten die vor dem 15.03. registriert wurden müssen daher erneut eingelesen werden. Wir entschuldigen uns für die Unannehmlichkeiten. Bitte beachten Sie die folgende Deck-Einteilung zur Registrierung:

Heute, 24.03. - Alle Gäste von Deck 6

25.03. - Alle Gäste von Deck 5, 4

HEUTE FINDEN KEINE „TRAUMSCHIFF“ DREHARBEITEN STATT.



ABEND

BEKLEIDUNGSHINWEIS

Leichte Eleganz

BEKLEIDUNGSHINWEIS

IM RESTAURANT

PICHLER'S

Elegant

TAGESCOCKTAILS

Hurricane

alkoholisch

(Zitronensaft, Bacardi
carta blanca, Myers,
Maracujasaft, Ananassaft)
zum Preis von € 4,50

Fantasy Island

alkoholfrei

(Grenadine, Maracujasaft,
Tonic Water)
zum Preis von € 3,50

DIGESTIF

Wir empfehlen Ihnen
heute Abend einen
Grappa Vecchia (4cl)
zum Preis von € 6,00.

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG

Probieren Sie einen
Blissini
(Grenadine, Prosecco)
für nur € 5,90.

KOPERNIKUS- WÜRSTCHEN

22.30 – 01.00 Uhr

Sie haben noch Appetit?
In der Kopernikus Bar /
Deck 9 können Sie sich
stärken. Bitte fragen Sie
unser Barpersonal.

20.30 Uhr in der Vista Lounge auf Deck 10

„A Night like this“

JazzAffair widmet sich heute Abend unvergesslichen Evergreens.

21.00 Uhr in der Atlantik Lounge, Deck 6 & 7:



**BLUE
NOTE**
JAZZ CLUB

Die Atlantik Lounge verwandelt sich heute Abend in den

BLUE NOTE JAZZ CLUB

Lehnen Sie sich zurück und genießen Sie ein entspanntes Jazz-Konzert
vom **MS Amadea Showensemble** und unserer **Pianistin Tanja Voronchenko**.
Freuen Sie sich auf Jazz-Standards genauso wie auf Jazz-Versionen anderer Welthits.

Diese Show wird auch auf TV-Kanal 15 übertragen.

PARTY

Von 20.30 bis 02.00 Uhr ist Deck 11, achtern für die Besatzung reserviert.
Wir möchten uns mit dieser Party bei der Besatzung für
die geleistete Arbeit bedanken.
Wir danken für Ihr Verständnis.

ZEITUMSTELLUNG - In der Nacht vom 24.03. auf den 25.03. werden
die Uhren um **eine Stunde zurückgestellt**.

BOUTIQUE

Mögen Sie den Duft Ihrer Handseife auf der Kabine?

Das ist das Aroma der Karma-Kollektion von Rituals. Kommen Sie in die Bordboutique und lassen Sie sich von allen pflegenden Produkten verzaubern.

Unser Tipp: Nur heute erhalten Sie 20% beim Einkauf von zwei Rituals-Artikeln.

AMADEA SPA

Fußreflexzonen-massage

Reflexzonenmassage ist eine uralte Form der Massage, die seit Jahrhunderten in Kulturen auf der ganzen Welt praktiziert wird. Heutzutage wird es als ergänzende Therapie zur Linderung von Schmerzen, Schlafstörungen, Verdauungsproblemen und anderen Gesundheitsproblemen eingesetzt.

25 Minuten für € 42,-
50 Minuten für € 65,-

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 17.00 – 18.00		Deck 10
Schiffsarzt / Hospital	09.30 – 10.30 17.00 – 18.00		Deck 6
Bordboutique	09.00 – 22.00	Tel. 3803	Deck 6
Fotoshop	10.00 – 12.00 16.00 – 17.30		
		20.00 – 21.30	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 Amadea	Deck 8
Frühstücksbuffet	08.00 – 10.00	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
Spätes Frühstück	10.00 – 10.30	Restaurant Amadea	Deck 8
Für den kleinen Hunger	10.30 – 23.00	Harry's Bar	Deck 6
Brühe / Kaltschale	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 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	09.00 – 18.00	(wetterabhängig)	Deck 9
Harry's Bar	09.00 – 01.00		Deck 6
Vista Lounge	10.00 – 24.00		Deck 10
Kopernikus Bar		18.00 – 01.00	Deck 9
Havanna Club		19.00 – 24.00	Deck 7

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE HEUTE?

MS Artania	Sydney / Australien
MS Amara	Cartagena de Indias / Kolumbien
MS Deutschland	Ab 22.04.2025 wieder für Phoenix Reisen im Einsatz

Wir wünschen Ihnen einen wunderschönen Tag an Bord von MS Amadea.