

TAGESPROGRAMM

Donnerstag, 03. April 2025

Erholung auf See

VORMITTAG

ZEITUMSTELLUNG

In der Nacht vom
02.04. auf den 03.04.
wurden die Uhren um
eine Stunde
zurückgestellt.

NEUE

ZEITZONE GMT+02.00

12.00 Uhr an Bord
= 12.00 Uhr in
Deutschland

SONNENAUFGANG

05.45 Uhr

SONNENUNTERGANG

17.29 Uhr

NÄCHSTES ZIEL (04.04.)

Durban / Südafrika

REISEPÄSSE

Ab heute (03.04.)
können Sie Ihren
Reisepass an der
Rezeption abholen -
diesen benötigen Sie
für Ihren **Landgang**
in Durban.

- 08.00 **Rückenfit** mit Tanja. Sie haben Rückenprobleme? Dann sind Sie hier genau richtig. Treffpunkt ist in der Atlantik Lounge auf Deck 6. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.
- 09.00 Beweglich bleiben und zur Ruhe kommen mit **Stretch & Relax**. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit. Tanja freut sich auf Ihr Kommen. Treffpunkt ist in der Atlantik Lounge auf Deck 6.
- 09.15 „**Gott ist gegenwärtig - Luft, die alles füllet...**“
Die Sprache eines Mystikers vom Niederrhein: Gerhard Tersteegen
Ihr Pfarrer **Wolfgang Harnisch** lädt Sie zu einer **Morgenandacht** in die Vista Lounge auf Deck 10 ein.
- 09.30 Schieben Sie die Scheiben beim **Shufflebord** mit Rachel. Treffpunkt ist am Shuffleboard-Feld auf Deck 7, steuerbord.
- 10.05 Atlantik Lounge / Deck 6 & 7: **Flug über Südafrika**
Bevor wir die beeindruckenden Städte Durban und Kapstadt aufsuchen, setzen wir uns mit der Geschichte der Apartheid auseinander. Wie fing das eigentlich an? Wann endete es? Wie ging es danach weiter? Und welche Probleme hat man heute noch in diesem faszinierenden und mit so reicher Natur gesegneten Land? Ihr **Lektor Gerhard Zinn** lädt sie herzlich ein zum heutigen Vortrag. *Dieser Vortrag wird auch auf TV-Kanal 15 übertragen.*
- 10.30 **Walk a Mile** mit Tanja. Bewegung an der frischen Luft. Je nach Witterung bitte die entsprechende Kleidung beachten. Treffpunkt ist am Shuffleboard-Feld auf Deck 7, steuerbord.
- 11.00 Sjoelen - Spielen Sie den holländischen Klassiker **Jakkolo** mit Rachel in der Kopernikus Bar auf Deck 9.
- 11.30 Alle **Schach-Spieler** treffen sich in der Vista Lounge auf Deck 10.



MITTAGS-SPEZIAL

- 12.30-14.00 Beim heutigen Mittagessen auf dem Lido Deck 8 (wetterabhängig) heißt es „**Alles Curry**“ - **Geschmäcker aus Indonesien, Thailand & Südafrika**
Dazu empfiehlt Ihnen Ihr Barmanager **Palinur Rosé** (0,25l) für € 4,50.

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“.
- 14.30 **Spiele-Treff** in der Vista Lounge auf Deck 10.
- 14.45 **Fit mit dem Rubberband.** Stärken Sie Ihre Muskeln mit einfachen, aber effektiven Übungen für den ganzen Körper. Tanja zeigt Ihnen wie es geht. Treffpunkt ist am Shuffleboard-Feld auf Deck 7, steuerbord.
- 15.00 Spielen Sie eine Runde **Kniffel** mit Rachel in der Harry's Bar auf Deck 6.
- 15.30-16.30 Das Restaurant Vier Jahreszeiten auf Deck 5 verwandelt sich heute in ein **Wiener Kaffeehaus**. Genießen Sie feine Kuchenspezialitäten aus Österreich.
Das Bar-Team empfiehlt dazu Wiener Kaffeespezialitäten aus der Spezialkarte z.B.
eine Maria Theresia für € 4,50, einen Mozart-Kaffee für € 4,50 oder einen Einspänner für € 2,50.
- 16.30 Fordern Sie Ihr Glück heraus beim **Bingo** mit Rachel und Tanja in der Harry's Bar auf Deck 6.
Ein Spielschein kostet 5 Euro. Bitte bringen Sie Kleingeld mit.

„MAGIC BAG“

Lassen Sie Ihre Wäsche waschen und bügeln. Füllen Sie einen Wäschebeutel und bezahlen Sie nur € 30,-. Einfach den Beutel und die ausgefüllte Wäscheliste auf das Bett legen und Ihr Kabinensteward kümmert sich darum. Die Rücklieferung erfolgt innerhalb von 48 Stunden. **Dieses Angebot ist nur heute (03.04.) gültig.**

IHR BORDREISEBÜRO INFORMIERT

Das **Buchungsblatt** für die Ausflüge auf der kommenden Reise gibt es an der Rezeption auf Deck 5

SHUTTLEBUS DURBAN / SÜDAFRIKA (04.04.)

Wir bieten Ihnen in Durban einen Shuttlebus zur **uShaka Marine World** an. Tickets für eine Hin- und Rückfahrt gibt es an der Rezeption - die Kosten von € 6,- pro Person werden auf Ihr Bordkonto gebucht.

Abfahrten ab Hafen: Ab 09.00 Uhr ca. alle 30 Minuten

Abfahrten ab uShaka: 09.15 - 18.00 Uhr ca. alle 30 Minuten

Da es in Durban nicht ungefährlich ist, empfiehlt die Agentur, nicht zu Fuß unterwegs zu sein und lieber den Bus oder ein Taxi zu nutzen.



ABEND

BEKLEIDUNGSHINWEIS

Leichte Eleganz

BEKLEIDUNGSHINWEIS IM RESTAURANT PICHLER'S

Elegant

TAGESCOCKTAILS

French 75

alkoholisch

(Gordon's Dry, Grenadine,
Zitronensaft, Haussekt)
zum Preis von € 4,50

Nix Drin

alkoholfrei

(Erdbeersirup,
Cranberrysaft, Ananassaft,
Tonic Water)
zum Preis von € 3,50

DIGESTIF

Wir empfehlen Ihnen
heute Abend einen Gin
The London No 1 (4cl)
zum Preis von € 5,70.

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG

Probieren Sie einen
Negroni (Gordon's Gin,
Campari, Martini Rosso)
für nur € 5,90.

KOPERNIKUS-WÜSTCHEN

22.30 – 01.00 Uhr

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

20.00 Uhr in der Vista Lounge auf Deck 10:

MUSIC IMPRESSIONS

Bordpianistin Tanja Voronchenko lädt Sie ein zu
musikalischen Eindrücken aus der Welt der Klassik.

Um 20.30 Uhr heißt es wieder **TOM BECK AN DECK!**

Kommen Sie auf die Achterdecks 8 & 9 und
Tanzen & Verweilen Sie zu beliebten Hits.

21.00 Uhr in der Atlantik Lounge auf Deck 6 & 7

MITARBEITER DES MONATS MÄRZ 2025

Das Schiffsmanagement und der Crew Welfare Fonds ehren monatlich
Crewmitglieder, die sich durch besonderes Engagement ausgezeichnet haben.
An dieser Ehrung möchten wir Sie gerne teilhaben lassen.



**Das Showensemble nimmt Sie mit auf eine Zeitreise zurück in die Ära der ersten
Disco-Hits und des Rock'n'Roll und lässt außerdem mit Ihnen gemeinsam die
Gefühle der „Flower Power“-Bewegung wieder aufleben.**

Diese Show wird auch auf TV-Kanal 15 übertragen.

21.15 Uhr in der Vista Lounge auf Deck 10:

COME FLY WITH ME

Eine Hommage an Frank Sinatra von Ihrem **Duo JazzAffair**.

LIEBLINGSMATRATZE

Haben Sie an Bord traumhaft geschlafen?
Dann holen Sie sich die bequeme Phoenix-Matratze nach Hause und genießen
auch an Land den Komfort Ihrer neuen Lieblingsmatratze. Bestellen Sie bequem
von zu Hause aus im Phoenix Online Shop.



BOUTIQUE

Die Schmuckstücke von **Bronzallure** sind bis ins kleinste Detail durchdacht: Zarte Formen, Farben von Amethyst bis Topas und die Signature-Legierung in Gold-Rosé machen sie zu echten Hinguckern. Die Kreationen aus Mailand versprühen Eleganz und Gelassenheit.

Schauen Sie vorbei und profitieren von 40% auf die Marke Bronzallure

AMADEA SPA

Deep Tissue Massage

Die Tiefengewebsmassage ist eine Technik, die in erster Linie zur Behandlung von Problemen des Bewegungsapparats, einschließlich Zerrungen und Sportverletzungen, eingesetzt wird. Bei dieser Technik wird durch langsame, tiefe Streichungen anhaltender Druck ausgeübt, der auf die inneren Schichten der Muskeln und des Bindegewebes abzielt. 60 Minuten für € 96,-

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 12.00 – 12.30		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	07.30 – 09.30	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
Brühe / Kaltschale	11.00 – 11.30	Lido Deck	Deck 8
Mittagsbuffet	12.30 – 14.00	Restaurant Amadea & Pool	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	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	Albany / Australien
MS Amara	Miami / Florida / USA
MS Deutschland	Ab 22.04.2025 wieder für Phoenix Reisen im Einsatz

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