

TAGESPROGRAMM

Sonntag, 13. April 2025

Erholung auf See

VORMITTAG

SONNENAUFGANG

06.53 Uhr

SONNENUNTERGANG

18.43 Uhr

ZEITUMSTELLUNG

In der Nacht vom
12. auf den 13.04.
wurden die Uhren an
Bord von MS Amadea
um eine Stunde
zurückgestellt.

NEUE ZEITZONE

UTC+01.00

12.00 Uhr an Bord =
13.00 Uhr in
Deutschland

FRÜHSTÜCK-SPEZIAL

Genießen Sie heute
auf Wunsch ein
Shrimps-Rührei.

NÄCHSTES ZIEL

(15.04.)

Jamestown /
St. Helena / GB

- 08.00 Vorn braucht hinten und umgekehrt. Kommen Sie zum **Bauch- und Rücken-Training** und tun sich etwas Gutes. Tanja zeigt Ihnen wie es geht. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit. Treffpunkt ist in der Atlantik Lounge, Deck 6.
- 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 **Gottesdienst zum Palmsonntag im katholischen Ritus.**
Der Palmsonntag ist der Beginn der Karwoche. Jesus in einem seltsamen Triumphzug, begleitet von Palmen schwingenden Menschen. Was will er damit demonstrieren?
Ihr Pfarrer **Christian Sack** lädt Sie in die Vista Lounge auf Deck 10 ein. Musikalische Gestaltung durch Tanja Voronchenko.
- 09.30 Schieben Sie die Scheiben beim **Shuffleboard** auf Deck 7. Rachel freut sich auf Sie! Treffpunkt ist am Shuffleboard-Feld, steuerbord.
- 10.05 **Der Mensch & das Meer. 5.000 Jahre Schiffbauer und Seefahrer.**
Woll'n wir ferne Lande sehen, geht die Fahrt wohl übers Meer: Sumerer, Ägypter, Phönizier bauen Schiffe, treiben Handel und erkunden die Welt. Araber, Griechen, Römer & Wikinger sind große Seefahrer. Dann segeln Hansekoggen von der Ostsee ins Mittelmeer, Piraten, Korsaren, Entdecker und Eroberer über alle Weltmeere. Heute sind es vornehmlich Containerriesen, Kreuzfahrtschiffe, Luxusjachten... und nicht selten moderne Piraten! **Katharina Bahlcke** lädt Sie in die Atlantik Lounge auf Deck 6 & 7 ein. *Dieser Vortrag wird auch auf TV-Kanal 15 übertragen.*
- 10.30 **Fit mit dem Theraband.** 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.



VORMITTAG

- 11.00 **Prof. Jörg Breuer** lädt zum **Aquarellkurs** (keine Vorkenntnisse erforderlich) in den Jamaica Raum auf Deck 7 ein:
Einführung in die Technik mit Demonstration der verschiedenen Möglichkeiten.
Information über Farben, Papier und Pinsel.
- 11.00 Jagen Sie das „Schweinchen“ beim **Boccia** mit Rachel. Treffpunkt ist am Golfplatz auf Deck 11.
- 11.15 Der **MS Amadea Chor** trifft sich zu einer zweiten Probe in der Vista Lounge auf Deck 10.
Armin Scherhauser vom Duo Keys & Strings freut sich auf Sie!
- 11.30 Alle **Schach-Spieler** treffen sich in der Harry's Bar auf Deck 6.

NACHMITTAG

- 14.30 Finden Sie Gleichgesinnte beim **Spieler-Treff** in der Vista Lounge auf Deck 10.
- 14.00 – 15.00 Bibliothek auf Deck 9: **Autogenes Training**
Spüren Sie die angenehme Frische auf Ihrer Stirn. **Carsta Tenscher** freut sich auf Sie!
- 14.45 Trainieren mit Ausblick? Kommen Sie zur **Reling-Gymnastik** mit Tanja.
Treffpunkt ist am Shuffleboard-Feld auf Deck 7, steuerbord.
- 14.45 Lassen Sie die Pfeile fliegen beim **Darts** mit Rachel an der Jupiter Bar an Deck 9.
- 15.30 – 16.30 Im Restaurant Amadea auf Deck 8 heißt es bei der heutigen Tee- & Kaffeestunde „**Alles Strudel**“
Außerdem gibt es **Erdbeerbowle** für € 4,90.
- 16.30 Spielen Sie eine Runde **Bingo** mit Rachel in der Harry's Bar auf Deck 6.
Ein Spielschein kostet 5 Euro. Bitte bringen Sie Kleingeld mit.
- 17.00 **Disco Fox für Fortgeschrittene** mit Tanja. Sie beherrschen den Grundschrift, das Damen-Solo und einen Platzwechsel? Dann kann es heute mit einer tollen Figur im Disco Fox weiter gehen.
Treffpunkt ist auf Deck 8, achtern am Pool.
- 18.00 **Umbuchungsschluss für die Ausflüge in Banjul und Dakar**
Jeanette berät Sie gerne zu den Öffnungszeiten an der Phoenix Information auf Deck 5.

ABEND

BEKLEIDUNGSHINWEIS

Leichte Eleganz

BEKLEIDUNGSHINWEIS IM RESTAURANT PICHLER'S

Elegant

TAGESCOCKTAILS

Martini Cocktail

alkoholisch

(Gordon's dry,

Martini extra dry)

zum Preis von € 4,50

Cocktail

alkoholfrei

(Blue Curaçao Sirup,

Zitronensaft, Orangensaft,

Tonic Water)

zum Preis von € 3,50

DIGESTIF

Wir empfehlen Ihnen

heute Abend einen

Glenfiddich (4cl)

zum Preis von € 6,20.

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG

Probieren Sie einen

Whiskey Sour

(Jim Beam, Zitronensaft,
Zuckersirup) für nur € 5,70.

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.

20.30 Uhr in der Atlantik Lounge auf Deck 6 & 7:



Diese Show wird auch auf TV-Kanal 15 übertragen.

Ab 21.30 Uhr auf dem Achterdeck 8 (wetterabhängig):

**Ihr Duo Keys & Strings lädt zum
„träumen mit Popballaden“ ein.**

Kommen Sie zum **Freiluftkino** auf Deck 11 (wetterabhängig).

Freuen Sie sich auf einen Überraschungsfilm.

RUHEZEITEN

Wir bitten Sie, die Ruhezeiten einzuhalten und vor 08.00 Uhr, von 14.00 - 16.00 Uhr sowie nach 21.00 Uhr nicht auf den Außendecks 7 und 11 zu joggen, um die Gäste in den angrenzenden Kabinen nicht zu stören. Bitte beachten Sie auch die Laufrichtung auf dem Promenadendeck 7.

AKTUELLES VOM FOTOSHOP

Unser Fototeam hat die schönsten Landschaftsfotos Ihrer Reise in einer **Diashow** für Sie zusammengefasst. Sie erhalten die Diashow auf einem USB-Stick zum Preis von € 49,00. Eine Vorschau dieser digitalen Diashow präsentiert Ihnen unser Fototeam im Bordfernsehen auf TV-Kanal 9 sowie auf dem Bildschirm am Fotoshop auf Deck 7. Unser Fototeam freut sich auf Ihren Besuch.

ZEITUMSTELLUNG - In der Nacht vom 13.04. auf den 14.04. werden die Uhren um **eine Stunde zurückgestellt**.

BOUTIQUE

Duft ist Emotion!

Kommen Sie heute um 15.15 Uhr in die Boutique und entdecken Sie Ihren neuen Lieblingsduft. Unser Tipp: Beim Kauf einer Parfümgröße bis 90 ml gibt es 10% Rabatt und ab 100 ml gibt es 20 % Rabatt auf den Travel Value Preis.

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. 50 Minuten für € 73,- 75 Minuten für € 95,-

VIDEOSHOP

Bestellen Sie heute den Film der Reise und Sie erhalten 10% Rabatt ! Den bisher fertiggestellten Film der Reise sehen Sie auf TV-Kanal 9.

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 17.30 – 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	Rinca Island statt Waikelo / Indonesien
MS Amara	Auf See, Kurs Horta / Faial / Portugal
MS Deutschland	Ab 22.04.2025 wieder für Phoenix Reisen im Einsatz

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