

FRÜHSTÜCKS-SPEZIAL

Starten Sie in den
Tag mit einem
Shrimps-Omelette.

SONNENAUFGANG

05.27 Uhr

SONNENUNTERGANG

19.43 Uhr

ERSTES ZIEL (14.05.)

Haugesund / Norwegen

Bitte beachten Sie,
dass die **BIBLIOTHEK**
von 10.30-12.00 Uhr
reserviert ist.

Sie hören DURCHSAGEN

auf Ihrer Kabine nur
dann, wenn Sie Ihren
Kabinenfernseher auf
Kanal 1 einstellen.
Bei wichtigen Programm-
änderungen oder im
Notfall werden die
Durchsagen auch in die
Kabinen geschaltet.

„AUF EIN WORT“

Ihr Kreuzfahrtdirektor
Holger Winkler informiert
Sie auf TV-Kanal 5 über
die Route, das Schiff und
das Leben an Bord.

HOSPITAL

Unser Bordarzt möchte
Sie darauf hinweisen,
gebrauchte
Einwegspritzen, Kanülen,
Lanzetten o.ä. niemals in
den normalen Abfall zu
werfen, sondern sie
fachgerecht zu
entsorgen. Behälter zur
sicheren Entsorgung
erhalten Sie kostenlos im
Hospital auf Deck 6,
vorne.

TAGESPROGRAMM

Dienstag, 13. Mai 2025

Gala-Abend auf See

VORMITTAG

- 08.00 Bringen Sie Ihren Kreislauf in Schwung und machen Sie mit beim **Frühsport** mit Tanja. Treffpunkt ist in der Atlantik Lounge auf Deck 6.
- 09.00 Trainieren Sie Ihre Muskeln mit dem **Rubberband**.
Treffpunkt mit Tanja ist im hinteren Treppenhaus auf Deck 9.
- 09.00 Sollten Sie an einer **Lebensmittelunverträglichkeit** leiden, treffen Sie sich bitte mit Maître d'hôtel Ivan und Küchenchef I Made Sudarmika in Harry's Bar auf Deck 6.
- 09.15 Pfarrer **Tobias Heil** lädt Sie zu einem **Willkommensgottesdienst** in die Kopernikus Bar auf Deck 9 ein.
- 09.30 Schieben Sie die Scheiben beim **Shuffleboard** auf Deck 7.
Uwe freut sich auf Sie! Treffpunkt ist am Shuffleboard-Feld, steuerbord.
- 10.05 **„Fjorde, Fjells und Einsamkeit - ein Streifzug durch Norwegen“**
Ein Streifzug durch Norwegen. Norwegen galt vor einigen Jahrzehnten noch als eines der ärmeren Länder in Europa. Dank der Öl- und Gasvorkommen vor der Küste zählt es heute zu den reichsten Ländern der Welt und ist gleichzeitig eines der beliebtesten Reiseländer in Europa. Ihr Lektor **Dietmar Schäffer** lädt zu seinem ersten Vortrag in die Atlantik Lounge auf Deck 6 & 7 ein.
Dieser Vortrag wird auch auf TV-Kanal 15 übertragen.
- 10.45 **Geräte-Einweisung** mit Tanja im Fitnessstudio auf Deck 10, achtern.
- 11.00 Sjoelen - Spielen Sie **Jakkolo** bei Uwe an der Jupiter Bar auf Deck 9.
- 11.15 Kopernikus Bar auf Deck 9: **Seereisen verbinden zwei Elemente des Lebens: Wasser und Salz. Lassen Sie uns heute über Salz sprechen:** Ihre Referentin dieser Reise, Gabi Ganser, greift mit diesem Vortrag ein Thema auf, dass immer wieder Anlass zur Diskussion gibt: Wie viel Salz ist wirklich gesund? Welche Funktionen erfüllt Salz in unserem Stoffwechsel? Die Gesundheitsphilosophin und Autorin zeigt mit dem Besten aus westlicher Wissenschaft und östlicher Erfahrungsmedizin überraschende Blickwinkel auf, die weit über den Tellerrand hinaus gehen: Wie betrachtet die Traditionelle Chinesische Medizin die Frage welches Salz und wie viel? Gibt es überhaupt eine pauschale Regel?
Gabi Ganser freut sich auf einen regen Austausch.
- 11.30-12.30 Auf den Achterdecks 8 & 9 (wetterabhängig):
Maritimer Frühschoppen
mit musikalischer Begleitung von Ihrem **Frankie**.
Das Küchenteam hat für Sie ein Buffet mit **maritimen Köstlichkeiten** vorbereitet. Das Barteam offeriert Ihnen dazu ein Glas Champagner € 7,90.

NACHMITTAG

- 13.30-14.30 Wir bieten Ihnen auf dieser Reise ein Spezialitäten-Menü an. Melden Sie sich hierfür gerne bei Ihrem Maître d'Hôtel Ivan vor dem **Restaurant Pichler's** auf Deck 8, achtern.
- 14.15 Ihr Bordarzt **Dr. Gregor Schmitz** lädt alle Ärztekolleginnen und -kollegen zu einem Kennenlernen in die Kopernikus Bar auf Deck 9 ein.
- 14.30 Finden Sie Gleichgesinnte beim **Spiele-Treff** mit Uwe in der Vista Lounge auf Deck 10. Im Eingangsbereich hängt zudem eine Liste aus, in die Sie sich eintragen können, um Spiele-Partner zu finden.
- 14.45 Genießen Sie die Aussicht und tun Ihrem Körper etwas Gutes bei der **Reling-Gymnastik** mit Tanja. Treffpunkt ist am Shuffleboard-Feld auf Deck 7, steuerbord.
- 15.15 Uwe vom Phoenix-Team lädt alle **Alleinreisenden** herzlich in die Harry's Bar auf Deck 6 ein, um bei einem Glas Sekt auf die Reise anzustoßen und sich gegenseitig kennenzulernen.
- 15.30-16.30 Bei der heutigen Tee- & Kaffeestunde im Restaurant Amadea auf Deck 8 gibt es **Waffeln mit Sauerkirschen**. Dazu empfehlen wir Ihnen einen **Kaffee mit Baileys** für € 4,50.
- 16.15 Kommen Sie zum erstem **Bingo** dieser Reise. Tanja und Uwe erwarten Sie in der Harry's Bar auf Deck 6. Bitte bringen Sie Kleingeld mit; ein Spielschein kostet € 5,-.

ALLGEMEINES

Wenn Sie im Besitz eines **BORDBUCHES** sind, können Sie dieses an der Phoenix Information auf Deck 5 abgeben. Das Bordbuch wird mit dem Routenstempel versehen und von Kapitän & Kreuzfahrtdirektor unterschrieben. Wer noch kein Bordbuch hat, kann es dort ebenfalls für € 6,- erwerben.

KARTEN-REGISTRIERUNG

Möchten Sie Ihre Bordrechnung am Ende dieser Reise mit Kreditkarte bzw. deutscher Girocard / EC-Karte bezahlen, so können Sie diese an der Rezeption auf Deck 5 registrieren lassen.

Wir bitten Sie die folgende Einteilung zu beachten:

13.05. - Alle Gäste von Deck 10, 9 & 8 14.05. - Alle Gäste von Deck 7 & 6 15.05. - Alle Gäste von Deck 5 & 4

Wir bitten Sie, auf den abendlichen **BEKLEIDUNGSHINWEIS** zu achten, um dem jeweiligen Abend den entsprechenden Charakter zu verleihen; machen Sie sich bitte mit den folgenden Beschreibungen vertraut:

Gala

Herren: Smoking, Dinnerjacket, festlicher Abendanzug mit Fliege; Damen: festliche Abendgarderobe

Elegant

Herren: eleganter Abendanzug mit Krawatte; Damen: Cocktailkleid, Kostüm, schicker Hosenanzug, Blazer.
Bei einer Reservierung im Restaurant Pichler's ist diese Bekleidungsempfehlung zu beachten.

Leichte Eleganz

Herren: lange Stoffhose, Hemd mit / ohne Krawatte, geschlossene Schuhe; Damen: entsprechend

Leger

Herren: lange Hose mit Hemd oder T-Shirt, Pullover, geschlossene Schuhe; Damen: auch Freizeitkleider

GALA-ABEND

BEKLEIDUNGSHINWEIS

Gala

TAGESCOCKTAILS

Cosmopolitan

alkoholisch

(Smirnoff, Triple Sec,

Lime Juice cordial,

Cranberrysaft)

zum Preis von € 4,50

Sun & You

alkoholfrei

(Grenadine, Bitter Lemon,

Orangensaft)

zum Preis von € 3,50

DIGESTIF

Wir empfehlen Ihnen

heute Abend ein

Schladerer Kirschwasser (4cl)

zum Preis von € 4,20.

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG

Probieren Sie einen

Long Island Ice Tea

(Bacardi carta blanca,

Smirnoff, Zitronensaft,

Gordon's Dry, Sierra Silver,

Triple Sec, Coca Cola)

für nur € 7,90.

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.

17.15-18.00 Uhr in Harry's Bar auf Deck 6:

Erinnerungsfoto

Lassen Sie sich zusammen mit Ihrem **Kapitän Robert Fronenbroek** und Ihrem **Kreuzfahrtdirektor Holger Winkler** fotografieren.

Wünschen Sie kein Foto, nutzen Sie bitte den Eingang auf der Seite der Boutique (backbord).

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

Cocktail zum Beginn der Reise

Der Kapitän, die Schiffs- & Hotelleitung, der Kreuzfahrtdirektor und das Phoenix-Team möchten Sie offiziell an Bord begrüßen.

Im Anschluss stellt Ihnen Entertainment-Manager Chris die Künstler dieser Reise vor.

Der Cocktail wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen.

Wir laden Sie von 18.30 bis 21.00 Uhr in die Restaurants zum

Gala-Abendessen in festlicher Atmosphäre ein.

Ihr ***Frankie*** sorgt ab 20.30 Uhr für beste

musikalische Unterhaltung in der Harry's Bar auf Deck 6.

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

Das MS Amadea Showensemble präsentiert



Diese Show wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen.

Ab 21.30 Uhr in der Vista Lounge auf Deck 10:

„Beyond the sea“

Ihr **Duo JazzAffair** stellt sich Ihnen vor.

Genießen Sie einen Abend mit Swing, Blues, Latin und ausgesuchten Popklassikern.

BOUTIQUE

Entdeckerrabatt

Willkommensrabatt
voraus: Erkunden Sie Ihre
Bordboutique auf Deck 6.
Heinemann begrüßt Sie
mit 10 % Rabatt auf den
gesamten Einkauf.
Ausgenommen: Juwelier,
Bücher und schon
laufende Aktionen.

FOTOSHOP

Auf dieser Kreuzfahrt
haben Sie Gelegenheit,
ein **Fotobuch Ihrer Reise**
zu erwerben. Bestellen
Sie Ihr Fotobuch bis zum
14.05. und Sie erhalten
10 % Rabatt.
Für mehr Informationen
besuchen Sie den
Fotoshop auf Deck 7.

AMADEA SPA, DECK 10

Original Frigi-Thalgo Wickel

Für leichte Beine werden
kühle Wickel mit einer
Algen-Kampfer-Menthol-
Lösung getränkt.
Sie festigen das
Bindegewebe,
lassen Ihre Silhouette
definierter erscheinen
und vitalisieren müde
und schwere Beine.
45 Minuten für € 59,-

VIDEOSHOP, DECK 7

Oliver filmt für Sie die
Highlights dieser Reise!
Bestellen Sie schon heute
den „**Film der Reise**“
und Sie erhalten
10% Rabatt.

ÖFFNUNGSZEITEN

Rezeption / Notfall	durchgehend geöffnet	Tel. 2800	Deck 5
Phoenix Information	09.30 – 11.30 16.00 – 17.00		Deck 5
Kreuzfahrtberatung	09.30 – 11.30 16.00 – 17.00		Deck 6
Gold-Silber-Service	09.30 – 11.30 16.00 – 17.00	Tel. 3801	
Schiffsarzt / Hospital	09.30 – 10.30 16.00 – 17.00		Deck 6
Bordboutique	09.00 – 22.00	Tel. 3803	Deck 6
Fotoshop	10.00 – 11.30 20.30 – 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	07.45 – 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	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
Gala-Abendessen	18.30 – 21.00	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
Gala-Abendessen	18.30 – 21.00	Restaurant Amadea	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	Auf See, Kurs Port Elizabeth / Südafrika
MS Amara	Bremerhaven / Deutschland
MS Deutschland	Auf See, Kurs Portsmouth / England / Großbritannien

AKTUELLES VOM TRAUMSCHIFF - HEUTIGE DREHARBEITEN

09.00-10.30	Vista Lounge / Deck 10
10.30-18.30	Brücke & Nok / Deck 9



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