

SONNENAUFGANG

04.56 Uhr

SONNENUNTERGANG

21.59 Uhr

ERSTES ZIEL (23.06.)

Stavanger / Norwegen

DURCHSAGEN

Sie hören Durchsagen über die Bordlautsprecher nur dann auf Ihrer Kabine, wenn Sie Ihren Kabinenfernseher auf TV-Kanal 1 einstellen. Bei wichtigen Programmänderungen oder im Notfall werden die Durchsagen auch in die Kabinen geschaltet.

„AUF EIN WORT“

Kreuzfahrtdirektorin Manuela Bzdega informiert Sie auf TV-Kanal 5 über die Route, das Schiff und das Leben an Bord (Dauer ca. 20 Min.).

HOSPITAL

Unsere Bordärztin weist Sie darauf hin, 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 / Deck 6, vorne.

WORTE ZUM SEETAG

Wer loslässt, hat die Hände frei für Neues.

TAGESPROGRAMM

Sonntag, 22. Juni 2025

Gala-Abend auf See

VORMITTAG

- 08.00 **Frühsport.** Starten Sie frisch und fröhlich in den Tag. Kathrin zeigt Ihnen sanfte Übungen. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit. Der Treffpunkt ist in der Atlantik Lounge / Deck 6.
- 09.00 Sollten Sie an einer **Lebensmittelunverträglichkeit** leiden, treffen Sie sich bitte mit Maître Ivan und Küchenchefin Marie Jo in Harry's Bar / Deck 6.
- 09.15 Ihr Borgeistlicher **Hans Baron** lädt Sie zu einem **Willkommensgottesdienst** in die Vista Lounge / Deck 10 ein. Musikalische Begleitung durch **Ilan Bendahan Bitton** am Piano.
- 09.30 Rätseln Sie mit beim **Quiz** mit Lucie in der Harry's Bar / Deck 6.
- 09.45 **Geräte-Einweisung** im Fitnessstudio / Deck 10, achten. Kathrin erklärt Ihnen die richtige Benutzung unserer Fitness-Geräte.
- 10.05 Atlantik Lounge / Deck 6 & 7: **Wo Norwegens Frieden begann** Ihre Lektorin **Dr. Carola Otterstedt** lädt Sie zu einem ersten Vortrag über Stavanger & Ulvik ein.
Dieser Vortrag wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen.
- 10.15 Entspannen Sie beim **Mandala-Malen** mit Lucie im Jamaika Raum / Deck 7.
- 10.30 Lernen Sie den holländischen Klassiker **Jakkolo** kennen. Kathrin zeigt Ihnen wie es geht in der Kopernikus Bar / Deck 9.
- 11.30 Schmettern Sie die Bälle beim **Tischtennis** mit Lucie. Der Treffpunkt ist im Asuka Raum / Deck 9.
- 11.30-12.30 Auf den Achterdecks 8 & 9 (wetterabhängig):
Maritimer Frühschoppen
mit musikalischer Begleitung von Ihrem **Duo Sylvia & Gunther**. Das Küchenteam hat für Sie ein Buffet mit **maritimen Köstlichkeiten** vorbereitet. Das Barteam offeriert Ihnen ein Glas **Champagner** für € 8,50.
- 12.00 **Umbuchungsschluss für die Ausflüge von Sandane bis Bergen** Rachel berät Sie gerne an der Phoenix Information / Deck 5.

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** / Deck 8, steuerbord, achtern.
- 14.15 Ihre Bordärztin **Dr. Carmen Groninga** lädt alle Ärztekolleginnen & -kollegen zu einem Kennenlernen in die Harry's Bar / Deck 6 ein.
- 14.30 Die Systemcoachin & Expertin für Körperarbeit **Ilona Kister** stellt sich und Ihre Programmpunkte der Reise im Bordkino / Deck 6, mittschiffs, vor.
- 14.45 Finden Sie Gleichgesinnte beim **Spiele-Treff** mit Lucie in der Vista Lounge / Deck 10. Im Eingangsbereich hängt zudem eine Liste aus, in die Sie sich eintragen können, um Spiele-Partner zu finden.
- 15.00 Schieben Sie die Scheiben beim **Shuffleboard** mit Kathrin. Treffpunkt ist am Shuffleboard-Feld / Deck 7, steuerbord.
- 15.15 Lucie vom Phoenix-Team lädt alle **Alleinreisenden** herzlich in die Harry's Bar / Deck 6 ein, um bei einem Glas Sekt auf die Reise anzustoßen und sich gegenseitig kennenzulernen.
- 16.15 Kommen Sie zum erstem **Bingo** dieser Reise. Lucie und Kathrin erwarten Sie in der Harry's Bar / 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 / Deck 5 abgeben. Das Bordbuch wird mit dem Routenstempel versehen und von Kapitän & Kreuzfahrtdirektorin unterschrieben. Wer noch kein Bordbuch hat, kann es dort ebenfalls für € 6,- erwerben.

HYGIENE AN BORD - Wir bitten Sie, Ihre Hände vor Betreten der Restaurants und Bars zu desinfizieren; niesen und husten Sie bitte in die Armbeugen und waschen Sie Ihre Hände regelmäßig.

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 / Deck 5 registrieren lassen. Wir bitten Sie die folgende Einteilung zu beachten: **22.06. - Alle Gäste von Deck 10, 9 & 8**
23.06. - Alle Gäste von Deck 7 & 6 **24.06. - 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 oder Krawatte;
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 immer zu beachten.

LEICHTE ELEGANZ

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

LEGER

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

GALA-ABEND

BEKLEIDUNGSHINWEIS

Gala

Wir bitten Sie, auf den abendlichen Bekleidungshinweis zu achten, um dem jeweiligen Abend den entsprechenden Charakter zu verleihen.

TAGESCOCKTAILS

Latin Lover

alkoholisch

(Sierra Silver, Triple Sec, Ananassaft, Zitronensaft, Limettensaft)
zum Preis von € 4,50

Orange Fizz

alkoholfrei

(Orangen-, Limetten-, Zitronensaft, Soda)
zum Preis von € 3,50

DIGESTIF

Wir empfehlen Ihnen heute Abend ein

Bombay Sapphire (4cl)
zum Preis von € 4,40.

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG

Probieren Sie heute einen **Green Lava** für nur € 6,20.

ZUM AUFWÄRMEN

Auf den Achterdecks 8 & 9 erhalten Sie
Hot Aperol für € 5,40
oder **Glühwein** für € 4,90.

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 / Deck 6:

Erinnerungsfoto

Lassen Sie sich zusammen mit Ihrem **Kapitän Hubert Flohr** und Ihrer **Kreuzfahrtdirektorin Manuela Bzdega** fotografieren.

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

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

Cocktail zum Beginn der Reise

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

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

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

Gala-Abendessen

in festlicher Atmosphäre ein.

Ab 20.30 Uhr lädt Ihr Pianist **Han Bendahan Bitton**

Sie in die Vista Lounge / Deck 10 ein.

Um 20.30 Uhr zeigen wir einen **Überraschungsfilm** im Bordkino / Deck 6.
Informationen zum Film erhalten Sie an der Rezeption oder auf TV-Kanal 4.

Ihr **Duo Sylvia & Gunther** spielt ab 20.30 Uhr in Harry's Bar / Deck 6.

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



Heute Abend nimmt Sie das Amadea Showensemble mit auf eine Reise in die Stadt, die niemals schläft: NEW YORK CITY!

Freuen Sie sich auf Evergreens von Petula Clark, Frank Sinatra, Billy Joel u.v.m.

Der Willkommens-Cocktail & die Show werden auch auf TV-Kanal 65 übertragen.

Ab 21.45 Uhr lädt Sie Ihr musikalisches **Duo Chocolate** in die Vista Lounge / Deck 10 ein.

BOUTIQUE / DECK 6

Registrieren Sie sich als **Heinemann & Me** Mitglied und sichern Sie sich einmalig als Neumitglied 10% Rabatt für Ihren Einkauf direkt hier in Ihrer Bordboutique. Doch das ist nur der Anfang - genießen Sie viele weitere exklusive Vorteile auch auf Ihren nächsten Reisen.

FOTOSHOP / DECK 7

Auf dieser Kreuzfahrt haben Sie Gelegenheit, ein **Fotobuch Ihrer Reise** zu erwerben. Bestellen Sie Ihr Fotobuch heute und Sie erhalten 10 % Rabatt.

BIBLIOTHEK / DECK 9

Bedienen Sie sich gern an unserer Bücher-Auswahl. Bitte beachten Sie, dass die Bibliothek heute von 10.30-12.00 Uhr reserviert ist.

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,-

ÖFFNUNGSZEITEN

Rezeption / Notfall	durchgehend geöffnet	Tel. 2800	Deck 5
Phoenix Information	09.30 – 12.00 16.00 – 17.00		Deck 5
Kreuzfahrtberatung	09.30 – 12.00 16.00 – 17.00		Deck 6
Gold-Silber-Service	09.30 – 10.30 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		20.30 – 21.00 Tel. 1893	Deck 7
Amadea Spa	08.00 – 20.00	Tel. 8992	Deck 10
Sauna	08.00 – 20.00		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	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
Gala-Abendessen	18.30 – 21.00	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	Molde & Åndalsnes / Norwegen
MS Amara	Reykjavík / Island
MS Deutschland	Leixões / Porto / Portugal

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