

TAGESPROGRAMM

Sonntag, 10. August 2025

Erholung auf See

SONNENAUFGANG

04.59 Uhr

SONNENUNTERGANG

22.02 Uhr

FRÜHSTÜCKS-SPEZIAL

Starten Sie in den Tag auf Wunsch mit einem **pochierten Ei Benedict.**

NÄCHSTES ZIEL (11.08.)

Geiranger / Norwegen

URKUNDE NORDKAP

Im Sinne der Nachhaltigkeit bitten wir Sie, sich bis heute 10.08., 12.00 Uhr an der Rezeption / Deck 5 zu melden, falls Sie eine **Urkunde zum Nordkap** erhalten möchten. Bitte geben Sie auch den Namen an, welcher auf der Urkunde stehen soll.

BORDBUCH-

ABGABESCHLUSS

Sie können Ihr Bordbuch noch bis **morgen (11.08.), 17.00 Uhr** an der Phoenix Information / Deck 5 abgeben. Dieses wird mit dem Routenstempel versehen und von Kapitän & Kreuzfahrtdirektorin unterschrieben. Wer noch kein Bordbuch hat, kann es dort ebenfalls für € 6,- erwerben.

VORMITTAG

- 08.00 Starten Sie mit **Frühsport** in den Tag. Tanja freut sich auf ihr Kommen. Treffpunkt ist in der Atlantik Lounge auf Deck 6.
- 09.00 **Rückenfit** mit Tanja. Sie haben Rückenprobleme? Dann sind Sie hier genau richtig. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit. Treffpunkt ist in der Atlantik Lounge auf Deck 6.
- 09.15 **Festlicher Sonntagsgottesdienst mit Eucharistiefeier / Abendmahl**
Unser Bordgeistlicher **Prof. Dr. Bernd Dennemarck** freut sich auf die Feier mit Ihnen. Musikalisch begleitet wird dieser Gottesdienst von unserem Bordpianisten **Sebastian Rodriguez** am Flügel. Eingeladen sind in ökumenischer Verbundenheit Christen aller Konfessionen sowie alle Menschen guten Willens in die Vista Lounge / Deck 10.
- 09.30 Spielen Sie **Stadt, Land, Phoenix** mit Kai in Harry's Bar auf Deck 6.
- 10.15 Atlantik Lounge / Deck 6 & 7:
„Der var en gang" – es war einmal. Von Trollen, der Huldra und dem Ascheper
Mittlerweile haben Sie einen Eindruck gewonnen von der rauen Landschaft Norwegens. Bei trübem Wetter legt sich etwas Mystisches über die Landschaft, in der Dunkelheit kann die Einsamkeit bedrohlich wirken. Kein Wunder also, dass sich in der Fantasie so einige seltsame Wesen tummeln. Und wie gut, dass die Erzählungen aus alten Tagen auch aufgeschrieben wurden.
Ihre Lektorin **Andrea Braun** nimmt Sie mit in die norwegische Märchenwelt.
Dieser Vortrag wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen.
- 10.45 Heute treffen wir uns zur **Reling-Gymnastik** mit Tanja. Treffpunkt ist am Shuffleboardfeld auf Deck 7, steuerbord.
- 11.00 Haben Sie Lust auf eine Runde **Jakkolo**? Dann kommen Sie zu Kai in die Kopernikus Bar auf Deck 9.
- 11.45 Vista Lounge / Deck 10: **Heinz Erhardt - sein Leben & seine Werke**
Kommen Sie zu einer weiteren Lesung von **Manuela Bzdega**.
- 12.15 Knobeln, raten, lachen - Kai lädt zum **Blitzquiz** in das Bordkino auf Deck 6 ein.



NACHMITTAG

- 14.00 **Der MS Amadea Chor trifft sich zur Probe** in der Vista Lounge auf Deck 10.
Armin vom Duo Keys & Strings freut sich auf Sie.
- 14.00 **Skat-Treff** in der Vista Lounge / Deck 10.
- 14.30 Bordkino / Deck 6: **Faszination Darm** - 80% aller Krankheiten sind ernährungsbedingt. Ihre Gesundheits- & Lifestyleexpertin **Jeannette Anger** erklärt in ihrem Vortrag, was Sie Ihrem Darm Gutes tun können.
- 14.30 Schieben Sie die Scheiben beim **Shuffleboard** mit Kai. Treffpunkt ist am Shuffleboardfeld, Deck 7, steuerbord.
- 14.30 Atlantik Lounge / Deck 6 & 7: **Nautische Stunde**
Ihr **Kapitän Burkhard Müller** berichtet über den Alltag auf der Brücke und den Beruf eines Nautikers.
Außerdem gibt er Ihnen Hintergrundinformationen zur Route & Technik von MS Amadea.
Dieser Vortrag wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen.
- 14.45 Wir trainieren Arme und Beine mit dem **Rubberband**. Tanja zeigt Ihnen wie es geht.
Treffpunkt ist am Shuffleboardfeld auf Deck 7, steuerbord.
- 15.30-16.30 Bei der heutigen **Tee- & Kaffeestunde** im Restaurant Amadea / Deck 8 gibt es auch **Waffeln mit Eiscreme**.
Probieren Sie dazu eine **Baileys-Schokolade** für € 4,80.
- 16.00 **Diskussionsrunde** - „Werte im Wandel“
Ihr Kommunikationsrainer **Nicolas Nolte** freut sich auf einen Austausch. Kommen Sie in das Bordkino / Deck 6.
- 16.30 Wir wünschen Ihnen heute viel Spaß beim **Eierlikör-Bingo** mit Tanja und Kai in Harry's Bar auf Deck 6.
Ein Spielschein kostet € 5. Bitte bringen Sie Kleingeld mit.
- 17.45 Einfach vorbeikommen und mitmachen - Kai lädt zum **Aperitif-Spiel** an die Jupiter Bar auf Deck 9 ein.

DAS PHOENIX-BROT FÜR ZUHAUSE

Frühstücken Sie Zuhause wie an Bord oder überraschen Sie Ihre Lieben daheim mit einem Laib kräftiger Kruste aus der Bordbäckerei. Sie können das Phoenix-Brot im exklusiven Leinen-Brotbeutel an der Rezeption bestellen. Der Preis von € 5,50 wird auf Ihr Bordkonto gebucht. Sie erhalten einen Coupon & geben diesen am Abreisetag im Restaurant Ihrem Frühstückskellner. Von ihm erhalten Sie Ihr frisch gebackenes Phoenix-Brot.

Für einen kleinen visuellen Vorgeschmack hat Ihr Küchenteam heute während des Frühstücks vor beiden Restaurants eine **Phoenix-Brot-Präsentation** aufgestellt.

GEPÄCKSERVICE

Wenn Sie Ihr Gepäck für € 49,90 pro Stück mit **TEfra** ab Bremerhaven nach Hause senden möchten, können Sie dies bis **heute (10.08.) 18.00 Uhr** an der Phoenix Information anmelden. Auch Gäste, die den TEfra-Service bereits im Voraus gebucht haben, werden gebeten, sich heute zu den Öffnungszeiten an der Phoenix Information zu melden. Sie erhalten dort gegen Abgabe Ihrer Zollerklärung **Banderolen** zur Kennzeichnung Ihres TEfra-Gepäcks.

ABEND

BEKLEIDUNGSHINWEIS

leichte Eleganz

BEKLEIDUNGSHINWEIS IM RESTAURANT PICHLER'S

elegant

TAGESCOCKTAILS

New York Margarita

alkoholisch

(Tequila Silver, Blue Curaçao,
Triple Sec, Zitronensaft)
zum Preis von € 4,70

Fantasy Island

alkoholfrei

(Grenadine, Maracujasaft,
Tonic Water)
zum Preis von € 3,70

DIGESTIF

Wir empfehlen Ihnen
nach dem Abendessen
einen **Ballantine's** (4cl)
zum Preis von € 4,50.

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.

ABENDSNACK

18.30 – 23.00 Uhr

In der Harry's Bar / Deck 6
servieren wir Ihnen
Würstchen im Schlafrock.

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

„LET'S JOIK“

Seit 10.000 Jahren lebt das Volk der Samen im Norden Norwegens abseits des Bewusstseins der meisten Europäer und auch ihrer eigenen Landsleute. Eine lange, leidvolle Geschichte liegt hinter dieser Volksgruppe, der es gelungen ist, sich in den 1970er Jahren zu emanzipieren und ein gleichberechtigtes Leben zu führen. Halt fanden die Samen in ihrer Tradition und ihrer Musik – dem Joik. Ihre Lektorin **Andrea Braun** geht mit Ihnen auf Spurensuche nach dem indigenen Volk der Samen und seiner Musik.

Dieses Lektorat wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen.

Ab 20.30 Uhr unterhält Sie **CLAUS SPEDER**

in der Harry's Bar / Deck 6.

Ab 20.30 Uhr in der Vista Lounge / Deck 10:

CANCIONES DE AMOR

Ihr Bordpianist **Sebastian Rodriguez** spielt für Sie am Flügel.

Um 20.30 Uhr zeigen wir einen **Überraschungsfilm** im Bordkino / Deck 6.

Information zum Film erhalten Sie an der Rezeption oder auf TV-Kanal 4.

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

NORDLICHTER UND UNGARISCHES FEUER

Ein klassisches Konzert voller Temperament, Poesie und Filmglanz!

Freuen Sie sich auf die **Mitglieder der Kölner Symphoniker** und auf Werke des berühmtesten norwegischen Komponisten Edvard Grieg, darunter seine „Morgenstimmung“, auf Brahms' feurige Ungarische Tänze und viele mehr. Die Musiker der Kölner Symphoniker entführen Sie außerdem auf eine musikalische Schlittenfahrt – und zum krönenden Abschluss in die Karibik.

Lassen Sie sich verzaubern von einem Abend voller musikalischer Überraschungen und klangvoller Entdeckungen.

Dieses Konzert wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen.

Ab 21.15 Uhr in der Vista Lounge / Deck 10:

Kommen Sie zum **MITTINGABEND**

bei Ihrem Duo Keys & Strings.

Ihr Barmanager empfiehlt Ihnen heute einen **Mojito**
(Havana 3 Años, Lime Juice cordial, Zitronensaft) zum Preis von € 6,20.

BOUTIQUE

Sale

Erhalten Sie heute auf ausgewählte Düfte, Accessoires und Textilien abseits unseres regulären Sortiments 25% Rabatt. Beim Kauf ab zwei Teilen profitieren Sie sogar von sensationellen 50% Rabatt – achten Sie auf Artikel mit roten Stickern.

AMADEA SPA

Polynesia

Bei der polynesischen Stempelmassage werden traditionelle Massagetechniken mit wertvollen Inhaltsstoffen aus dem Meer und betörenden Düften aus der Natur vereint. Warme Sandstempel sorgen für eine besonders entspannende Massage. 75 Minuten für € 95,-

DUTY FREE VERKAUF

Mit dem heutigen Tagesprogramm erhalten Sie einen **Bestellschein für zollfreie Waren**. Füllen Sie diesen gerne aus und geben ihn bis zum **13.08., 18.00 Uhr** an der Rezeption ab. Die Auslieferung erfolgt spätestens am **14.08.** Bitte informieren Sie sich, welche Mengen zollrechtlich in Ihr Heimatland eingeführt werden dürfen. Der Zoll in Bremerhaven macht stichprobenartige Kontrollen.

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	09.30 – 12.30 16.30 – 18.00	Tel. 3801	
Schiffsarzt / Hospital	09.30 – 10.30 17.00 – 18.00		Deck 6
Bordboutique	09.00 – 22.00	Tel. 3803	Deck 6
Fotoshop	10.00 – 11.30 16.00 – 17.30		
		20.00 – 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
Jacuzzi	07.00 – 19.00 (Temperaturen auf TV Kanal 1)		Deck 8
Pool	geschlossen / Wartungsarbeiten		Deck 8

KULINARISCHES

Kaffee- & Teestation	06.30 – 08.00	Jupiter Bar	Deck 9
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 – 18.00	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
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
Abendsnack	18.30 – 23.00	Harry's Bar	Deck 6
Kopernikus-Würstchen	22.30 – 01.00	Kopernikus Bar	Deck 9

BARZEITEN

Harry's Bar	ab 09.00		Deck 6
Jupiter Bar	ab 09.00	(wetterabhängig)	Deck 9
Kopernikus Bar	ab 09.00		Deck 9
Vista Lounge	10.00 – 24.00		Deck 10
Havanna Club		19.00 – 24.00	Deck 7

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE HEUTE?

MS Artania	Kiel / Deutschland
MS Amara	Fort William / Schottland / Großbritannien
MS Deutschland	Rønne / Bornholm / Dänemark



Ihr Amadea-Team wünscht Ihnen einen entspannten Seetag an Bord.