

ZEITUNTERSCHIED

12.00 Uhr an Bord =
13.00 Uhr Deutschland

SONNENAUFGANG

07.26 Uhr

SONNENUNTERGANG

16.52 Uhr

TAGESPROGRAMM

Mittwoch, 12. November 2025

Gala-Abend auf See

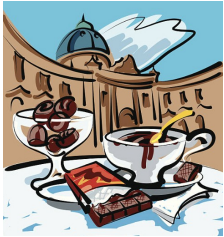
VORMITTAG

FRÜHSTÜCKS-SPEZIAL - Bestellen Sie heute auf Wunsch **Käse-Schinken-Panini** in unseren Restaurants.

- 07.50 Kräftigen Sie Ihre Rückenmuskulatur mit **Rückengymnastik**. Trainiert wird mit Tanja. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit. Der Treffpunkt ist in der Atlantik Lounge / Deck 6.
- 08.50 Beweglich bleiben und zur Ruhe kommen mit **Stretch & Relax**. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit. Treffen Sie Tanja in der Atlantik Lounge / Deck 6.
- 09.15 **„Gastfreundschaft - Was ist wichtig im Leben?“**
Ihr Bordgeistlicher **Peter Holzer** lädt Sie zu einer **ökumenischen Morgenandacht** in das **Bordkino / Deck 6** ein.
- 09.30 Kommen Sie zum **Quiz** mit Laura in die Harry's Bar / Deck 6.
- 09.45 Spielen Sie **Jakkolo** gemeinsam mit Kathrin in der Kopernikus Bar / Deck 9.
- 10.05 Atlantik Lounge / Deck 6 & 7: **Portsmouth, Chichester & London - Merry Old England**
In einer weiten Naturbucht nördlich der Isle of Wight in der Grafschaft Hampshire befindet sich der Heimathafen der Royal Navy mit den Historic Dockyards, dem weltgrößten Marinemuseum mit berühmten historischen Schiffen. Chichester ist eine bezaubernde Kleinstadt mit Kathedrale, London die boomende britische Megacity. Ihre Lektorin **Katharina Bahlcke** freut sich auf Sie.
Einlass ab 09.45 Uhr. Dieser Vortrag wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen.
- 10.30 **Kniffeln** Sie gemeinsam mit Laura in der Vista Lounge / Deck 10.
- 10.45 Gezielte Übungen an der **Reling** zur Kräftigung und Mobilisation - Ideal für Stabilität und Balance. Der Treffpunkt mit Tanja ist am Shuffleboard-Feld / Deck 7, steuerbord.
- 11.00 Lassen Sie die Pfeile fliegen beim **Darts** mit Kathrin in der Jupiter Bar / Deck 9.
- 11.15 Bordkino / Deck 6: Beruhigen Sie mit der heutigen **Atem-Meditation** Ihren Kopf, Herz & Ihren Bauch. Entspannen Sie ganz einfach. **Carsta Tenscher** freut sich auf Sie.
- 12.15 Kommen Sie zum lustigen **Aperitiv-Spiel** mit Laura in der Kopernikus Bar / Deck 9.



NACHMITTAG

- 14.00 Finden Sie Gleichgesinnte beim **Spiele-Treff** in der Vista Lounge / Deck 10.
- 14.30 Bordkino / Deck 6: **Feng Shui** - die asiatische Harmonielehre am Beispiel der Wohngestaltung mit der Bagua-Karte. Zudem gibt es ein Handout von **Carsta Tenscher**.
- 15.00 **Fit mit dem Rubberband** - Stärken Sie ihre Muskeln mit einfachen, aber effektiven Übungen für den ganzen Körper. Der Treffpunkt mit Tanja ist am Shuffleboard-Feld / Deck 7, steuerbord.
- 15.15 Schieben Sie die Scheiben beim **Shuffleboard** mit Kathrin.
Der Treffpunkt ist am Shuffleboard-Feld / Deck 7, backbord.
-  15.30-16.30 Das Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 5 verwandelt sich heute in ein **Wiener Kaffeehaus**. Genießen Sie feine Kuchenspezialitäten aus Österreich. Das Bar-Team empfiehlt dazu Wiener Kaffee-Spezialitäten von der Spezialkarte z.B. einen **Maria Theresia** für € 4,80, einen **Mozart-Kaffee** für € 4,50 oder einen **Einspänner** für € 2,50.
- 15.45 Spielen Sie mit Laura ein paar Runden **UNO** in der Harry's Bar / Deck 6.
- 16.00 Heute heißt es wieder **Sitzgymnastik** mit Tanja! Wir treffen uns in der Kopernikus Bar / Deck 9. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.
- 16.30 Auch heute können Sie Ihre Urlaubskasse aufbessern beim **Bingo** mit Kathrin und Laura in der Harry's Bar / Deck 6. Ein Spielschein kostet € 5,-. Bitte bringen Sie Kleingeld mit.
- 16.30 Bordkino / Deck 6: **Meditation als Brücke in den Schlaf**
Sie kennen Ihre innere Unruhe, die Sie vom Schlafen abhält? Die Meditation unterstützt Sie, die Reichhaltigkeit des Alltags in ruhevollen Frieden zu wandeln, um in einen erholsamen Schlaf einzutauchen. **Chai Min Werner** gibt Ihnen heute konkrete Anwendungen mit auf den Weg.

WICHTIGE HINWEISE

ABREISE-INFORMATIONEN - Sie erhalten mit diesem Tagesprogramm Ihre **Kofferbänderolen** auf die Kabine. Gäste mit über Phoenix Reisen gebuchter **Busabreise** erhalten auch eine gelbe Banderole, welche Sie bitte zusätzlich zur anderen Banderole an Ihrem Gepäck anbringen.

Bei Fragen melden Sie sich gern zu den Öffnungszeiten an der Phoenix Information / Deck 5.

Ihre finalen Abreise-Informationen erhalten Sie mit dem Ausschiffungsprogramm am Abend des 14.11.

Ihre TEfra-Koffer sollten **ausschließlich** mit der **TEfra-Banderole** versehen sein.

BORDBUCH-ABGABESCHLUSS - Wenn Sie bereits im Besitz eines Bordbuches sind, können Sie dieses noch **bis heute, 17.30 Uhr** an der Phoenix Information / Deck 5 abgeben. Ihr Kapitän und Ihr Kreuzfahrtdirektor werden den Routenstempel dieser Reise für Sie unterschreiben. Das Bordbuch kommt automatisch zurück auf Ihre Kabine. Möchten Sie dieses schöne Erinnerungsbuch neu erwerben, ist es dort für € 6,- erhältlich.

VERLORENE GEGENSTÄNDE - Haben Sie während der Kreuzfahrt etwas verloren? Alle Gegenstände, Kleidungsstücke, Brillen, etc., die hier an Bord gefunden wurden, liegen an der Rezeption zur Abholung bereit.



**BEKLEIDUNGSHINWEIS
FÜR DEN ABEND**

Gala

TAGESCOCKTAILS

Batida de Maracuja

alkoholisch

(Cachaça, Limetten-,
Maracuja-, Ananas-,
Zitronensaft)

zum Preis von nur € 4,70

Big Apple

alkoholfrei

(Grenadine, Soda, Apfel-,
Orangensaft)

zum Preis von nur € 3,70

DIGESTIF

Genießen Sie nach dem
Abendessen einen

Pernod (5cl) zum Preis
von € 3,40.

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG

Probieren Sie
einen **Mexican Colada**
(Tequila Gold, Kahlua,
Kokossirup, Sahne,
Ananassaft)
zum Preis von € 6,20.

ABENDSNACK

18.30 – 23.00 Uhr
In Harry's Bar / Deck 6
gibt es leckere
Wurstchen im Schlafrock.

WÜSTCHEN

22.30 – 01.00 Uhr
In der Kopernikus Bar /
Deck 9 können Sie sich
stärken. Bitte fragen Sie
unser Barpersonal.

17.00 Uhr in der Harry's Bar / Deck 6:

Tanzcocktail

Criss freut sich auf Sie!

Wiederholen Sie alle erlernten Tänze.

Wir laden Sie von 18.00 bis 20.30 Uhr

in die Restaurants zum **Gala-Abendessen**
in festlicher Atmosphäre ein.

„Time to say goodbye“

Bordpianistin **Tanja Voronchenko** spielt heute Abend das letzte Mal für diese Reise
um 20.00 Uhr in der Vista Lounge / Deck 10 für Sie.

Um 20.30 Uhr zeigen wir einen **Kinofilm** im Bordkino / Deck 9.
Information zum Film erhalten Sie an der Rezeption oder auf TV-Kanal 4.

20.30 Uhr in der Harry's Bar / Deck 6:

Freuen Sie sich auf gute Unterhaltung durch Ihren Allrounder **Frankie.**

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



Heute Abend stehen die Frauen im Mittelpunkt. Ohne den Herren dabei auf den Schlips zu treten, feiert das MS Amadea Showensemble das weibliche Geschlecht.

Freuen Sie sich auf neue Interpretationen der Lieder von einigen der größten weiblichen Rock/Pop-Stars der letzten Jahrzehnte. Es wird feurig, rockig und heiß!

Diese Show wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen.

21.15 Uhr in der Vista Lounge / Deck 10:

Ich bin von Kopf bis Fuß auf Liebe eingestellt

Ihr **Duo JazzAffair** spielt deutsche Schlager der 20er bis 50er Jahre, wortgewaltiges und wortwitziges von Marlene Dietrich, Hildegard Knef, Evelyn Künneke, Heinz Rühmann und den Comedian Harmonists.

BOUTIQUE

Sale! Wir haben unser Lager geräumt! Erhalten Sie heute auf ausgewählte Düfte, Accessoires und Textilien abseits unseres regulären Sortiments 25% Rabatt. Beim Kauf ab 2 Teilen profitieren Sie sogar von sensationellen 50% Rabatt. Achten Sie auf die Artikel mit den roten Stickern.

AMADEA SPA

Thai Öl-Massage

Eine entspannende Ganzkörpermassage, die sanfte Thai-Dehnungen mit fließenden Bewegungen und warmem Öl kombiniert. Sie löst Muskelverspannungen, fördert die Flexibilität und beruhigt Körper und Geist. Ideal zur Stressreduzierung und Tiefenentspannung. 75 Minuten für € 95,-

FOTOSHOP

Sie haben die Gelegenheit ein **Fotobuch der Reise** zu erwerben! Eine Vorschau sehen Sie auf dem Bildschirm am Fotoshop / Deck 7 sowie auf TV-Kanal 9.

ÖFFNUNGSZEITEN

Rezeption / Notfall	durchgehend geöffnet	Tel. 2800	Deck 5
Phoenix Information	09.30 – 12.30 16.30 – 17.30		Deck 5
Kreuzfahrtberatung	09.30 – 12.30 16.30 – 17.30		Deck 6
Gold-Silber-Service	09.30 – 12.30 16.30 – 17.30	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 – 11.30/16.00 – 17.00/20.00 – 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
Pool & Jacuzzi	07.00 – 19.00 (Temperaturen auf TV Kanal 1)		Deck 8

KULINARISCHES

Tee- & Kaffeestation	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 – 12.00	Lido Deck	Deck 8
Mittagsbuffet	12.30 – 14.00	Restaurant Amadea	Deck 8
Mittagsservice	12.30 – 14.00	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
Wiener Kaffeehaus	15.30 – 16.30	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
Gala-Abendessen	18.00 – 20.30	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
Gala-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

Jupiter Bar	ab 09.00	(wetterabhängig)	Deck 9
Harry's Bar	ab 09.00		Deck 6
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	Gallipoli / Italien
MS Amera	Auf See / Kurs Santa Cruz de la Palma / Spanien (Tag 2 von 7 Seetagen)
MS Deutschland	ist nächstes Jahr wieder für Phoenix Reisen unterwegs.

Ihr Amadea-Team wünscht Ihnen einen angenehmen Seetag & schönen Gala-Abend an Bord.