

SONNENAUFGANG

04.07 Uhr

SONNENUNTERGANG

22.59 Uhr

ZEITUNTERSCHIED

Nach der Zeitumstellung um 12.00 Uhr befinden wir uns in derselben Zeitzone wie Deutschland.

POSTKARTEN

Denken Sie an Ihre Lieben daheim! An der Phoenix Information / Deck 8 erhalten Sie eine Auswahl an Postkarten mit Motiven dieser Reise. Schauen Sie vorbei! Hier finden Sie auch den Routenstempel zum Verschönern Ihrer Postkarte.

JOGGEN AUF DEM PROMENADENDECK

Um die Nachtruhe der Gäste in den Kabinen rund um das Promenadendeck nicht zu stören, bitten wir Sie, nicht zwischen 22.00 und 08.00 Uhr zu joggen.

ATLANTIK SHOW-LOUNGE

Um 17.15 Uhr findet in der Atlantik Show-Lounge auf Deck 8 eine Veranstaltung nur für geladene Gäste statt.

TAGESPROGRAMM

Montag, 29. Juli 2024

Erholung auf See

VORMITTAG

FRÜHSTÜCKSSPEZIAL

Probieren Sie heute leckeres **Shrimps-Rührei**.

- 08.30 **Fit in den Tag:** Bringen Sie Ihren Kreislauf in Schwung mit Frühsport! Treff mit Dragen am Pool / Deck 9.
- 09.15 **„Wunder des Lebens“**
Ihr Bordseelsorger Achim Weiland begrüßt Sie recht herzlich in der Panorama-Lounge / Deck 12.
- 10.05 **Bauch-Beine-Po-Training**
Trainiert wird mit Dragen im Kreativraum auf Deck 5. Bitte bringen Sie ein großes Handtuch mit.
- 10.05 Schwarz gegen Gelb - so heißt es beim **Shuffleboard**.
Treff mit Rachel am Shuffleboardfeld auf Deck 12 (Backbord).
- 10.05 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:
Ihre Lektorin Katharina Bahlcke informiert Sie heute über das nächste Ziel dieser Reise: **Spanien, A Coruña, Galicia**
Der raue und doch milde Norden, Region der Rías Bajas, des Albariño, der Muschelzüchter & Mejillones, der farbenprächtigen Kamelien und Pilger nach Santiago de Compostela.
Der Vortrag wird auf **Kanal 65** im Bordfernsehen übertragen.
- 11.00 - 12.00 An den „Schöne Aussichten“ / Deck 11 (wetterabhängig):

Maritimer Frühschoppen

Genießen Sie Austern und weitere maritime Köstlichkeiten!

Ihr Barteam empfiehlt dazu ein Glas **Champagner** für € 7,90!

Ihr Duo „**Topas**“ spielt Musik
zum Mitsingen und Mitschunkeln!

Freuen Sie sich zudem auf eine Einlage des **MS Amara Showensembles!**

Während des Frühschoppens präsentieren wir Ihnen die **Seekarte** dieser Reise!



AMARA

MITTAG / NACHMITTAG



ZEITUMSTELLUNG

Heute Mittag um 12.00 Uhr werden die Uhren an Bord von MS Amera
1 Stunde vorgestellt! (12.00 Uhr = 13.00 Uhr)



- 14.30 **Skat-Turnier (Tag 1).** Treff mit Rachel und Moritz im Kartenspielzimmer auf Deck 7.
Eine Voranmeldung ist nicht nötig, kommen Sie einfach vorbei!
- 15.00 **Tuchbindeshow** in der Bordboutique / Deck 8
Das Team der Bordboutique zeigt Ihnen heute verschiedene Tuchbinde-Techniken.
Bringen Sie gerne Ihr eigenes Tuch/Schal mit.
- 15.00 Spielen Sie das beliebte niederländische Brettspiel **Jakkolo**. Treff mit Rachel in Harry's Bar / Deck 7.
- 15.00 **Rückenfit:** Mobilisieren und kräftigen Sie Ihre Rückenmuskulatur. Trainiert wird mit Dragan im Kreativraum auf Deck 5. Bitte bringen Sie ein großes Handtuch mit.
- 15.30 - 16.30 Im Lido-Buffet-Restaurant / Deck 11 lautet das Motto der heutigen Tee- & Kaffeestunde:

„Churros & Eiscreme“

Ihr Barteam empfiehlt dazu erfrischenden **Eiskaffee Frappé mit Caramel** zum Preis von € 4,20.

- 16.00 **Fantasiereisen und Achtsamkeitsmeditationen zur Tiefenentspannung, Erholung und Ressourcenaktivierung**
Körpertherapeutin Angela Kühl lädt Sie in den Kreativraum / Deck 5 ein.
Kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie eine leichte Jacke mit und bei Bedarf ein Handtuch als untergelegtes Polster für die Knie oder den Nacken. Die Übungen sind sitzend und liegend durchführbar.
- 16.00 **Walk a Mile & Relinggymnastik:** Kräftigen Sie Ihre Muskulatur an der Reling und trainieren Sie Ihre Ausdauer beim Laufen. Treff mit Dragan an der Phoenix Lounge auf Deck 7 hinten.
- 16.30 Viel Glück beim **6 7 1 BINGO 5 9 2** mit Rachel in Harry's Bar / Deck 7.
Eine Bingokarte kostet € 5,00. Bitte bringen Sie Kleingeld mit.
- 17.00 **Yin-Yoga:** Treff mit Dragan im Kreativraum auf Deck 5. Bitte bringen Sie ein großes Handtuch mit.
- 17.15 **Kids & Teens Treff:** Spielt eine Runde **Shuffleboard** mit Rachel.
Treff am Shuffleboardfeld auf Deck 12 (Backbord).

KREDITKARTEN- / EC-KARTENREGISTRIERUNG

Möchten Sie Ihre Bordrechnung am Ende dieser Reise mit **Kreditkarte bzw. deutscher Girocard/EC-Karte** bezahlen, so bitten wir Sie, zur Kartenregistrierung die folgende **NEUE** Einteilung zu beachten:

29. Juli: Alle Gäste von Deck 9

1. August: Alle Gäste von Deck 6

30. Juli: Alle Gäste von Deck 8

2. August: Alle Gäste von Deck 5

31. Juli: Alle Gäste von Deck 7

Wünschen Sie keine Kartenzahlung, so erfolgt die Bezahlung der Rechnung am Abend vor Ihrer Abreise in bar.

PHOENIX THERMOSFLASCHEN

An Bord von MS Amera befinden sich mehrere **Wasserspender**. Nutzen Sie zum Befüllen gern Ihre privaten Flaschen. **Alternativ können Sie an der Rezeption nachträglich noch unsere Phoenix-Thermosflasche zum Preis von € 9,90** erwerben und am Ende der Reise mit nach Hause nehmen.



ABENDPROGRAMM

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DEN ABEND

sportlich-elegant

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DAS PICHLER'S RESTAURANT

elegante Abendgarderobe

TAGESCOCKTAILS

Blue Lagoon

alkoholisch

(Gin, Vodka, Blue Curaçao,
Zitronensaft, Sprite)

zum Preis von nur € 4,50

Smile

alkoholfrei

(Erdbeer-, Kokossirup,
Orangen-, Maracujasaft,
Tonic)

zum Preis von nur € 3,50

DIGESTIF

Genießen Sie einen

Johnnie Walker (Red Label)

für € 4,50 in einer unserer
Bars!

PICHLER'S RESTAURANT

Wir bieten Ihnen die
Möglichkeit, an
ausgewählten Abenden ein
Spezialitäten-Menü im
Pichler's Restaurant zu
genießen. Ihre Reservierung
nimmt unsere Maître d'hôtel
Gülten Çebeçi heute
zwischen **10.00 - 10.30 Uhr**
vor dem Pichler's Restaurant
entgegen. Weitere
Reservierungstermine
werden bekannt gegeben.

WIENER WÜSTCHEN

Ab 23.00 Uhr erhalten Sie
täglich auf Wunsch in
Harry's Bar / Deck 7
Wiener Würstchen.

20.00 - 23.00 **Janibek & Oksana** sorgen für musikalische Unterhaltung
im Piano Salon / Deck 8.

20.30 **Kinofilm** im Bordkino / Deck 8 (Informationen zum Film entnehmen
Sie bitte dem Bildschirm vor dem Bordkino)

ab 21.00 Ihr Duo „**Topas**“ spielt internationale
Tanz- und Unterhaltungsmusik in Harry's Bar / Deck 7.

21.15 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:



*Karneval in
Venedig*

*Gehen Sie mit
Julia Graeber
und ihrer Zaubergeige*

*auf eine musikalische Reise
durch die
unerschöpflichen Werke,
die Venedig hervorgebracht hat!*

Genießen Sie zur Show einen **Bellini Cocktail** für € 4,90.

Die Show wird auf **Kanal 65** im Bordfernsehen übertragen.

22.00 - 23.00 Probieren Sie im Restaurant Amera auf Deck 7
Piri-Piri Hackbällchen zum Late-Night-Snack.

DER NEUE "FLUSS & KÜSTEN 2025" JETZT ONLINE

Schnell sein lohnt sich! Obwohl sich der Katalog noch im Druck befindet, sind fast alle
Fluss- & Küsten-Kreuzfahrten für das kommende Jahr schon jetzt buchbar!
Eine Vielzahl wunderschöner Reiseerlebnisse erwartet Sie - ob auf der Donau, dem
Rhein, Main, der Mosel, der Saar, an der Ostsee, in Holland und Belgien oder in
Frankreich, Portugal und Kroatien. Aber auch exotische Ziele, wie Ägypten, Brasilien,
Indien, Vietnam/ Kambodscha und Ecuador/ Galapagos finden Sie inklusive einiger
Flotten-Neuzugänge in unserem großen Programm. Wenn Sie bereits jetzt Ihre
Lieblingskabine über Ihr Reisebüro, unsere Internetseite, per Email bzw. telefonisch
oder aber über unsere Kreuzfahrtberatung an Bord buchen, profitieren Sie vom
Frühbucherrabatt, der für Buchungen bis einschließlich 30.09.2024 gilt. Der gedruckte,
212 Seiten starke Katalog "Fluss und Küsten 2025" ist ab Ende August erhältlich.

BOUTIQUE

Tücher und Schals sind die perfekten Accessoires, um jedes Outfit zu veredeln.

Am heutigen Tag erhalten Sie 10 % Rabatt beim Kauf eines Tuches und/oder eines Schals.

Der Sammelspaß für die ganze Reise:

Heute erhalten Sie in der Bordboutique Ihr Gratis-Armband! Jeden Tag stellen wir Ihnen ein neues, exklusives und maritimes Erinnerungs-Charm für nur je € 9,90 vor, mit dem Sie Ihr Souvenir verschönern können. Tipp: Nur heute erhalten Sie zu Ihrem Armband das Sammel-Set mit 5 Charms für € 29,90!

HYGIENE

Aus hygienischen Gründen bitten wir Sie

- sich vor Nutzung des Pools abzduschen
- davon abzusehen, Ihre Füße auf Stühle, Polster oder Fensterbänke zu legen.

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE

MS Amadea

Auf See, mit Kurs auf Ålesund / Norwegen

MS Artania

Auf See, mit Kurs auf Reykjavik / Island

MS Deutschland

Ulvik und Rosendal / Norwegen

ÖFFNUNGSZEITEN

Rezeption	24-Stunden	Tel. 90	Deck 8
Phoenix-Bordreisebüro	09.30 - 11.00 Uhr 16.30 - 17.30 Uhr	Tel. 32882	Deck 8
Phoenix-Information	11.00 - 12.00 Uhr 17.30 - 18.00 Uhr	Tel. 32904	Deck 8
Gold/Silber Service	09.30 - 11.00 Uhr		Deck 8
Kreuzfahrtberatung	09.30 - 11.00 Uhr 16.30 - 18.00 Uhr	Tel. 33818	Deck 8
Kabinenverwaltung	09.30 - 11.00 Uhr 16.00 - 16.30 Uhr	Piano Salon	Deck 8
Fotoshop	09.00 - 12.00 Uhr 16.00 - 18.00 Uhr 20.00 - 22.00 Uhr		Deck 8
Videoshop			Deck 8
Boutique	09.00 - 22.30 Uhr	Tel. 23585	Deck 8
Schiffsarzt / Hospital	09.30 - 10.30 Uhr 17.00 - 18.00 Uhr	Tel. 31997	Deck 4
Notfall	24 Stunden	Tel. 110 / 112	

MS AMERA SPA

Phoenix-Gesicht: Eine besonders wohltuende, beruhigende Anwendung, die trockene und sensible Haut verwöhnt. Schenken Sie Ihrer Haut zarte Geschmeidigkeit, mit Reinigung, Ampulle, Maske und einer Gesichtsmassage. 60 Minuten / € 64,-.

Spa	08.00 - 20.00 Uhr	Tel. 38992	Deck 9
Friseursalon	08.00 - 20.00 Uhr	Tel. 38992	Deck 9
Fitnessraum	08.00 - 22.00 Uhr		Deck 9
Damen Sauna	08.00 - 11.00 Uhr		Deck 9
Herren Sauna	11.00 - 13.00 Uhr		Deck 9
Gemischte Sauna	13.00 - 20.00 Uhr		Deck 9

RESTAURANTZEITEN

06.15 - 08.00	Kaffee / Tee	an der Phoenix-Lounge	Deck 7
07.00 - 08.00	Early Bird	in Harry's Bar	Deck 7
08.00 - 10.00	Frühstück	in den Restaurants Ozean und Amara	Deck 7
08.00 - 10.00	Frühstück	im Lido Buffet-Restaurant	Deck 11
10.00 - 10.30	Spätaufsteher	im Lido Buffet-Restaurant	Deck 11
11.00 - 11.30	Bouillon	an den „Schöne Aussichten“	Deck 11
11.00 - 12.00	Frühschoppen	an den „Schöne Aussichten“	Deck 11
13.00 - 14.30	Mittagessen	in den Restaurants Ozean und Amara	Deck 7
13.00 - 14.30	Mittagessen	im Lido Buffet-Restaurant	Deck 11
15.30 - 16.30	„Churros“	im Lido Buffet-Restaurant	Deck 11
18.00 - 20.30	Abendessen	im Lido Buffet-Restaurant	Deck 11
18.00 - 20.30	Abendessen	in den Restaurants Ozean und Amara	Deck 7
18.30	Spezialitäten-Menü	im Pichler's Restaurant (Reservierung)	Deck 7
22.00 - 23.00	Late-Night-Snack	im Restaurant Amara	Deck 7

Kosten Sie **Piri-Piri Hackbällchen**.

BARZEITEN

Harry's Bar	ab 09.00 Uhr	Deck 7
Phoenix-Lounge & Bar	09.00 - 23.00 Uhr (wetterabhängig)	Deck 7
Piano Salon	14.00 - 24.00 Uhr	Deck 8
„Schöne Aussichten“	10.00 - 19.00 Uhr (wetterabhängig)	Deck 11
Panorama-Lounge	10.00 - 24.00 Uhr	Deck 12