

SONNENAUFGANG

07.15 Uhr

SONNENUNTERGANG

20.51 Uhr

ZEITUNTERSCHIED

1 Stunde / 12.00 Uhr an Bord
= 13.00 Uhr in Deutschland

KREDITKARTEN- / EC- KARTENREGISTRIERUNG

Möchten Sie Ihre Bordrechnung am Ende dieser Reise mit **Kreditkarte bzw. deutscher Girocard/EC-Karte** bezahlen, so lassen Sie diese jederzeit an der Rezeption registrieren. Wünschen Sie keine Kartenzahlung, so erfolgt die Bezahlung der Rechnung am Abend vor Ihrer Abreise in bar.

PANORAMA-LOUNGE

Um 17.00 Uhr findet in der Panorama-Lounge (Steuerbordseite) eine Veranstaltung nur für geladene Gäste statt.

BORDBÜCHER

Geben Sie Ihre Bordbücher gerne an der Rezeption oder an der Phoenix Information ab. Ihr Kapitän und Ihr Kreuzfahrtdirektor werden den Routenstempel dieser Reise für Sie unterschreiben. Bordbücher sind an der Phoenix Information für € 6,- erhältlich. Wir bitten Sie, Ihre Bordbücher bis spätestens zum 12. August zum Unterschreiben abzugeben.

TAGESPROGRAMM

Samstag, 10. August 2024

Erholung auf See

VORMITTAG

FRÜHSTÜCKSSPEZIAL

Probieren Sie heute **French-Toast!**

- | | |
|-------|---|
| 08.30 | Fit in den Tag: Bringen Sie Ihren Kreislauf in Schwung mit Frühsport! Treff mit Dragan an der Phoenix-Lounge / Deck 7. |
| 09.15 | „Von Sternen und Menschen“
Ihr Bordseelsorger Achim Weiland begrüßt Sie recht herzlich in der Panorama-Lounge / Deck 12. |
| 10.05 | Shuffleboard-Treff mit Rachel und Anett am Shuffleboardfeld / Deck 12. |
| 10.05 | Rückenfit: Mobilisieren Sie Ihre Rückenmuskulatur mit Dragan im Kreativraum auf Deck 5. Bitte bringen Sie ein großes Handtuch mit. |
| 10.05 | In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:
Unsere Welt wird größer - Das Jahrhundert der europäischen Seefahrer
Infante Enrique baut die Karavelle, Kolumbus sticht in See, Vasco da Gama will nach Indien, Magellan die Welt umrunden und Juan Sebastián Elcano schreibt Geschichte.
Ein interessanter Vortrag Ihrer Lektorin Katharina Bahlcke.
Der Vortrag wird auf Kanal 65 im Bordfernsehen übertragen. |
| 11.00 | Mobilisation und Stretching: Beweglich bleiben mit gezielten Übungen für die verkürzte und verspannte Muskulatur. Treff mit Dragan im Kreativraum auf Deck 5. Bitte bringen Sie ein großes Handtuch mit. |
| 11.15 | Spielen Sie eine Runde Minigolf mit Rachel und Anett auf Deck 12. |
| 11.30 | In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:
Tanzen Sie Line-Dance mit Amber. Line Dance ist super für Anfänger geeignet und es ist kein Tanzpartner erforderlich. |



MITTAG / NACHMITTAG

- 14.30 **Skat-Turnier (Tag 3).** Treff mit Rachel im Kartenspielzimmer auf Deck 7.
- 15.00 „Das Runde muss ins Eckige“ - so heißt es wieder beim **Jakkolo**.
Treff mit Rachel in Harry's Bar / Deck 7.
- 15.00 **Kids & Teens Treff** im Kreativraum / Deck 5: Anett tanzt wieder **Hip Hop** mit Euch!
- 15.30 **Walk a Mile & Rellingymnastik:** 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.
- 15.30 - 16.30 Im Lido-Bufferet-Restaurant / Deck 11:
Wiener Kaffeehaus
Genießen Sie feine **Kuchenspezialitäten aus Österreich!**
Ihr Barteam empfiehlt dazu **Wiener Kaffeespezialitäten** aus der Spezialkarte.
- 16.00 **Tiefenentspannung über Achtsamkeitsmeditationen und Fantasiereisen**
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 - 17.00 Im Pichler's Restaurant / Deck 7: **Weinbegleitung (mit Reservierung)**
- 16.30 **Kids & Teens Treff** mit Anett und Rachel im Piano Salon / Deck 8.
Lernt heute die Kunst des **Cocktail-Mixens!**
Gemeinsam mit unserem **Barmanager Ericson** bereitet Ihr die leckeren, erfrischenden, alkoholfreien Cocktails **Ipanema, Virgin Colada, Caribbean Sunset** und **Virgin Seabreeze** zu, die im Anschluss natürlich von Euch probiert werden.
- 16.30 **Yin Yoga:** Treff mit Dragan im Kreativraum / Deck 5. Bitte bringen Sie ein großens Handtuch mit.
- 16.30 Spielen Sie gerne **Tischtennis?** Gleichgesinnte treffen sich zu einer Partie auf Deck 11.
Schläger und Bälle erhalten Sie an der Rezeption.
- 17.15 „Bertha“, „Ida“, „Nordpol“ - so und anders heißt es beim **BINGO** mit Rachel in Harry's Bar / Deck 7. Eine Bingokarte kostet € 5,00. Bitte bringen Sie Kleingeld mit.
- 18.00 - 20.30 In unseren Restaurants: „**Köche-Abendessen**“
Genießen Sie heute **indonesische und philippinische Klassiker** - modern gekocht!
Dazu empfehlen wir den 2021 **Chardonnay Woodbridge** für € 24,00 (0,75 l).

MAGIC BAG

Sie haben die Möglichkeit, einen bis obenhin mit Wäsche gefüllten Wäschebeutel für nur € 30,- waschen und bügeln zu lassen. Einfach Wäschebeutel und ausgefüllte Wäscheliste auf das Bett legen und Ihr Kabinensteward kümmert sich um alles Weitere. Die Rücklieferung erfolgt innerhalb von **48 Stunden**.

Dieses Angebot ist nur am **10. August 2024** gültig.



ABENDPROGRAMM

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DEN ABEND

sportlich-elegant

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DAS PICHLER'S RESTAURANT

elegante Abendgarderobe

TAGESCOCKTAILS

Manhattan

alkoholisch

(Canadian Club, Martini
Rosso, Angostura Bitter)

zum Preis von nur € 4,50

Push Me

alkoholfrei

(Ananassaft, Grapefruitsaft,
Limettensaft,
Pfefferminzsirup)

zum Preis von nur € 3,50

DIGESTIF

Gönnen Sie sich einen

Baileys (4 cl) für € 3,50 in
unseren 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 **10.30 - 11.00 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

21.00 - 22.00 Ihr Duo „**Topas**“ spielt internationale Tanz- und Unterhaltungsmusik
in Harry's Bar / Deck 7.

21.15 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:

DIE GROßE SCHLAGER-MITSING-SHOW

Sängerin und Synchronsprecherin

Julia Vieregge lädt ein

zur großen Schlager-Sause!

Die größten Schlagerhits aus
verschiedenen Jahrzehnten

klingen für Sie verlockend?

Dann wärmen Sie schon mal
die Stimmbänder auf, denn

Mitsingen ist ausdrücklich erwünscht. Gemeinsam singen macht
glücklich – das sagt auch die Wissenschaft!

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

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

Im Anschluß an die Abendshow startet in **Harry's Bar** die



Schlager-Nacht

mit Ihrem **Duo Topas**

I ♥ Schlager

Machen Sie die Nacht zum Tage und tanzen Sie zu den
bekanntesten Schlagerhits!

Ihr Barteam empfiehlt heute einen „**German Mule**“ für € 5,20.

Alle Gäste, die zwischen 22.30 - 22.45 Uhr mitfeiern,
laden wir auf einen **Erdbeer-Limes** ein!

22.00 - 23.00 Probieren Sie im Restaurant Amara auf Deck 7
Toast Hawaii zum Late-Night-Snack.



BOUTIQUE

Coeur de Lion - aus dem Spiel mit Farben, Materialien und Kontrasten entsteht ein zeitlos eleganter und hochwertiger Modeschmuck, handgefertigt in Deutschland.

Lassen Sie sich von dem einzigartigen Look bezaubern!

Charms des Tages: Wal

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 - 11.30 Uhr		Deck 8
Kreuzfahrtberatung	09.30 - 12.00 Uhr	Tel. 33818	Deck 8
Kabinenverwaltung	09.30 - 10.00 Uhr 16.30 - 17.00 Uhr	Piano Salon	Deck 8
Fotoshop	09.00 - 12.00 Uhr 16.00 - 18.00 Uhr 21.00 - 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	

FOTOSHOP

Auch auf dieser Kreuzfahrt haben Sie die Gelegenheit ein Fotobuch Ihrer Reise zu erwerben!

Eine Vorschau dieses digitalen Fotobuches präsentiert Ihnen unser Fototeam im Bordfernsehen auf Kanal 5 sowie auf dem Bildschirm am Fotoshop auf Deck 8. Für nähere Informationen besuchen Sie den Fotoshop.

MS AMERA SPA

Lassen Sie sich von uns entspannen mit einer tief wirksamen **Kopf-Schulter-Nackenmassage**. 25 Minuten / € 40,-.

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
12.30 - 14.00	Mittagessen	in den Restaurants Ozean und Amara	Deck 7
12.30 - 14.00	Mittagessen	im Lido Buffet-Restaurant	Deck 11
15.30 - 16.30	Wiener Kaffeehaus	im Lido Buffet-Restaurant	Deck 11
18.00 - 20.30	Köche-Abendessen	im Lido Buffet-Restaurant	Deck 11
18.00 - 20.30	Köche- 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
Es gibt Toast Hawaii .			

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE

MS Amadea

Auf See, mit Kurs auf Mo i Rana / Norwegen

MS Artania

Sisimiut / Grönland/ Dänemark

MS Deutschland

Warnemünde / Rostock

BARZEITEN

Harry's Bar	ab 09.00 Uhr	Deck 7
Phoenix-Lounge & Bar	09.00 - 24.00 Uhr (wetterabhängig)	Deck 7
Piano Salon	14.00 - 24.00 Uhr	Deck 8
„Schöne Aussichten“	10.00 - 20.00 Uhr (wetterabhängig)	Deck 11
Panorama-Lounge	10.00 - 24.00 Uhr	Deck 12