

SONNENAUFGANG

05.54 Uhr

SONNENUNTERGANG

21.24 Uhr

ZEITUNTERSCHIED

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

BUCHUNGSSCHLUSS

Bitte beachten Sie den heutigen Buchungsschluss um **17.00 Uhr** für die Ausflüge von Ilulissat bis Hafnarfjörður.

Bei Stornierung nach Buchungsschluss können Ihnen zumeist 70 % des Ausflugspreises zurückerstattet werden. Bei Nichtteilnahme bzw. kurzfristiger Stornierung kann der Erstattungsbetrag geringer ausfallen. Einige wenige Ausflüge können bei Stornierung nicht mehr erstattet werden. Dazu zählen alle Rundflüge sowie die Bootsfahrt zum Eisfjord in Ilulissat.“

SHOW-COOKING

„FRITZ KOCHT“



Schauen Sie unserem

Flotten-Küchenchef

Fritz Pichler über die Schulter!

Er bereitet in unserem Kochstudio live für Sie

Wiener Schnitzel zu.

Reservierungen nimmt die Rezeption entgegen (begrenzte Teilnehmerzahl)

Folgende Termine stehen zur Verfügung:

24. August und 27. August.

TAGESPROGRAMM

Donnerstag, 22. August 2024

Erholung auf See

AKTUELLE WETTERSITUATION

Da wir bis zum 23. August mittags starke Winde und erhöhten Seegang erwarten, bitten wir alle Gäste folgende Hinweise zu beachten:

- Immer eine Hand dem Schiff
- Verstauen Sie zerbrechliche Gegenstände gut in der Kabine
- Achten sie auf zuschlagende Türen
- Der Pool ist vorübergehend geleert

Wir bitten um besondere Vorsicht, vor allem auf den Außendecks

VORMITTAG

08.30 **Frühsport!** Treff mit Silvia im Kreativraum auf Deck 5.

09.15 **Ökumenische Morgenandacht:** „Schwarzbrot für die Seele“
Ihr Bordpfarrer Ralf Diez begrüßt
Sie recht herzlich in der Panorama-Lounge / Deck 12.



10.05 **Rückenfit:** Mobilisieren und kräftigen Sie Ihre Rückenmuskulatur. Trainiert wird mit Silvia im Kreativraum auf Deck 5. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.

10.05 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:

Die Wikinger auf Island und Grönland

„971 begann mit dem Überfall auf das englische Kloster Lindisfarne das Wikingerzeitalter. Häufig werden die Wikinger nur als grausame Mörder und Plünderer des skandinavischen Raums dargestellt. Aber waren die Wikinger wirklich nur furchterregende Krieger und Schrecken der Küstenbewohner? Ihr Bordlektor Uwe Lexow geht mit Ihnen zurück zu den Anfängen der Wikinger, ihrem Leben in der Gemeinschaft und ihrer Expansion nach Shetland, Färöer, Island und Grönland.“
Der Vortrag wird auf **Kanal 65** im Bordfernsehen übertragen.

10.30 „Das Runde muss ins Eckige - so heißt es wieder beim **Jakkolo** mit Rachel und Tiana in Harry's Bar / Deck 7.

11.00 **Bodyforming:** „Einmal von Kopf bis Fuß alles durchkräftigen“.
Trainiert wird mit Silvia im Kreativraum / Deck 5. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.

MITTAG / NACHMITTAG

- 11.15 **Bridge-Treff** im Kartenspielzimmer / Deck 7.
- 11.30 Spielen Sie eine Runde **Stadt-Land-Phoenix** mit Rachel und Tiana in Harry's Bar / Deck 7.
- 14.30 **Skat-Turnier (Tag 1)**. Treff mit Rachel im Kartenspielzimmer auf Deck 7.
- 14.30 Tanzen Sie **Line Dance** mit Silvia in der Atlantik Show-Lounge / Deck 8.
Line Dance ist super für Einsteiger geeignet und es ist kein Tanzpartner erforderlich.
- 15.00 **Tuchbindeshow** in der Bordboutique auf Deck 8
Das Team der Bordboutique zeigt Ihnen verschiedene überraschende, aber auch ganz einfache und praktische Tuch- und Schalbindetechniken. Bringen Sie gerne Ihr eigenes Tuch oder Schal mit!
- 15.30 Wie gut kennen Sie sich aus? Raten Sie mit beim **Quiz** mit Rachel und Tiana in Harry's Bar / Deck 7.
- 15.30 **Auch im Sitzen kann trainiert werden!** Wie dies geht, zeigt Ihnen Silvia bei der Sitzgymnastik im Kreativraum auf Deck 3.
- 15.30 - 16.30 Im Restaurant Ozean / Deck 7 lautet das Motto der heutigen Tee- & Kaffeestunde:



„Alles Schokolade“
Genießen Sie köstliche Schokoladen-Spezialitäten.
Ihr Barteam empfiehlt dazu heiße Schokoladenspezialitäten!



- 16.00 **Mit Sinn und Leichtigkeit mobile Geräte nutzen. Was macht für mich Sinn? Übungen, Tipps und Tricks...** Manuela Fuchs und Lars Zanders erwarten Sie im Bordkino / Deck 8.
- 16.30 **Mobilisation und Stretching:** Beweglich bleiben und zur Ruhe kommen.
Treff mit Silvia im Kreativraum / Deck 5. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.
- 16.30 **Schach-Treff** im Kartenspielzimmer auf Deck 7.
- 16.45 Viel Glück beim **⑥ ⑦ ① BINGO ⑤ ⑨ ②** mit Rachel und Tiana in Harry's Bar / Deck 7.
Eine Bingokarte kostet € 5,00. Bitte bringen Sie Kleingeld mit.

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 folgende Einteilung zu beachten:**

22. August: Alle Gäste von Deck 8

24. August: Alle Gäste von Deck 6

23. August: Alle Gäste von Deck 7

25. August: Alle Gäste von Deck 5

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

IHRE KREUZFAHRTBERATUNG INFORMIERT

Welche Vorteile haben Sie, wenn Sie Ihre nächste Kreuzfahrt gleich hier an Bord reservieren:

- Einen direkten Überblick über die verfügbaren Kabinen aller See- und Flussschiffe
- Ihr Heimat-Reisebüro kann auf Wunsch in jede Buchung mit aufgenommen werden
- Mareike berät Sie gerne zu den Öffnungszeiten in der Kreuzfahrtberatung auf Deck 8
- Beispielreise für 2025:

AMR128 | 29 Tage | 13.01.2025 - 11.02.2025

Von Bremerhaven bis an die Copacabana

Bremerhaven - Lissabon - Funchal - Bridgetown - St. George's - Île Royale - Fortaleza - Recife - Búzios - Rio de Janeiro



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

(Kokossirup, Erdbeersirup,
Orangensaft, Maracujasaft,
Tonic)

zum Preis von nur € 3,50

DIGESTIF

Gönnen Sie sich einen

Johnnie Walker Red Label

(4 cl) für € 4,50 in unseren
Bars!

PICHLER'S RESTAURANT

Ihre Reservierung nimmt un-
sere Maître d'hôtel
Gülten Çebeçi heute
zwischen **10.30 - 11.00 Uhr**
vor dem Pichler's Restaurant
entgegen. Weitere
Reservierungstermine
werden bekannt gegeben.

GLÜHWEIN

Zum Aufwärmen gibt es
täglich an der
Phoenix-Lounge / Deck 7
und an den „Schöne
Aussichten“ / Deck 11 heißen
Glühwein zum
Preis von € 3,50
(mit Schuss € 4,50).

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

20.30 **Kinofilm** im Bordkino / Deck 8.

ab 21.00 Ihr Duo **Purple Sun ft. Carmen Lehmann** spielt internationale
Tanz- und Unterhaltungsmusik in Harry's Bar / Deck 7.

21.15 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:

The Voice of Cinema – Musik, die große Kinofilme zum Klingen bringt



Unser Gastkünstlerduo **„Valerie und Thomas“** präsentiert Ihnen an Bord
der MS Amara genreübergreifende Musikshows.

Die studierte Opernsängerin und der staatlich anerkannte Musicaldarsteller
bieten Ihnen auf Ihrer Reise die Bandbreite ihrer Vielseitigkeit.

Für jeden ist an diesem Abend etwas dabei, denn es geht um die Musik, ohne
die solch ein Film stumm und farblos bliebe.

Wenn Rachel Marron ihrem Bodyguard ein „I will always love you“ singt und die
Tränen fließen, ein „Shallow“ aus der Oberfläche bricht und jeder erkennt:

„A Star is born“, Art Garfunkel „Unten am Fluss“ sein traurigschönes

„Bright Eyes“ erklingen lässt und Mary Poppins mit einem „Löffelchen voll

Zucker“ und einem einzigartig gut gesagten Wort alles „so gut wie vollkommen“
werden lässt, sind Sie bereits mittendrin.

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

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

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

ZEITUMSTELLUNG

In der Nacht vom 22.08. auf den 23.08. werden die Uhren an Bord von
MS Amara 1 Stunde **ZURÜCK**gestellt! (03.00 Uhr = 02.00 Uhr)



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!

HOSPITAL

Zur Vermeidung von Verletzungen bitten wir Sie, gebrauchte Einwegspritzen, Kanülen, Rasierklingen, o. Ä. nicht in den normalen Abfall zu werfen, sondern diese fachgerecht zu entsorgen.

Behälter zur sicheren Entsorgung erhalten Sie kostenlos während der Sprechzeiten in unserem Hospital / Deck 4.

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE

MS Amadea

Greencastle (Londonderry) / Nordirland / Großbritannien

MS Artania

Auf See, mit Kurs auf Ålesund / Norwegen

MS Deutschland

Durchfahrt Prins Christian Sund

ÖFFNUNGSZEITEN

Rezeption	24-Stunden	Tel. 90	Deck 8
Phoenix-Bordreisebüro	09.30 - 11.30 Uhr 16.30 - 17.30 Uhr	Tel. 32882	Deck 8
Phoenix-Information	11.30 - 12.30 Uhr 17.30 - 18.00 Uhr	Tel. 32904	Deck 8
Gold/Silber Service	09.30 - 11.30 Uhr 16.30 - 18.00 Uhr		Deck 8
Kreuzfahrtberatung	09.30 - 12.30 Uhr 16.30 - 18.00 Uhr	Tel. 33818	Deck 8
Kabinenverwaltung	09.30 - 10.30 Uhr 16.30 - 17.00 Uhr	Piano Salon	Deck 8
Fotoshop	09.00 - 12.00 Uhr 16.00 - 18.00 Uhr		Deck 8
		20.00 - 22.00 Uhr	
Videoshop		20.30 - 21.00 Uhr	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 / € 74,-.

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

06.30 - 07.00	Kaffee / Tee	in Harry's Bar	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	„Alles Schokolade“	im Restaurant Ozean	Deck 7
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

Es gibt **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 - 14.00 Uhr (wetterabhängig)	Deck 11
Panorama-Lounge	10.00 - 24.00 Uhr	Deck 12