

SONNENAUFGANG

05.50 Uhr

SONNENUNTERGANG

19.21 Uhr

IHR REISEFILM

Auf Ihrer Kreuzfahrt wird ein Film mit allen Highlights der Reise für Sie gedreht.

Den bisher fertiggestellten Film sehen Sie fortlaufend im Bordfernsehen auf Kanal 9 sowie am Videoshop auf Deck 8. Dort finden Sie auch Bestellformulare.

Ihre Videomanagerin Lilia berät Sie zu den Öffnungszeiten im Videoshop auf Deck 8.

FOTOSHOP

Eine neue Art die Reise in Bildern zu genießen. Eine Fotosammlung mit den schönsten Bildern der Reise als Fotorückblick für zu Hause. Eine Vorschau dieser **digitalen Fotosammlung** präsentiert Ihnen unser Fototeam im Bordfernsehen auf Kanal 5 sowie auf dem Bildschirm am Fotoshop auf Deck 8. Die Bildersammlung kann auch mit Ihren persönlichen Fotos gestaltet werden. Ihr Foto-Team berät Sie gerne! Schauen Sie mal vorbei im Fotoshop auf Deck 8.

BUCHUNGSBLATT

Das Buchungsblatt für Narvik erhalten Sie mit diesem Tagesprogramm. Der **Buchungsschluss** ist heute, 17.09. um 12.00 Uhr.

TAGESPROGRAMM

Dienstag, 17. September 2024

Erholung auf See

VORMITTAG

- 08.30 **Frühsport!** Treff mit Tanja im Kreativraum auf Deck 5.
- 09.15 **Ökumenische Morgenandacht**
„Gott lässt sich in der Stille finden“
Ihr Bordseelsorger Peter Holzer begrüßt
Sie recht herzlich in der Panorama-Lounge / Deck 12.
- 10.05 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:
Aktuelle Wettersituation
Kapitän Dariel Valdes wirft einen Blick auf die nächsten Tage und erläutert die Entscheidung die Route der MS Amara anzupassen. Gerne steht er Ihnen im Anschluß für weitere Fragen zur Verfügung. Diese Veranstaltung wird auch auf **Kanal 64** im Bordfernsehen übertragen.
- 10.05 **Pilates:** Gezielte Übungen für eine stabile Rumpfmuskulatur. Trainiert wird mit Silvia im Kreativraum auf Deck 5. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.
- 10.05 Spielen Sie das beliebte Kreuzfahrer-Spiel **Shuffleboard!** Chris erklärt Ihnen gerne die Spielregeln. Treff auf Deck 12.
- 10.45 Im Piano Salon / Deck 8: **Lesung**
Norwegens Natur regt seit jeher die Fantasie an. Zwischen Felsen und Meer müssen sich einfach mystische Dinge abspielen und seltsame Wesen wohnen, wie Trolle und Riesen, Huldras und Zwerge.
Unsere Lektorin Andrea Braun entführt Sie in das Reich des Märchens.
- 11.00 **Fit mit dem Theraband!** Stärken Sie Ihre Muskulatur mit einfachen, effektiven Übungen. Treff mit Tanja im Kreativraum auf Deck 5.
- 11.10 **„Wie weit ist es?“** Schätzen Sie mit beim Quiz mit Chris in Harry's Bar / Deck 7.
- 11.30 Im Bordkino / Deck 8:
„Von Nis Randers zum Seenotkreuzer NIS RANDERS“
Erfahren Sie heute im Rahmen einer informativen Präsentation von Ihrer Mitreisenden Petra Petersen, ehrenamtliche Mitarbeiterin der DGzRS (Deutsche Gesellschaft zur Rettung Schiffbrüchiger), Spannendes über die wechsellvolle und segensreiche 159-jährige Geschichte und Arbeit der DGzRS, DIE SEENOTRETTTER. Seien Sie dabei!



MITTAG / NACHMITTAG

- 12.00 Chris hat sich ein unterhaltsames **Aperitifspiel** für Sie ausgedacht. Schauen Sie vorbei in Harry's Bar / Deck 7. Spielen Sie mit und gewinnen Sie mit ein wenig Glück auch einen kleinen Preis.
- 14.15 **Relinggymnastik und Walk a Mile!** Kräftigen Sie Ihre Muskulatur und trainieren Sie Ihre Ausdauer. Treff mit Tanja an der Phoenix-Lounge / 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.
- 14.30 **Skat-Treff** mit Chris im Kartenspielzimmer auf Deck 7.
- 14.45 Spielen Sie **Jakkolo!** Treff mit Chris in Harry's Bar auf Deck 7.
- 15.30 - 16.30 Im Lido Buffet-Restaurant / Deck 11:
Probieren Sie zur heutigen Tee- & Kaffeestunde
„Das Beste von Roberta“
Genießen Sie Robertas liebste Kuchen und vieles mehr.
Dazu empfehlen wir einen **Café Mon Cherie** zum Preis von € 4,50.
- 16.00 In Harry's Bar / Deck 7: Schnelligkeit und Wissen sind gefragt bei **Stadt-Land-Fluss!** Spielen Sie mit und gewinnen Sie mit ein wenig Glück auch einen kleinen Preis.
- 16.00 **Grundwissen Finanzen**
Heute: „**Perspektiven 2030 – vorbereitet sein auf Morgen**“
Ihr Finanzexperte **Diethelm Petermann** lädt Sie zu einem Vortrag in das Bordkino / Deck 8 ein.
- 16.30 Spielen Sie gerne **Tischtennis?** Gleichgesinnte treffen sich auf Deck 11. Schläger und Bälle erhalten Sie an der Rezeption.
- 16.30 **Yoga:** Silvia zeigt Ihnen langsame, fließende Übungen für mehr Beweglichkeit. Treff im Kreativraum / Deck 5. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.
- 17.15 Spielen Sie ⑥ ⑦ ① **BINGO** ⑤ ⑨ ② mit Chris und Tanja 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 lassen Sie diese gerne jederzeit an der Rezeption registrieren.

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

POSTKARTEN-ANGEBOT

Kaufen Sie heute 5 Postkarten Ihrer Wahl, so erhalten Sie einen **MS Amara Magneten** kostenlos dazu!

SEEKARTE

Die Seekarte dieser Reise ist im Foyer / Deck 8 ausgestellt. Sie wird am Ende der Reise verlost. Lose erhalten Sie auf die Kabine. Möchten Sie an der Verlosung teilnehmen, so geben Sie diese bitte an der Rezeption ab.

Ein Los kostet € 5,- und drei Lose kosten € 10,-. Der Erlös kommt dem MS Amara Crew Welfare Fonds zugute.



GALA-ABENDPROGRAMM

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR GALA-ABEND

elegante Abendgarderobe
Herren im Anzug, Damen
entsprechend

TAGESCOCKTAILS

Amorgos

alkoholisch
(Lime Juice, Zitronensaft,
Vodka, Galliano, Ananassaft)
zum Preis von nur € 4,50

Florida

alkoholfrei
(Orangensaft, Ananassaft,
Maracujasaft, Grapefruitsaft,
Zitronensaft, Kokossirup,
Grenadine)
zum Preis von nur € 3,50

DIGESTIF

Genießen Sie einen
Cardenal Mendoza für € 5,50
in einer unserer Bars!

PICHLER'S RESTAURANT

Ihre Reservierung nimmt
unser Assistant
Maître d'hôtel Lucky
Samson heute zwischen
zwischen **10.30 - 11.00 Uhr**
entgegen.

GLÜHWEIN / GLÜH-APEROL

Zum Aufwärmen gibt es
täglich an der Phoenix-
Lounge und an den
„Schöne Aussichten“
heißen Glühwein für € 3,50
(mit Schuss € 4,) und
Glüh-Aperol für € 4,90.

18.00 **oder** 19.45 In unseren à la carte Restaurants:

Norwegisches Gala-Abendessen

Genießen Sie dieses auch im Wintergarten sowie im
Lido Buffet-Restaurant (*backbord*) **à la carte**. Wir empfehlen
Ihnen für das Gala-Abendessen à la carte die spätere Tischzeit
zu besuchen.

19.00 - 20.00 **Aperitifstunde: Xenia** sorgt für musikalische Unterhaltung in
Harry's Bar / Deck 7.

19.30 - 19.45 Im Foyer vor Harry's Bar / Deck 7:

Treppenhaus-Cocktail

Genießen Sie Pianomusik - gespielt von unserer Pianistin Xenia!
Wir laden Sie dazu herzlich auf ein Glas Sekt ein!
Stoßen Sie mit uns an auf den heutigen Gala-Abend.
Lassen Sie sich zur Erinnerung zusammen mit den Darstellern der
heutigen Abendshow in ihren traumhaften Showkostümen
fotografieren.

20.30 **Kinofilm** im Bordkino / Deck 8

ab 21.00 Ihr Party-Duo **The Millers** spielt Tanzmusik in Harry's Bar / Deck 7.

21.30 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:

THE GREATEST SHOW



Treten Sie ein und lassen Sie sich entführen in eine Welt, in der Träume wahr
werden und alles möglich ist.

Seien Sie dabei, wenn es heißt „Manege frei“ für atemberaubende Akrobatik,
Live Gesang und Tanz, präsentiert von Ihrem

MS Amera Showensemble.

Genießen Sie zur Show unseren „**Zirkus-Cocktail**“ zum Preis von € 4,90.
Die Show wird auf **Kanal 64** im Bordfernsehen übertragen.

22.30 - 23.30 Probieren Sie im Restaurant Amera auf Deck 7

BOUTIQUE

Heute lohnt sich ein Einkauf besonders, denn in unserer Bordboutique findet die „Kassenbon-Ralley“ statt. Jeder Beleg wird zu einem möglichen Gewinnlos. Wir verlosen aus allen Bons drei attraktive Preise aus unserem Sortiment!

Charm des Tages: Wal

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 20.09. zum Unterschreiben abzugeben.

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE

MS Amadea

Santander und Getxo / Bilbao / Spanien

MS Artania

Corner Brook / Neufundland / Kanada

MS Deutschland

Ist im Frühjahr 2025 wieder für Phoenix Reisen im Einsatz.

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 17.00 - 18.00 Uhr	Tel. 32904	Deck 8
Gold/Silber Service	09.30 - 11.30 Uhr 16.30 - 17.00 Uhr		Deck 8
Kreuzfahrtberatung	09.30 - 12.30 Uhr 16.30 - 18.00 Uhr	Tel. 33818	Deck 8
Fotoshop	09.00 - 12.00 Uhr 16.00 - 17.00 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	

MS AMERA SPA

Polynesia: Begeben Sie sich auf eine exotische Sinnesreise! Die polynesischen Stempelmassage vereint traditionelle Massagetechniken mit wertvollen Inhaltsstoffen aus dem Meer und betörenden Düften aus der Natur. Warme Sandstempel sorgen für eine tiefenentspannende Massage. Genießen Sie ein von traditionellen Schönheitsgeheimnissen inspiriertes Ritual. 75 Minuten / Preis € 89,- .

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
Herren Sauna	08.00 - 11.00 Uhr		Deck 9
Damen Sauna	11.00 - 13.00 Uhr		Deck 9
Gemischte Sauna	13.00 - 20.00 Uhr		Deck 9

RESTAURANTZEITEN

06.30 - 07.30	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	Tee- & Kaffeestunde	im Lido Buffet-Restaurant	Deck 11
18.00 - 20.30	Gala-Abendessen	im Lido Buffet-Restaurant	Deck 11
(Im Wintergarten sowie auf der Backbordseite täglich à la carte)			
18.00 & 19.45	Gala-Abendessen	in den Restaurants Ozean und Amara	Deck 7
22.30 - 23.30	Late-Night-Snack	im Restaurant Amara	Deck 7
Probieren Sie Toast Salami Monte Cristo .			

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“	11.00 - 18.00 Uhr (wetterabhängig)	Deck 11
Panorama-Lounge	10.00 - 24.00 Uhr	Deck 12