

SONNENAUFGANG

06.46 Uhr

SONNENUNTERGANG

18.41 Uhr

ZEITUNTERSCHIED

4 Stunden / 09.00 Uhr an Bord
= 13.00 Uhr in Deutschland

FRÜHSTÜCKS-SPEZIAL

Probieren Sie heute
unser leckeres

Fischkutter-Frühstück!

ANGEMESSENE KLEIDUNG

Wir bitten Sie, zu den
Mahlzeiten in den Restaurants
nicht in Sportkleidung oder
Badebekleidung zu erscheinen.
Beim **Abendessen** in den
Restaurants, **auch im Lido-
Buffet Restaurant**, bitten wir
die Herren, eine lange Hose zu
tragen, Damen entsprechend.
Zudem bitten wir Sie, davon
abzusehen, sich in Bade- oder
Sportbekleidung an den Buffets
im Lido-Buffet-Restaurant zu
bedienen.

POSTKARTEN-ANGEBOT

Heute erhalten Sie beim Kauf
von 3 Postkarten Ihrer Wahl die

4. Postkarte gratis.

Schauen Sie vorbei an der
Phoenix-Information /
Rezeption auf Deck 8.

TAGESPROGRAMM

Samstag, 01. Februar 2025

Erholung auf See

VORMITTAG

- 08.30 **Fit in den Tag:** Bringen Sie Ihren Kreislauf in Schwung!
Treff mit Silvia am Pool / Deck 9.
- 09.10 Nächster **Tai-Chi-Schritt** mit Dr. Norbert Härle im Kreativraum / Deck 5.
Weitere Bewegung, Dehnung, Meditation mit der 24er-Form.
Lockeres Outfit, Sportschuhe – wir setzen unsere Morgenroutine fort.
- 09.15 **Ökumenische Morgenandacht:** Ihr Bordpfarrer Imre István begrüßt Sie
recht herzlich in der Panorama-Lounge / Deck 12.
- 10.00 & 11.00 **Küchenführung:** Unsere Küchenchefin Katrin gewährt allen
angemeldeten Gästen einen Blick hinter die Kulissen. Treffpunkt vor
dem Pichlers Restaurant auf Deck 7. Eine Anmeldung war im Voraus an
der Rezeption erforderlich. Tragen Sie bitte festes Schuhwerk.
- 10.05 **Bodyforming:** Anspruchsvolle Kräftigungsübungen von Kopf bis Fuß.
Mit Silvia im Kreativraum auf Deck 5. Bringen Sie Ihr Handtuch mit.
- 10.05 Kennen Sie schon das beliebte Kreuzfahrerspiel **Shuffleboard?**
Treffen Sie Ihre Mitreisenden auf Deck 12 (backbord).
- 10.15 Im Piano Salon / Deck 8: **Kurzgeschichten aus Brasilien**
„Das Recht auf Schönheit“ & „Tanze Bahia!“ mit Ihrem Lektor
Hartmut Wilcken.
- 11.15 - 12.15 **„Knast-Ausbruchs-Lauf“:** Von Île Royale nach Fortaleza
– wir schwimmen nicht – wir laufen! 1.017 Seemeilen = 1.883,48 km
= 4.956,5 Runden um MS Amera (380 Meter pro Runde).
Alle Mit-Laufenden treffen sich an der Phoenix Lounge / Deck 7.
Bringen Sie gerne Ihr Kuscheltier oder Maskottchen mit, dann zählen die
absolvierten Runden selbstverständlich doppelt! Auch die Besatzung
der MS Amera ist dazu eingeladen an dem Lauf teilzunehmen.
Morgen von 11.15 – 12.15 Uhr wird der Lauf fortgesetzt.
- 11.30 **Bernsteinschleifen:** Fertigen Sie Ihr eigenes Schmuckstück mit
Goldschmiedin und Schmuckdesignerin Hedi im Kreativraum auf Deck 5.



AMERA

MITTAG / NACHMITTAG

- 14.00 **Skat-Turnier (Tag 1):** Alle Skat-Spieler treffen sich im Kartenspielzimmer auf Deck 7.
- 14.30 Im Restaurant Ozean / Deck 7: **Kreativworkshop** mit Elke Smolan-Härle
Nach Weihnachten ist vor Weihnachten - Bereiten Sie sich mit faltbaren Tannenbäumen und Geschenkanhängern vor.
Bei Interesse melden Sie sich bitte bis 12 Uhr an der Rezeption.
- 14.30 Tanzen Sie **Line Dance** mit Silvia in der Atlantik Show-Lounge / Deck 8.
Line Dance ist super für Einsteiger geeignet und erfordert keinen Tanzpartner.
- 15.00 Benjamin lädt Sie zum **Jakkolo** in Harry's Bar / Deck 7 ein.
- 15.30 **Sitzgymnastik:** Auch im Sitzen kann trainiert werden. Wie das geht, zeigt Ihnen Silvia im Kreativraum auf Deck 5.
- 15.30 - 16.30 Im Lido Buffet-Restaurant / Deck 11 lautet das Motto der heutigen Tee- & Kaffeestunde:

Waffeln Tropicana

Genießen Sie einen „**Mango Dream**“ für € 3,90 oder mit Schuss für € 4,50.

- 16.00 **Spiele-Treff:** Mitspieler gesucht? Treffen Sie Gleichgesinnte im Kartenspielzimmer auf Deck 7.
- 16.15 **Tanzkurs** in der Atlantik Show-Lounge / Deck 8: Lernen Sie heute den langsamen Walzer.
Gäste, die keinen Tanzpartner haben, sind ebenfalls herzlich willkommen.
Unser Tanzpaar Tatjana & Sergej Lusin freut sich auf Sie!
- 16.30 **Yoga:** Fließende und langsame Übungen für mehr Kraft und Beweglichkeit.
Mit Silvia im Kreativraum auf Deck 5.
- 17.00 **Bademantel-Bingo** mit Benjamin in Harry's Bar / Deck 7.
Alle Gäste, die im Bademantel (über der normalen Kleidung) kommen, bekommen eine kleine Überraschung. Eine Bingokarte kostet € 5,00. Bitte bringen Sie Kleingeld mit.

WEITERE INFORMATIONEN ZUM „KNAST-AUSBRUCHS-LAUF“:

- ⇒ Ab 11.00 Uhr Aufwärmen mit Silvia an der Phoenix-Lounge / Deck 7.
- ⇒ Ihre Stempelkarte erhalten Sie am Treffpunkt. Diese wird nach jeder Runde gestempelt.
- ⇒ Trinken Sie genug und denken Sie an ausreichend Sonnenschutz und im Idealfall an eine Kopfbedeckung.
Für alle Läufer gibt es einen Wasserstand nahe der Phoenix-Lounge.
- ⇒ Unter allen Teilnehmern, deren Stempelkarte nach beiden Tagen vollständig ist, wird ein Gewinner gelost und dieser erhält eine Flasche Champagner.



ABENDPROGRAMM

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DEN ABEND

sportlich elegant

TAGESCOCKTAILS

Touch Down

alkoholisch

(Vodka, Apricot Brandy,
Zitronen-, Maracujasaft,
Grenadine)

zum Preis von nur € 4,50

Nix drin

alkoholfrei

(Ananas-, Preiselbeersaft,
Erdbeersirup, Tonic)

zum Preis von nur € 3,50

DIGESTIF

Genießen Sie einen

Remy Martin 4cl für

€ 5,50 in einer unserer Bars

PICHLER'S RESTAURANT

Ihre Reservierung nimmt
unsere Assistent

Maître d'hôtel Elena **täglich**
vor dem Pichler's Restaurant

entgegen. Uhrzeit jeweils

lt. Tagesprogramm.

Heute wird Ihre Reservierung
zwischen **09.30 - 10.00 Uhr**

entgegengenommen.

WIENER WÜRSTCHEN

Diese erhalten Sie täglich ab

23.00 Uhr auf Wunsch in

Harry's Bar / Deck 7.

20.00 - 23.00

Im Piano Salon auf Deck 8 sorgen **Oksana & Janibek** für gute
Unterhaltung.

20.30

Kinofilm im Bordkino / Deck 8

ab 21.00

Ihr Duo **Two Tops** spielt Tanzmusik in Harry's Bar / Deck 7.

20.30 - 21.00

Lassen Sie sich zusammen mit **Marilyn Monroe** vor der
Atlantik Show-Lounge fotografieren.

21.15

In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:

HOLLYWOOD CLASSICS

Erleben Sie einen Show-Abend mit den berühmtesten
Hollywood-Stars der 50er Jahre. Wenn Sie "Audrey Hepburn",
"Marilyn Monroe", "Julie Andrews", "Gene Kelly" und
"Frank Sinatra" treffen, dann erleben Sie Hollywood wie
es einmal war! Schwelgen Sie in unvergänglichen Melodien,
live präsentiert von Ihrem **Amera Showensemble**.
Genießen Sie einen außergewöhnlichen Abend in "Hollywood"!

Die Show wird auf **Kanal 15** im Bordfernsehen übertragen.

Im Anschluss an die Show (ca. 22.15) startet in Harry's Bar / Deck 7 die:

Hollywood-Party mit DJ Maxim

Tauchen Sie ein in die Welt des Glanz und

Glamour und folgen Sie der Einladung zur

Oscar-Verleihung. Treffen Sie Stars und Sternchen

ganz Hollywoods auf dem roten Teppich und feiern Sie die ganze Nacht,

wenn es heißt: „And the winner is...“.

Ihr Barteam empfiehlt heute Abend eine „**Red-Carpet-Bowle**“ für € 4,50.

22.00 - 23.00

Im Restaurant Amera / Deck 7:

Zum Late-Night-Snack gibt es **Monte Cristo "Hawaii"**.



BOUTIQUE

Bronzallure

Entdecken Sie formschöne Edelsteine in perfekter Symbiose mit hochwertigen Schmuckstücken. Von Amethyst über Rosenquarz bis hin zu Topas, von romantisch-verspielt bis exklusiv – Bronzallure lässt keine Wünsche offen. Heute erhalten Sie **30% Rabatt** auf Schmuckstücke der Marke Bronzallure.

Charm des Tages: Leuchtturm

IHR REISEFILM

Auf Ihrer Kreuzfahrt wird ein Film mit allen Highlights der Reise für Sie gedreht. Ihre Videomanagerin Marina berät Sie zu den Öffnungszeiten im Videoshop auf Deck 8. Der Film wird fortlaufend auf Kanal 9 im Bordfernsehen gezeigt sowie am Videoshop auf Deck 8.

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE

MS Amadea

Moorea / Franz. Polynesien

MS Artania

Chilenische Fjorde

MS Deutschland

Ist im Frühjahr 2025 wieder für Phoenix Reisen im Einsatz.

ÖFFNUNGSZEITEN

Rezeption	24-Stunden	Tel. 90	Deck 8
Phoenix-Bordreisebüro	09.30 - 10.30 Uhr	16.30 - 17.30 Uhr	Tel. 32882 Deck 8
Phoenix-Information	10.30 - 11.00 Uhr		Tel. 32904 Deck 8
Gold/Silber Service	09.30 - 10.30 Uhr	16.30 - 17.00 Uhr	Deck 8
Kreuzfahrtberatung	09.30 - 10.30 Uhr	16.00 - 17.00 Uhr	Tel. 33818 Deck 8
Fotoshop	09.00 - 12.00 Uhr	16.00 - 18.00 Uhr	Deck 8
		20.00 - 21.30 Uhr	
Videoshop		20.30 - 21.00 Uhr	Deck 8
Boutique	09.00 - 22.00 Uhr		Tel. 23585 Deck 8
Schiffsarzt / Hospital	09.30 - 10.30 Uhr	16.00 - 17.00 Uhr	Tel. 31997 Deck 4
Notfall	24 Stunden		Tel. 110 / 112

MS AMERA SPA

Thalasso-Wickel: Anregende Wickel-Anwendung mit reinem Algengel, das den Körper regeneriert und mit Mineralien versorgt. So steigern Sie nachhaltig Ihr Wohlbefinden. Das Hautbild wirkt geglättet und gefestigt. Entspannungszeit: 60 Min. für € 74,-

Heutiges Angebot: Zu Ihrer heute getätigten Buchung einer Thalasso-Wickel erhalten Sie eine 10-minütige Kopfmassage gratis!

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	im Restaurant Ozean	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 / Kaltschale	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	Waffeln Tropicana	im Lido Buffet-Restaurant	Deck 11
18.00 - 20.30	Abendessen	in den Restaurants Ozean und Amara	Deck 7
18.00 - 20.30	Abendessen	im Lido Buffet-Restaurant	Deck 11
22.00 - 23.00	Late-Night-Snack	im Restaurant Amara	Deck 7

Kosten Sie **Monte Cristo "Hawaii"**.

BARZEITEN

Harry's Bar	ab 09.00 Uhr	Deck 7
Phoenix-Lounge & Bar	ab 09.00 Uhr (wetterabhängig)	Deck 7
Piano Salon	14.00 - 24.00 Uhr	Deck 8
„Schöne Aussichten“	11.00 - 21.00 Uhr (wetterabhängig)	Deck 11
Panorama-Lounge	10.30 - 24.00 Uhr	Deck 12
Pool-Bar	10.00 - 17.00 Uhr (wetterabhängig)	Deck 9

