

SONNENAUFGANG & SONNENUNTERGANG

Mitternachtssonne

POLARKREISÜBERQUERUNG

MS Amera wird den Polarkreis (66° 33' 55") am 10.06. gegen ca. 10.00 Uhr überqueren.

Der Polarkreis markiert die südlichste geografische Grenze, an der an mindestens einem Tag im Jahr die Sonne nicht untergeht (Mitternachtssonne)

IHR REISEFILM

Faszinierende Landschaftsaufnahmen und weitere Highlights dieser Reise präsentiert Ihnen Videomanager Krzysztof im bisher fertiggestellten Reisefilm! Der Film wird fortlaufend auf Kanal 9 im Bordfernsehen gezeigt sowie am Videoshop auf Deck 8. Am Videoshop liegen auch Bestellformulare aus.

VERLOSUNG DER SEEKARTE

Die Seekarte dieser Reise ist im Foyer auf Deck 8 ausgestellt. Sie wird zum Ende dieser Kreuzfahrt 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,-. An der Rezeption erhalten Sie auch weitere Lose. Der Erlös kommt dem MS Amera Crew Welfare Fonds zugute.

TAGESPROGRAMM

Dienstag, 10. Juni 2025

Erholung auf See Überquerung des Polarkreises

VORMITTAG



FRÜHSTÜCKS-SPEZIAL

Probieren Sie heute **Norwegische Blaubeer-Pfannenkuchen!!**

- 08.30 **Yoga:** Fließende und langsame Übungen für mehr Kraft und Beweglichkeit. Mit Silvia im Kreativraum auf Deck 5.
- 09.15 **Ökumenisches Morgenlob:** „Habt ihr noch alle Tassen im Schrank?“ Ihr Bordpastor Artur Wagner lädt Sie recht herzlich in die Panorama-Lounge / Deck 12 ein.
- 10.05 Auch im Sitzen kann trainiert werden. Wie das geht, zeigt Ihnen Silvia bei der **Sitzgymnastik** im Kreativraum auf Deck 5.
- 10.05 Schwarz gegen Gelb - so heißt es beim **Shuffleboard!** Treff mit Mohamed am Shuffleboardfeld / Deck 12.
- 10.05 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:
„Tromsø und Honnigsvåg – nicht untergehende Sonne über dem Polarkreis“
Wir überqueren den Polarkreis und kommen im Land der nicht mehr untergehenden Sonne an. Besuchen Sie in Tromsø die Eismeerkathedrale – das Wahrzeichen der Stadt. In Honnigsvåg dreht sich alles um das Nordkapplateau. Aber auch das Umland hat einiges zu bieten: mit Glück sehen Sie Rentiere oder Sie helfen den Fischern beim Fang der Königskrabben. Lassen Sie sich von Ihrer Lektorin Carolin Köhne auf die nächsten Häfen einstimmen.
Der Vortrag wird auch auf **Kanal 64** im Bordfernsehen übertragen.
- 10.30 Spielen Sie gerne **Tischtennis**? Gleichgesinnte treffen sich zu einer Partie an den „Schöne Aussichten“ / Deck 11. Schläger und Bälle erhalten Sie an der Rezeption.
- 11.00 Verbessern Sie Ihre Ausdauer und verbrennen Sie zu einfachen Schrittkombinationen einige Kalorien bei der **Dance Aerobic**. Vorkenntnisse von Vorteil. Treffpunkt mit Silvia im Kreativraum / Deck 5.
- 11.00 Spielen Sie eine Runde **Stadt-Land-Fluss!** Mohamed erwartet Sie in Harry's Bar / Deck 7.
- 12.15 Mohamed hat sich ein unterhaltsames **Aperitifspiel** für Sie ausgedacht. Schauen Sie vorbei in Harry's Bar / Deck 7. Mit ein wenig Glück gewinnen Sie auch einen kleinen Preis.



AMERA

MITTAG / NACHMITTAG

- 12.30 - 14.00 An den „Schöne Aussichten“ / Deck 11: **„Lecker Eintopf“**
Ihr Küchenteam hat für Sie **deftige Eintöpfe** zubereitet. Dazu empfiehlt Ihr Barteam **verschiedene erlesene Weine** (0,25l / € 7,00).
- 14.30 Tanzen Sie **Line Dance** mit Silvia in der Atlantik Show-Lounge / Deck 8.
Line Dance ist auch für Einsteiger geeignet und erfordert keinen Tanzpartner.
- 15.00 **Tuchbindeshow** im Piano Salon / 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!
- 15.00 Spielen Sie das beliebte niederländische Brettspiel **Jakkolo**. Treff mit Mohamed in Harry's Bar auf Deck 7.
- 15.30 **Relinggymnastik & Walk a Mile** - Kräftigen Sie Ihre Muskulatur an der Reling und trainieren Sie Ihre Ausdauer beim Laufen. Treffpunkt mit Silvia an der Phoenix Lounge auf Deck 7 (hinten).
- 15.30 Spielen Sie gerne das Kartenspiel **Bridge**? Treffen Sie neue Mitspieler im Kartenspielzimmer / Deck 7.
- 15.45 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:
Gesetz des Sogs & Gelingens
Warum sind manche erfolgreicher als andere? Das Kausalitätsgesetz und das Erfolgsprinzip 10-30-60 bringen Licht ins Dunkel. Ein Vortrag Ihres Motivationstrainers Frank Wilde.
- 16.30 **Küchenführung**: Treffpunkt ist vor dem Pichlers Restaurant auf Deck 7. Eine Anmeldung war im Voraus an der Rezeption erforderlich. **Tragen Sie beim Besuch der Küche bitte festes Schuhwerk.**
- 16.30 Gezielte Übungen für **Bauch, Beine und Po** mit Silvia im Kreativraum auf Deck 5. Bringen Sie Ihr Handtuch mit.
- 16.30 **BINGO-TIME** - Versuchen Sie Ihr Glück beim **Bingo** mit Mohamed in Harry's Bar / Deck 7. Eine Bingokarte kostet € 5,00. Bitte bringen Sie Kleingeld/kleine Scheine mit.

KREDITKARTEN- / EC-KARTENREGISTRIERUNG

Möchten Sie Ihre Bordrechnung am Ende dieser Reise mit **Kreditkarte bzw. deutscher Girocard/EC-Karte** bezahlen, so können Sie diese an der Rezeption registrieren lassen.

Wir bitten Sie, zur Kartenregistrierung folgende Einteilung zu beachten: 10. Juni: 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 buchen:

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

Beispielreise für 2026:

Auszeit mit MS Amera rund um Dänemark

AMR168 | 7 Tage | 10.10.2026 - 17.10.2026

Bremerhaven - Oslo - Göteborg - Kopenhagen - Wismar - Nord-Ostsee-Kanal – Bremerhaven



ABENDPROGRAMM

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DEN ABEND

leger
Bei der Polartaufe warm
eingepackt.

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DAS PICHLER'S RESTAURANT

elegante Abendgarderobe

TAGESCOCKTAILS

Mai Tai

alkoholisch
(Myers's Rum, Bacardi Carta
Blanca, Triple Sec,
Mandelsirup, Ananassaft,
Lime Juice Cordial)
zum Preis von nur € 4,50

Sun & You

alkoholfrei
(Grenadine, Bitter Lemon,
Orangensaft)
zum Preis von nur € 3,50

DIGESTIF

Genießen Sie einen
Jameson Whiskey (4 cl)
für € 4,50.

PICHLER'S RESTAURANT

Ihre Reservierung nimmt
unser Assistent
Maître d'hôtel Asha
heute zwischen
10.30 - 11.00 Uhr entgegen.

ATLANTIK SHOW-LOUNGE

Zwischen 17.15 - 18.00 Uhr
findet in der Atlantik
Show-Lounge eine
Veranstaltung nur für
geladene Gäste statt.

20.00 - 23.00 In der Panorama-Lounge / Deck 12 sorgt Ihr Duo **Midnight** für
musikalische Unterhaltung.

20.30 **Kinofilm** im Bordkino / Deck 8

ab 20.45 Ihr Duo „**Vis-a-Vis**“ spielt Tanz- und Unterhaltungsmusik
in Harry's Bar / Deck 7.

ab 21.00 An den „Schöne Aussichten“ / Deck 11 (wetterabhängig):

POLARSPRUNG

MS Amera überquert den Polarkreis!

Musikalische Eröffnung Ihres **MS Amera Showensembles!**

Neptun, die Hoheit der Meere und seine
Gemahlin Thetis begrüßen Sie in ihrem eisigen Reich.

Wagen Sie den Sprung über den **Polarkreis**,
freuen Sie sich über
einen kleinen „**Polar-Drink**“ und holen Sie
sich Ihre personalisierte **Urkunde** ab.

Im Anschluss:

Heiße Rhythmen - kalte Drinks

DJ Zeki spielt Musik zum Tanzen und Mitsingen.

Gönnen Sie sich heute Abend
den einen oder anderen Drink, wie z. B. einen
Neptun Cocktail zum Preis von € 5,90.

Lust auf ein heißes Getränk?

Ihr Barteam empfiehlt:

Hausgemachten Glühwein für € 4,50 (mit Schuss € 5,50) und
heißen Aperol für € 5,50.

Tipp: Bringen Sie gerne die blaue Decke aus Ihrer Kabine mit.

22.00 - 23.00

Zur Stärkung gibt es **Schlemmer-Baguette**
an den „Schöne Aussichten“ / Deck 11.



BOUTIQUE

Coeur de Lion –

zeitlos und elegant. Diese handgemachten Schmuckstücke sind in Deutschland gefertigt und bestechen durch unverwechselbare Optik und außergewöhnliche Farben. Heute erhalten Sie beim Kauf von einem Artikel der Marke 10% Rabatt, beim Kauf von zwei Artikeln sogar 20% Rabatt!

Charms des Tages:

Seepferdchen

FOTOSHOP

Iris-Fotografie

Verewigen Sie die Magie Ihrer Augen mit einem atemberaubenden Foto. Das Fototeam erstellt ein einzigartiges hochauflösendes Bild Ihrer Iris. Besuchen Sie die Fotogalerie auf Deck 8.

HYGIENE AN BORD

Um den Hygienestandard an Bord weiterhin zu sichern, bitten wir Sie, stets die im Schiffsinneren sowie an der Gangway angebrachten Behälter mit **Desinfektionsmittel** zu nutzen.

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE

MS Amadea

Kopenhagen / Dänemark

MS Artania

Auf See, mit Kurs auf Lissabon / Portugal

MS Deutschland

Rovinj / Kroatien

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 - 12.00 Uhr		Deck 8
Kreuzfahrtberatung	09.30 - 12.30 Uhr 16.00 - 17.00 Uhr	Tel. 33818	Deck 8
Fotoshop	09.00 - 12.00 Uhr 16.00 - 18.00 Uhr		Deck 8
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 17.00 - 18.00 Uhr	Tel. 31997	Deck 4
Notfall	24 Stunden	Tel. 110 / 112	

MS AMERA SPA

Maniküre: Gönnen Sie auch Ihren Nägeln einen Urlaub. Lassen Sie Ihre Hände mal wieder richtig verwöhnen. 50 Min. / € 55,-

Nägel lackieren: Ihr Nagellack splittet? Kommen Sie gerne vorbei und lassen sich die Nägel noch einmal neu lackieren. Vielleicht finden wir sogar Ihre neue Lieblingsfarbe bei uns! 10 Min. / € 15,-

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 - 08.00	Kaffee / Tee	an der Phoenix-Lounge	Deck 7
07.30 - 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	„Lecker Eintopf“	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 - 21.00	Abendessen	im Lido Buffet-Restaurant	Deck 11
18.00 - 21.00	Abendessen	in den Restaurants Ozean und Amara	Deck 7
18.30	Spezialitäten-Menü	Pichler's Restaurant (Reservierung)	Deck 7
22.00 - 23.00	Late-Night-Snack	an den „Schöne Aussichten“	Deck 11

Probieren Sie **Schlemmer-Baguette**.

BARZEITEN

Harry's Bar	ab 09.00 Uhr		Deck 7
Phoenix-Lounge & Bar	ab 10.00 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	10.30 - 24.00 Uhr		Deck 12

Ihr MS Amara-Team wünscht Ihnen einen erholsamen Urlaubstag auf See.

AMERA