

SONNENAUFGANG & SONNENUNTERGANG

Mitternachtssonne

ZEITUMSTELLUNG

Nach der Zeitumstellung um 12.00 Uhr befinden wir uns wieder in der Zeitzone Deutschlands.

KREDITKARTEN- / EC-KARTENREGISTRIERUNG

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

SPITZBERGEN-POST

Senden Sie Grüße von Spitzbergen! An der Phoenix-Information und der Rezeption auf Deck 8 erhalten Sie Postkarten mit wunderschönen Motiven. Wenn Sie Ihre Post von Spitzbergen aus versenden möchten, so bitten wir Sie, diese bis zum **29. Juni, 10.00 Uhr** in den „Spitzbergen-Briefkasten“ an der Phoenix-Information einzuwerfen. Hier finden Sie auch den Spitzbergen-Stempel!



TAGESPROGRAMM

Freitag, 27. Juni 2025

Erholung auf See - Kreuzen im Nordpolarmeer -

VORMITTAG

- 08.30 Fließende und langsame Übungen beim **Yoga** - für mehr Kraft und Beweglichkeit. Treff mit Silvia im Kreativraum auf Deck 5.
- 09.15 **Ökumenische Morgenandacht: „Klang der Hoffnung“**
Ihre Bordpfarrerin Monika Kreutz lädt Sie recht herzlich in die Panorama-Lounge / Deck 12 ein.
- 10.05 **Ballgymnastik:** Trainieren Sie mit Silvia auf dem großen Gymnastikball im Kreativraum auf Deck 5. Bitte bringen Sie Ihr Handtuch mit.
- 10.05 Schwarz gegen Gelb - so heißt es beim **Shuffleboard** mit Saskia am Shuffleboardfeld auf Deck 12.
- 10.05 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:
„Spitzbergen - Teil 2“
Longyearbyen, die (fast) nördlichste Siedlung der Welt, ist nicht schön im herkömmlichen Sinne. Die Faszination spielt sich in unseren Köpfen ab: Wir wissen ja, wo wir sind! Empfehlung, wenn Sie Ihren Rundgang beendet haben: Gehen Sie in die Kirche und trinken Sie einen Kaffee. Das befriedet alles... nachdem Sie die Schuhe ausgezogen haben. Vielleicht treffen Sie Ihren Lektor Jörg Hertel dort, barfußig.
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 „Das Runde muss ins Eckige“ - so heißt es wieder beim **Jakkolo**.
Saskia erwartet Sie in Harry's Bar auf Deck 7.
- 11.00 Silvia zeigt Übungen für einen starken Beckenboden und gibt Tipps für den Alltag bei der **Beckenbodengymnastik**. Bringen Sie Ihr Handtuch mit.
Treffpunkt im Kreativraum auf Deck 5.
- 11.50 Saskia hat sich ein unterhaltsames **Aperitifspiel** für Sie ausgedacht.
Schauen Sie vorbei in Harry's Bar / Deck 7.



ZEITUMSTELLUNG

Heute Mittag um 12.00 Uhr werden die Uhren an Bord von MS Amera **1 Stunde vorgestellt!** (12.00 Uhr = 13.00 Uhr)



MITTAG / NACHMITTAG

- 14.00 **Skat-Treff:** Alle Skat-Spieler treffen sich im Kartenspielzimmer auf Deck 7.
- 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.
- 15.15 **Musikquiz** - um welchen Song handelt es sich? Raten Sie mit beim Quiz mit Saskia in Harry's Bar / Deck 7. Mit etwas Glück gewinnen Sie auch einen kleinen Preis. 
- 15.30 Mobilisieren und kräftigen Sie Ihre Rückenmuskulatur bei der **Rückengymnastik**. Treffpunkt mit Silvia im Kreativraum auf Deck 5. Bringen Sie Ihr Handtuch mit.
- 16.00 Entspannen Sie beim **Mandala malen** mit Saskia. Treffpunkt ist in Harry's Bar / Deck 7.
- 16.00 Im Bordkino / Deck 8: **(D)eine Reise - Werte Teil 1: Klarheit finden**
Diese Reise führt Sie nicht nur durch Fjorde und Weiten, sondern auch ein Stück näher zu Ihnen selbst. In den Workshops Ihres Mentaltrainers Robby Lange erwartet Sie eine Mischung aus Klarheit, innerer Stärke und neuen Perspektiven – inspiriert von der Natur und getragen von echten Fragen. Kommen Sie mit auf eine besondere Reise: kraftvoll, persönlich und mit echtem Tiefgang.
- 16.30 Trainieren Sie an verschiedenen Stationen beim **Zirkeltraining** den ganzen Körper. Jede Übung dauert 45 Sekunden und die Übung wird dreimal ausgeführt. Danach wird die Station gewechselt. Treffpunkt mit Silvia im Kreativraum / Deck 5.
- 16.45 Spielen Sie **⑥ ⑦ ① BINGO ⑤ ⑨ ②** mit Lena und Saskia in Harry's Bar / Deck 7.
Eine Bingokarte kostet € 5,00. Bitte bringen Sie Kleingeld / kleine Scheine mit.

LONGYEARBYEN 29.06.2025

Wie gelangt man in die Stadt

Das bekannte Eisbären-Warnschild befindet sich in der Nähe des Schiffes. Das Stadtzentrum von Longyearbyen erreichen Sie fußläufig nach ca. 2 km (ebener Fußweg).

Gästen mit eingeschränkter Beweglichkeit, die den Fußweg von 2 km nicht zurücklegen können, bieten wir einen Transfer mit dem Minibus zum Preis von € 15,- an (Hinweis: begrenzte Kapazität). Bei Interesse hierzu melden Sie sich bitte an der Phoenix-Information oder am Bordreisebüro / Deck 8 zu den im Tagesprogramm angegebenen Öffnungszeiten.

ZWISCHENRECHNUNG

In Ihrer Kabine haben Sie die Möglichkeit, Ihre Zwischenrechnung jederzeit im Bordfernsehen einzusehen. Der Umwelt zuliebe erhalten Sie lediglich die Endabrechnung automatisch am letzten Abend ausgedruckt auf Ihre Kabine. Bei Fragen zu Ihrer Rechnung wenden Sie sich bitte an die Rezeption.

AUFLADEN DER AUDIO GUIDE EMPFANGSGERÄTE

Bitte denken Sie daran, die schwarzen Empfangsgeräte des Audio Guide Systems in Ihrer Kabine in der Ladestation aufzuladen, damit diese auch auf den kommenden Ausflügen genutzt werden können.

VERLORENE GEGENSTÄNDE

Haben Sie während Ihres Aufenthaltes an Bord etwas verloren? Alle Gegenstände, Brillen, Kleidungsstücke etc., die hier **an Bord** oder in den **Ausflugsbussen** gefunden wurden, liegen an der Rezeption zur Abholung bereit.



ELEGANTER GALA-ABEND

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DEN ABEND

Elegante Abendgarderobe
(Herren im Anzug oder
Smoking, mit Krawatte oder
Fliege, Damen entsprechend)

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DAS PICHLER'S RESTAURANT

elegante Abendgarderobe

TAGESCOCKTAILS

Negroni

alkoholisch
(Gin, Martini Rosso, Campari)
zum Preis von nur € 4,50

Sportsman

alkoholfrei
(Orangensaft, Zitronensaft,
Erdbeersirup)
zum Preis von nur € 3,50

DIGESTIF

Genießen Sie einen
Havana Club Añejo 7 Años
(4 cl) für € 5,50.

PICHLER'S RESTAURANT

Ihre Reservierung nimmt
unser Assistant
Maître d'hôtel Asha **täglich**
vor dem Pichler's Restaurant
entgegen. Heute wird Ihre
Reservierung zwischen
17.30 - 18.00 Uhr entgegen-
genommen.

WIENER WÜRSTCHEN

Ab 23.00 Uhr erhalten Sie
täglich auf Wunsch in
Harry's Bar / Deck 7
Wiener Würstchen.



Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit bei unserem

Gala-Abendessen.

Restaurantzeiten am Gala-Abend:

18.00 - 20.30 Uhr: Im Lido Buffet-Restaurant / Deck 11

Genießen Sie unser **Gala-Abendessen** in Buffetform oder à la carte
(à la carte nur auf der Backbordseite und im Wintergarten).

In den Restaurants Ozean und Amara / Deck 7 wird das

Gala-Menü ausschließlich serviert.

Bitte wählen Sie hierzu entweder die frühe Tischzeit **um 18.00 Uhr**
oder die spätere Tischzeit **um 19.45 Uhr.**

20.00 - 23.00 Ihr Duo **Midnight** spielt internationale Songs im Piano Salon auf
Deck 8.

20.30 **Kinofilm** im Bordkino / Deck 8

ab 20.45 In Harry's Bar / Deck 7 spielt Ihr Duo **Nightlife** Tanz- und
Unterhaltungsmusik.

21.15 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:

„ALL YOU NEED IS LOVE“ Die Beatles Show

In den 1960er Jahren schlossen sich die vier jungen Männer namens
John, Paul, George und Ringo zu der Band „**The Beatles**“ zusammen.

Es folgte ein Jahrzehnt, in dem die sogenannten „Fab Four“
Musikgeschichte schrieben und Hits für die Ewigkeit hinterließen.

Bis heute sorgt ihre Musik noch weltweit für Euphorie.

Beatlemania, auch auf der MS Amara!

Erleben Sie unsere kreative Show mit den
besten Hits der Beatles mit Tanz und Artistik,
live gesungen von Ihrem **MS Amara Showensemble.**

Ihr Barteam empfiehlt heute Abend einen „**Abbey Road**“ Cocktail für € 5,90.

Die Show wird auf **Kanal 64** im Bordfernsehen übertragen.

22.00 - 23.00 Im Restaurant Amara / Deck 7:
Genießen Sie **Hot Dogs** zum Late-Night-Snack.

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!

Charm des Tages: Palme

DER FILM DER REISE

Auf dieser Reise wird ein Film mit allen Highlights für Sie gedreht. Unser Videomanager Kryzstof berät Sie gerne während der Öffnungszeiten im Videoshop auf Deck 8. Den bisher fertiggestellten Film sehen Sie fortlaufend auf Kanal 9 im Bordfernsehen sowie am Videoshop.

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE

MS Amadea

Sandnessjøen / Norwegen

MS Artania

Bremerhaven / Deutschland

MS Deutschland

Bremerhaven / Deutschland

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 - 12.00 Uhr 17.30 - 18.00 Uhr	Tel. 32904	Deck 8
Gold/Silber Service	09.30 - 11.30 Uhr 16.30 - 17.30 Uhr		Deck 8
Kreuzfahrtberatung	09.30 - 12.00 Uhr 16.30 - 18.00 Uhr	Tel. 33818	Deck 8
Fotoshop	09.00 - 12.00 Uhr 16.00 - 18.00 Uhr		
			20.00 - 21.30 Uhr Deck 8
Videoshop			20.30 - 21.00 Uhr Deck 8
Boutique	09.00 - 22.00 Uhr	Tel. 23585	Deck 8
Schiffsarzt / Hospital	08.00 - 09.00 Uhr 17.00 - 18.00 Uhr	Tel. 31997	Deck 4
Notfall	24 Stunden	Tel. 110 / 112	

MS AMERA SPA

Entspannt auf See: Die Soft-Creme-Packung umhüllt den ganzen Körper und pflegt die Haut nachhaltig. Kombiniert wird diese Wellnesspause mit einer individuellen Maske, die an Ihr persönliches Hautbedürfnis angepasst wird. Der Abschluss mit pflegendem Öl hinterlässt einen zarten Schimmer auf Ihrer Haut. 60 Min. / € 85,-

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
13.00 - 14.00	Mittagessen	in den Restaurants Ozean und Amara	Deck 7
13.00 - 14.00	Mittagessen	im Lido Buffet-Restaurant	Deck 11
15.30 - 16.30	Tee- und Kaffeestunde	im Lido Buffet Restaurant	Deck 11
18.00 & 19.45	Gala-Abendessen	in den Restaurants Ozean und Amara	Deck 7
18.00 - 20.30	Gala-Abendessen	im Lido Buffet-Restaurant	Deck 11
(Im Wintergarten sowie auf der Backbordseite à la carte.)			
18.30	Spezialitäten-Menü	Pichler's Restaurant (<i>Reservierung</i>)	Deck 7
22.00 - 23.00	Late-Night-Snack	im Restaurant Amara	Deck 7
Probieren Sie Hot Dogs.			

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 schönen Urlaubstag auf See.

AMERA