

#### SONNENAUFGANG

06.08 Uhr

#### SONNENUNTERGANG

21.23 Uhr

#### ZEITUNTERSCHIED

**3 Stunden** / 09.00 Uhr an Bord  
= 12.00 Uhr in Deutschland

#### HYGIENE AN BORD

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

ab 10.00

#### RETTUNGSÜBUNG

Es findet eine Übung nur für die Besatzung statt. Alle Signale und Durchsagen in englischer Sprache haben für Sie bis auf Widerruf keinerlei Bedeutung. Wir bitten um Verständnis, dass es während der Übung zu Einschränkungen im Servicebereich kommt. **Halten Sie bitte während der Übung die Außenbereiche unter den Rettungsbooten auf Deck 7 frei.**



#### POLARLICHTER

Wenn in der Nacht Polarlichter gesichtet werden, wird es eine kurze Durchsage auf die Kabinen geben.

# TAGESPROGRAMM

## Mittwoch, 27. August 2025

### Erholung auf See

#### VORMITTAG

- 08.30 Bringen Sie Ihren Kreislauf in Schwung mit **Frühsport!**  
Treff mit Silvia an der Phoenix-Lounge / Deck 7.
- 09.15 **Ökumenische Morgenandacht**  
„Gastfreundschaft - was ist wichtig im Leben“  
Ihr Bordpfarrer Peter Holzer begrüßt Sie recht herzlich  
in der Panorama-Lounge / Deck 12.
- 10.05 Schwarz gegen Gelb—so heißt es wieder beim **Shuffleboard**.  
Treff mit Helena auf Deck 12.
- 10.05 **Ballgymnastik:** Trainiert wird auf einem großen Gymnastikball. Treff mit Silvia im Kreativraum auf Deck 5. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.
- 10.05 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:  
**Wissenswertes und Tipps zum Aufenthalt in Ilulissat**  
Highlight jeder Grönlandreise ist mit Sicherheit der in Stadtnähe gelegene Eisfjord. Wie Sie diesen erleben können und was die Stadt Ihnen zu bieten hat, erfahren Sie informativ und unterhaltsam von unserer Lektorin Marita Basalla, denn: „Man sieht nur das, was man kennt“.  
Der Vortrag wird auch auf **Kanal 15** im Bordfernsehen übertragen.
- 11.00 **Yoga:** Fließende und langsame Übungen für mehr Kraft und Beweglichkeit. Treff mit Silvia im Kreativraum / Deck 5.  
Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.
- 11.00 **Doppelkopf-Treff** im Kartenspielzimmer / Deck 7.
- 11.15 In Harry's Bar / Deck 7: Wie gut kennen Sie Grönland?  
Testen Sie Ihr Wissen beim **Grönland - Quiz!**  
Tobias freut sich auf viele Teilnehmer.
- 11.15 **Postkartenmalen:** Treff mit Helena im Kartenspielzimmer / Deck 7.
- 11.30 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8: **Tanzkurs für Anfänger**  
Jannika und Carmen tanzen heute mit Ihnen den **Langsamen Walzer**.
- 12.00 Helena hat sich wieder ein unterhaltsames **Aperitifspiel** für Sie ausgedacht. Schauen Sie vorbei in Harry's Bar / Deck 7 und gewinnen Sie mit ein wenig Glück auch einen kleinen Preis.



## MITTAG / NACHMITTAG

- 12.30 - 14.00 An den „Schöne Aussichten“ / Deck 11:  
Probieren Sie eine Spezialität der skandinavischen Küche: **Köttbullar** (Hackbällchen in Sauce)  
Ihr Barteam empfiehlt dazu **verschiedene Biere** zum Preis von je € 4,20.
- 14.00 **Skat-Treff.** Alle Skat-Spieler treffen sich mit Helena im Kartenspielzimmer auf Deck 7.
- 14.15 An den „Schöne Aussichten“ / Deck 11 wird **Boccia** gespielt. Helena freut sich auf Sie.
- 14.30 Tanzen Sie wieder **Line Dance** mit Silvia in der Atlantik Show-Lounge. Line Dance ist super für Einsteiger geeignet und es ist kein Tanzpartner erforderlich.
- 14.30 **Bridge-Treff** mit Edgar im Kartenspielzimmer auf Deck 7. Neueinsteiger sind herzlich willkommen.
- 14.30 Im Restaurant Amara / Deck 7: **„Gegensätze erzeugen Spannung“**  
Ein Kunstwerk lebt nicht nur von Farben und Elementen, sondern auch von den Gegensätzen und Spannungen, die diese erzeugen. Lassen Sie uns heute ein wenig experimentieren!  
Ein Kurs mit Maler und Bildhauer Alexander Mitterlechner.
- 15.00 Im Bordkino / Deck 8: **Natürliche Heilpflanzen und die Wirkung bei Erkrankungen.**  
Staunen Sie, wie Heilpflanzen auf Körper und Psyche wirken können.  
Carsta Tenscher freut sich auf Sie.
- 15.15 Sammeln Sie weiter Ihre Punkte beim **Jakkolo!** Treff mit Helena in Harry's Bar / Deck 7.
- 15.30 - 16.30 Im Lido-Bufferet-Restaurant / Deck 11: Das Motto der heutigen Tee- & Kaffeestunde lautet  
**„Cinnamoods“**  
**Genießen Sie Zimtschnecken einmal anders.**  
Dazu empfehlen wir einen **„Caramel-Baileys-Coffee“** zum Preis von € 4,80.
- 15.45 Auch im Sitzen kann trainiert werden. Wie dies funktioniert, zeigt Ihnen Silvia bei der **Sitzgymnastik** im Kreativraum / Deck 5.
- 16.00 **Küchenführung** mit unserer Küchenchefin Marie Jo Gerull. Treffpunkt ist vor dem Pichler's Restaurant auf Deck 7. Eine Anmeldung war im Voraus an der Rezeption erforderlich.  
Tragen Sie beim Besuch der Küche bitte festes Schuhwerk.
- 16.15 **Kurze Auswertung der Schiffsrallye:** Treff mit Helena in Harry's Bar / Deck 7.
- 16.30 Im Piano Salon / Deck 8: Der **MS Amara Gäste-Chor** trifft sich mit Viktoria Weiner zur Probe.
- 16.45 Volle Reihe, volles Glück! Spielen Sie **BINGO** mit Helena in Harry's Bar / Deck 7.  
Eine Bingokarte kostet € 5,00. Bitte bringen Sie Kleingeld / kleine Scheine mit.
- 16.45 Trainieren Sie Ihre Ausdauer mit **Zumba!** Motto: Spaß statt Perfektion.  
Treff mit Silvia im Kreativraum auf Deck 5.

### GLÜHWEIN & HOT APEROL

Zum Aufwärmen gibt es an der Phoenix Lounge / Deck 7 und an „Schöne Aussichten“ / Deck 11 täglich **heißen Glühwein** zum Preis von € 4,50 (mit Schuss € 5,50) und **heißen Aperol** zum Preis von € 5,90.



## ABENDPROGRAMM

### BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DEN ABEND

sportlich-elegant

### BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DAS PICHLER'S RESTAURANT

elegant

### TAGESCOCKTAILS

#### Negroni

alkoholisch

(Gin, Martini Rosso,  
Campari)

zum Preis von nur € 4,70

#### Sportsman

alkoholfrei

(Orangensaft, Zitronensaft,  
Erdbeersirup)

zum Preis von nur € 3,70

### DIGESTIF

Gönnen Sie sich einen

#### Havana Club Anejo 7 años

(4cl) für € 5,50 in einer  
unserer Bars!

### PICHLER'S RESTAURANT

Ihre Reservierung nimmt  
unsere Assistant Maître  
d'hôtel Asha heute zwischen  
**12.00 - 12.30 Uhr** entgegen.  
Genießen Sie ab heute das  
Spezialitäten-Menü  
„Norwegische Trendküche“.

20.00 - 23.00 Ihr Duo **Carmen & Janibek** unterhält Sie im Piano Salon / Deck 8.

20.30 Im Bordkino / Deck 8: **Kinofilm**

ab 20.30 In der Panorama-Lounge spielt **DJ Zeki** angenehme **Lounge Musik**.

ab 20.45 Ihr Duo **Party-Tiger** sorgt für musikalische Unterhaltung in  
Harry's Bar / Deck 7.

21.00 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:

Tauchen Sie ein in die Musik des

# „Blues and Rock ´n´ Roll“

Die Blues Brothers

**Mitchell Horne** und

**Phil Whittenham**

lassen Hits der 80er

wie „Sweet Home Chicago“

und „Everybody Needs

Somebody To Love“ wieder aufleben.



Genießen Sie dazu eine „**Blues Margarita**“ für € 5,90.

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

22.00 - 23.00 Probieren Sie heute **Empanadas** zum Late-Night-Snack  
im Restaurant Amara / Deck 7.

### POSTKARTEN-ANGEBOT

Kaufen Sie heute 4 Postkarten (zuzüglich Porto), so erhalten Sie  
einen **MS Amara Magneten** als Geschenk dazu.



## BOUTIQUE

Die bezaubernd schönen Schmuckstücke und Uhren von **Paul Hewitt** spiegeln das maritime und sommerliche Lebensgefühl wider.

Ein Blick auf den Anker und schon kommen

Urlaubsgefühle auf.

**Heute erhalten Sie beim Kauf eines Artikels der Marke**

**10 % Rabatt, beim Kauf von zwei Artikeln sogar**

**20 % Rabatt!**

**Charm des Tages: Papagei**

## FOTOSHOP

Auch auf dieser Kreuzfahrt haben Sie die Gelegenheit, ein **Fotobuch** Ihrer Reise zu erwerben!

Eine Vorschau dieses digitalen Fotobuches präsentiert Ihnen unser Fototeam im **Bordfernsehen** auf **Kanal 5** sowie auf dem Bildschirm am Fotoshop auf Deck 8.

Für nähere Informationen besuchen Sie den Fotoshop auf Deck 8. Das Foto-Team freut sich auf Sie!

## WO IST DIE PHOENIX FLOTTE

### MS Amadea

Auf See, mit Kurs auf Hafnarfjörður / Reykjavík / Island

### MS Artania

Auf See, mit Kurs auf Reykjavík / Island

### MS Deutschland

Nordfjordeid / Norwegen

## ÖFFNUNGSZEITEN

|                               |                   |                   |                   |
|-------------------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| <b>Rezeption</b>              | 24-Stunden        | Tel. 90           | Deck 8            |
| <b>Phoenix-Bordreisebüro</b>  | 09.30 - 11.30 Uhr | 16.30 - 17.30 Uhr | Tel. 32882 Deck 8 |
| <b>Phoenix-Information</b>    | 11.30 - 12.30 Uhr | 17.00 - 18.00 Uhr | Tel. 32904 Deck 8 |
| <b>Gold/Silber Service</b>    | 11.30 - 12.30 Uhr | 16.30 - 17.30 Uhr | Deck 8            |
| <b>Kreuzfahrtberatung</b>     | 11.30 - 12.30 Uhr | 16.30 - 18.00 Uhr | Tel. 33818 Deck 8 |
| <b>Fotoshop</b>               | 09.00 - 11.00 Uhr | 16.00 - 18.00 Uhr |                   |
|                               |                   | 20.00 - 21.30 Uhr | Deck 8            |
| <b>Videoshop</b>              |                   | 20.30 - 21.00 Uhr | Deck 8            |
| <b>Boutique</b>               | 09.00 - 22.00 Uhr | Tel. 23585        | Deck 8            |
| <b>Schiffsarzt / Hospital</b> | 08.30 - 09.30 Uhr | 17.00 - 18.00 Uhr | Tel. 31997 Deck 4 |
| <b>Notfall</b>                | 24 Stunden        | Tel. 110 / 112    |                   |

## MS AMERA SPA

**Wimpern und Augenbrauen färben:** Betonen Sie Ihre Augenpartie ohne täglichen Aufwand. Mit gefärbten Wimpern und Augenbrauen wachen Sie steht ausgehertig auf. 30 Min. / € 25,-. **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,-.

|                        |                   |            |        |
|------------------------|-------------------|------------|--------|
| <b>Spa</b>             | 08.00 - 20.00 Uhr | Tel. 38992 | Deck 9 |
| <b>Friseursalon</b>    | 08.00 - 20.00 Uhr | Tel. 38992 | Deck 9 |
| <b>Fitnessraum</b>     | 08.00 - 22.00 Uhr |            | Deck 9 |
| <b>Herren Sauna</b>    | 08.00 - 11.00 Uhr |            | Deck 9 |
| <b>Damen Sauna</b>     | 11.00 - 13.00 Uhr |            | Deck 9 |
| <b>Gemischte Sauna</b> | 13.00 - 20.00 Uhr |            | Deck 9 |

## RESTAURANTZEITEN

|                            |                                |                                                 |         |
|----------------------------|--------------------------------|-------------------------------------------------|---------|
| 06.30 - 08.00              | <b>Kaffee / Tee</b>            | an der Phoenix-Lounge                           | Deck 7  |
| 07.30 - 08.00              | <b>Early Bird</b>              | in Harry's Bar                                  | Deck 7  |
| 08.00 - 10.00              | <b>Frühstück</b>               | in den Restaurants Ozean und Amara              | Deck 7  |
| 08.00 - 10.00              | <b>Frühstück</b>               | im Lido Buffet-Restaurant                       | Deck 11 |
| 10.00 - 10.30              | <b>Spätaufsteher</b>           | im Lido Buffet-Restaurant                       | Deck 11 |
| 11.00 - 11.30              | <b>Bouillon</b>                | an den „Schöne Aussichten“                      | Deck 11 |
| 12.30 - 14.00              | <b>Mittagessen</b>             | in den Restaurants Ozean und Amara              | Deck 7  |
| 12.30 - 14.00              | <b>Mittagessen</b>             | im Lido Buffet-Restaurant                       | Deck 11 |
| 15.30 - 16.30              | <b>Tee- &amp; Kaffeestunde</b> | im Lido Buffet-Restaurant                       | Deck 11 |
| 18.00 - 20.30              | <b>Abendessen</b>              | im Lido Buffet-Restaurant                       | Deck 11 |
| 18.00 - 20.30              | <b>Abendessen</b>              | in den Restaurants Ozean und Amara              | Deck 7  |
| 18.30                      | <b>Spezialitäten-Menü</b>      | im Pichler's Restaurant ( <i>Reservierung</i> ) | Deck 7  |
| 22.00 - 23.00              | <b>Late-Night-Snack</b>        | im Restaurant Amara                             | Deck 7  |
| Es gibt <b>Empanadas</b> . |                                |                                                 |         |

## BARZEITEN

|                                 |                                    |         |
|---------------------------------|------------------------------------|---------|
| <b>Harry's Bar</b>              | ab 09.00 Uhr                       | Deck 7  |
| <b>Phoenix-Lounge &amp; Bar</b> | ab 10.00 Uhr (wetterabhängig)      | Deck 7  |
| <b>Piano Salon</b>              | 14.00 - 24.00 Uhr                  | Deck 8  |
| <b>„Schöne Aussichten“</b>      | 11.00 - 18.00 Uhr (wetterabhängig) | Deck 11 |
| <b>Panorama-Lounge</b>          | 10.30 - 24.00 Uhr                  | Deck 12 |

