

SONNENAUFGANG

07.00 Uhr

SONNENUNTERGANG

20.35 Uhr

ZEITUNTERSCHIED

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

GUTSCHEINE UND BORDGUTHABEN

Sollten Sie einen Ausflugs-, Spa- bzw. Bargetränkegutschein oder ein Bordguthaben erhalten haben, wurden diese bereits Ihrem Bordkonto gutgeschrieben. Bei Rückfragen hierzu melden Sie sich bitte am Bordreisebüro oder an der Phoenix-Information.

VERLORENE GEGENSTÄNDE

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

IHR REISEFILM

Faszinierende Landschaftsaufnahmen und weitere Highlights dieser Reise präsentiert Ihnen Videomanager Nils im bisher fertiggestellten Reisefilm! Reinschauen lohnt sich! Der Film wird fortlaufend auf **Kanal 9** im Bordfernsehen gezeigt sowie auf dem Bildschirm am Videoshop auf Deck 8.

TAGESPROGRAMM

Donnerstag, 4. September 2025

Erholung auf See

VORMITTAG

- | | |
|-------|---|
| 08.30 | Frühsport: Bringen Sie Ihren Kreislauf in Schwung!
Treff mit Silvia an der Phoenix-Lounge / Deck 7. |
| 09.15 | Ökumenische Morgenandacht
„Für wen haltet Ihr mich?“
Ihr Bordpfarrer Peter Holzer begrüßt Sie recht herzlich in der Panorama-Lounge / Deck 12. |
| 10.05 | „ Morning Bowling “ an den „Schöne Aussichten“ / Deck 11.
Helena freut sich auf viele Mitspieler. |
| 10.05 | Beckenbodengymnastik: Silvia zeigt Ihnen Übungen für einen starken Beckenboden und gibt Ihnen Tipps für den Alltag.
Bitte bringen Sie ein Handtuch mit. |
| 10.05 | In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:
Grönland ohne Eis ... Grönland ist überzogen mit einem z. T. kilometerdicken Eisschild. Doch wie misst man die Dicke des Eises? Was passiert, wenn man bei diesen Forschungen Ungewöhnliches entdeckt – gar versteckte Geheimnisse? Was verbirgt sich unter dem nicht mehr ewigen Eis? Informationen hierzu von Ihrer Lektorin Marita Basalla, denn „Man versteht nur das, was man kennt“. Der Vortrag wird auch auf Kanal 15 im Bordfernsehen übertragen. |
| 11.00 | Doppelkopf-Treff im Kartenspielzimmer / Deck 7. |
| 11.10 | Auswertung des Spiels „ zerüttelte “ Länder . Treff mit Helena im Piano Salon auf Deck 8. |
| 11.15 | Relinggymnastik und Walk a mile. Treff mit Silvia an der Phoenix-Lounge / Deck 7. |
| 11.15 | In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8: Tanzkurs für Anfänger
Jannika und Carmen tanzen mit Ihnen die Rumba . |
| 12.00 | Zielen Sie ins Schwarze beim Darts!
Treff mit Helena an den „Schöne Aussichten“ / Deck 11. |



MITTAG / NACHMITTAG

12.30 - 14.00 An den „Schöne Aussichten“ / Deck 11 (wetterabhängig):

„Lecker Eintopf“

Ihr Küchenteam hat verschiedene deftige **Eintöpfe** für Sie zubereitet.

Gönnen Sie sich dazu ein **Weizenbier** zum Preis von € 4,40.

14.00 **Skat-Treff.** Alle Skat-Spieler treffen sich mit Helena im Kartenspielzimmer auf Deck 7.

14.30 Spielen Sie **Boccia** an den „Schöne Aussichten“ / Deck 11. Helena freut sich auf viele Teilnehmer.

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 Im Restaurant Amara / Deck 7: **Stilleben**
Ein spannendes Thema, dass schon Generationen von Künstlern beschäftigt hat.
Eine Vielzahl von Gestaltungsmöglichkeiten und Kombinationen erwartet uns.
Ob Früchte, Gläser oder Blumen. Alles muss ins „Rote Licht“ gerückt werden.
Ein Kurs mit Maler und Bildhauer Alexander Mitterlechner.

15.00 Im Bordkino / Deck 8: **Superfood Früchte**
Erfahren und staunen Sie was Früchte alles können. Carsta Tenscher freut sich auf Sie.

15.30 - 16.30 Im Lido Buffet-Restaurant / Deck 11: Das Motto der heutigen Tee- & Kaffeestunde lautet:

„Kaffeehaus Polar“

Mascarpone-Pfirsichtorte, weiße Kaffeetorte, Kokosnuss-Panna-Cotta
und viele weitere Köstlichkeiten warten auf Sie.

Ihr Barteam empfiehlt dazu feine **Kaffeespezialitäten** zum Preis von 4,80.

15.45 Auch im Sitzen kann trainiert werden! Wie dies funktioniert, zeigt Ihnen Silvia bei der **Sitzgymnastik**. Schauen Sie vorbei im Kreativraum auf Deck 5.

15.45 „**Bertha**“, „**Ida**“, „**Nordpol**“ - so und anders heißt es beim **BINGO** mit Helena in Harry's Bar / Deck 7. Eine Bingokarte kostet € 5,00.
Bitte bringen Sie Kleingeld / kleine Scheine mit.

16.30 Im Piano Salon / Deck 8: Der **MS Amara Gäste-Chor** trifft sich mit Viktoria Weiner zur Probe.

16.45 An den „Schöne Aussichten“ / Deck 11: **Dance Aerobic**
Verbessern Sie Ihre Ausdauer und verbrennen Sie zu einfachen
Schrittkombinationen einige Kalorien. Vorkenntnisse sind von Vorteil.

16.45 „Das Runde muss ins Eckige“ - so heißt es wieder beim **Jakkolo**.
Treff mit Helena in Harry's Bar / Deck 7.



ABENDPROGRAMM

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DEN ABEND

sportlich-elegant

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DAS PICHLER'S RESTAURANT

elegant

TAGESCOCKTAILS

Seabreeze

alkoholisch

(Gin, Zitronensaft, Soda)

zum Preis von nur € 4,70

Florida

alkoholfrei

(Orangensaft, Ananassaft,
Grapefruitsaft, Zitronensaft,
Grenadine, Maracujasaft,
Kokossirup)

zum Preis von nur € 3,70

DIGESTIF

Gönnen Sie sich einen

Johnnie Walker Black Label

(4 cl) für € 5,80 in einer
unserer Bars!

PICHLER'S RESTAURANT

Ihre Reservierung nimmt

unsere Assistent

Maître d'hôtel Asha heute

zwischen **17.30 - 18.00 Uhr**

entgegen.

20.00 - 23.00 In der Panorama-Lounge / Deck 12 unterhält Sie **Carmen** mit ihrem musikalischen Programm.

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

ab 20.45 Ihr Duo **Party-Tiger** spielt Tanz- und Unterhaltungsmusik in Harry's Bar / Deck 7.

20.30 An den „Schöne Aussichten“ / Deck 11:



„Hüttenzauber“



20.30 - 22.00

An der **Phoenix – „Hütten-Bar“**

schmeißt Ihr Phoenix-Team die eine oder andere Runde!

Spielen Sie auch

Eisgolf und Eisstockschießen!

Es erwartet Sie eine Showeinlage des

MS Amara Showensembles und anschließend sorgt

DJ Zeki für schwungvolle Musik!

Die Tanzfläche ist eröffnet!

Genießen Sie heute Abend auch

eine Auswahl an Schnäpsen (z. B. Linie, Malteser &

Jubiliäums Aquavit). Probieren Sie auch unseren

hausgemachten Glühwein zum Preis von € 4,50

(mit Schuss € 5,50) oder **Hot-Aperol** zum Preis von € 5,90.

22.00 - 23.00 Uhr: Late-Night-Snack

An den „Schöne Aussichten“

hat Ihr Küchenteam zur Stärkung

deftige Kartoffelsuppe vorbereitet.

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



BOUTIQUE

Kassenbon-Tombola in der Bordboutique!
Jeder Beleg des heutigen Tages wird zum möglichen Glückslos.
Aus allen Kassenzetteln werden drei attraktive Preise aus unserem Sortiment verlost.
Das Shopteam drückt Ihnen die Daumen!

FOTOSHOP

Auch auf dieser Kreuzfahrt haben Sie die Gelegenheit, ein **Fotobuch** Ihrer Reise zu erwerben!
Für nähere Informationen besuchen Sie den Fotoshop auf Deck 8. Das Foto-Team freut sich auf Sie!

Konnten Sie Ihre Fotos noch nicht finden? Das Foto-Team ist Ihnen bei der Suche gerne behilflich.

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE

MS Amadea

Narsaq / Grönland

MS Artania

Sisimiut / Grönland

MS Deutschland

Auf See, mit Kurs auf Bremerhaven / Deutschland

ÖFFNUNGSZEITEN

Rezeption	24-Stunden	Tel. 90	Deck 8
Phoenix-Bordreisebüro	09.30 - 11.30 Uhr	16.30 - 17.00 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 - 10.30 Uhr	16.30 - 17.30 Uhr	Deck 8
Kreuzfahrtberatung	09.30 - 12.00 Uhr	16.30 - 17.30 Uhr	Tel. 33818 Deck 8
Fotoshop	09.00 - 11.00 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	09.30 - 10.30 Uhr	17.00 - 18.00 Uhr	Tel. 31997 Deck 4
Notfall	24 Stunden	Tel. 110 / 112	

MS AMERA SPA

Thai – Öl-Massage : Die Thai-Öl-Massage basiert auf den Grundsätzen der traditionellen thailändischen Massage, wobei aromatische Öle verwendet werden. Der Therapeut trägt diese Öle auf die Haut auf, was zu sanfteren Bewegungen und einem entspannenden Erlebnis führt. Die Verwendung von Ölen verbessert das gesamte sensorische Erlebnis, pflegt die Haut und fördert einen erhöhten Entspannungszustand. 75 Min. / € 95,-.

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	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	Abendessen	im Lido Buffet-Restaurant	Deck 11
18.00 - 20.30	Abendessen	in den Restaurants Ozean und Amara	Deck 7
18.30	Spezialitäten-Menü	im Pichler's Restaurant (<i>Reservierung</i>)	Deck 7
22.00 - 23.00	Late-Night-Snack	an den „Schöne Aussichten“	Deck 11

Genießen Sie deftige **Kartoffelsuppe**.

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 - 23.00 Uhr (wetterabhängig)	Deck 11
Panorama-Lounge	10.30 - 24.00 Uhr	Deck 12