

Sonnenaufgang

06.10 Uhr

Sonnenuntergang

21.14 Uhr

AKTUELLES

FRÜHSTÜCKS-SPEZIAL

Bestellen Sie heute auf Wunsch in allen Restaurants leckere „**Blaubeer-Pfannkuchen**“!

„FILM DIESER REISE“

Ihr Videomanager Wojtek dreht auf jeder Reise einen einzigartigen Film mit allen Highlights der Reise für Sie. Nutzen Sie die Gelegenheit: **Bis zum 23.08. erhalten Sie 10 % Rabatt auf Ihren Reisefilm!**

BORDBÜCHER

Wenn Sie bereits im Besitz eines Bordbuches sind, können Sie dieses an der Phoenix Information / Deck 2 abgeben. Ihr Kapitän und Ihr Kreuzfahrt-direktor werden den Routenstempel dieser Reise für Sie unterschreiben. Möchten Sie dieses schöne Erinnerungsbuch neu erwerben, ist dieses an der **Phoenix Information** / Deck 2 für € 6,- erhältlich.

RUHEZEITEN

Wir bitten Sie, die Ruhezeiten einzuhalten und vor 08.00 Uhr, zwischen 13.00 - 15.00 Uhr und nach 21.00 Uhr auf den Außendecks 4 & 9 nicht zu joggen, um Gäste in den angrenzenden Kabinen nicht zu stören.

TAGESPROGRAMM

Donnerstag, 22. August 2024

Erholung auf See

VORMITTAGSPROGRAMM

- 09.00 **Fit in den Tag!** Bringen Sie Ihren Kreislauf in Schwung und machen Sie mit beim Frühsport mit Catherin am Pool / Deck 9.
- 09.15 Bordkino / Deck 3: Ihr **Bordpfarrer Matthias Wiskemann** lädt alle Gäste zu Beginn dieser Reise zu einer **ökumenischen Morgenandacht** ein.
- 09.30 **Walk a Mile!** Drehen Sie mit Lena ein paar Runden an der frischen Luft. Los geht es an der Phoenix Bar / Deck 4.
- 09.30 Testen Sie Ihr Allgemeinwissen bei einem **Quiz!** Jakob erwartet Sie in der Casablanca Bar / Deck 3.
- 09.30 Bodega Bar / Deck 3: **Lebensmittelunverträglichkeitstreffen**
Treffen Sie unseren Chefkoch **I Made Sudarmika** und Maître d'Hotel **Ivan** zu einem persönlichen Gespräch. Bringen Sie gern Ihren Lebensmittelunverträglichkeitsausweis mit.
- 10.05 Atlantik Lounge / Deck 3: „**Eine Reise in den Süden Norwegens**“
Erleben Sie Norwegens Süden! Sie erwartet eine Routen-Vorstellung mit allen Stopps, Erläuterungen zu Ihren Ausflügen, den Sehenswürdigkeiten und hilfreichen Tipps! Dieser Vortrag von Lektor **Udo Jansen** wird auch auf TV-Kanal 55 übertragen.
- 10.05 **Rückenfit!** Catherin zeigt Ihnen effektive Übungen zur Stärkung der gesamten Rücken- und Rumpfmuskulatur. Treffpunkt ist am Pool / Deck 9.
- 10.05 **Shuffleboard!** Lena und Jakob erklären Ihnen die Regeln des beliebten Kreuzfahrerspiels auf Deck 5, achtern.
- 10.30 Alle **Kinder** treffen sich auf Deck 8 im vorderen Treppenhaus A.
- 11.00-12.00 Kopernikus Bar / Deck 8 & 9 (wetterabhängig):

Maritimer Frühschoppen!

Ihr Küchenteam lädt Sie herzlich zu einer **kulinarischen Reise mit maritimen Köstlichkeiten** ein!

Das Bar-Team offeriert Ihnen dazu einen **Doppelkorn**. Gönnen Sie sich auch ein Glas **Champagner** für € 7,90!

Ihr **Artania Showensemble** unterhält Sie musikalisch!

Um ca. 11.30 Uhr stellen wir Ihnen die **Seekarte dieser Reise** vor.

- 12.00 Bordkino / Deck 3: **Entdecken & Erleben - Ihre Relax E-Bike Tour!**
Tobias präsentiert Ihnen die E-Bike Ausflüge dieser Reise und steht Ihnen bei Fragen gern zur Verfügung.



ARTANIA

NACHMITTAGSPROGRAMM

- 14.00 **Kartenspieler-Treff!** Treffen Sie sich auf die ein oder andere Partie in der Bibliothek / Deck 3.
- 15.00 Harry's Bar / Deck 3: **Ärzte-Treffen!** Unser Schiffsarzt Dr. Winfried Koller lädt alle Ärztekolleginnen und -kollegen zum gegenseitigen Kennenlernen ein.
- 15.00 **Alleinreisenden-Treff** in der Casablanca Bar / Deck 3! Stoßen Sie mit Jakob & Lena vom Phoenix-Team auf den Beginn einer tollen Kreuzfahrt an und lernen Sie Ihre Mitreisenden kennen.
- 15.00 **Step Aerobic!** Bringen Sie mit einfachen Schrittfolgen aus dem Step Aerobic Ihren Kreislauf so richtig in Schwung. Catherin erwartet Sie am Pool / Deck 9.
- 16.00 Spielen Sie eine Runde **Bingo** mit Lena und Jakob in der Casablanca Bar / Deck 3. Eine Karte kostet € 5,-. Bitte bringen Sie Bargeld (kleine Scheine) mit.
- 16.00 **Mobilitätstraining** - Catherin zeigt Ihnen effektive Übungen für mehr Beweglichkeit im Alltag. Treffpunkt ist am Pool / Deck 9.

*** GALA-ABEND AN BORD VON MS ARTANIA ***

Bekleidungsvorschlag: Elegant

17.00 für alle Gäste von **Deck 2, Deck 5** und **Deck 6**

18.45 für alle Gäste von **Deck 4, Deck 7** und **Deck 8**

Foto mit Ihrem Kapitän Morten A. Hansen und Kreuzfahrtdirektor Jörn Hofer

- ♦ Wenn Sie ein **Foto mit Ihrem Kapitän und Kreuzfahrtdirektor** anfertigen lassen möchten, kommen Sie bitte in Harry's Bar / Deck 3, Backbordseite zum Fotoshop (in Fahrtrichtung links).
- ♦ Wünschen Sie **kein Foto** mit Ihrem Kapitän und Kreuzfahrtdirektor, dann nutzen Sie bitte den Steuerbord-Eingang durch die Bibliothek zur Atlantik Show-Lounge (in Fahrtrichtung rechts).

Anschließend um ca. 17.30 Uhr bzw. ca. 19.15 Uhr in der Atlantik Lounge / Deck 3

Begrüßungs-Cocktail!

Ihr Kapitän und seine Offiziere sowie Ihr Kreuzfahrtdirektor und das Phoenix-Team stellen sich Ihnen vor.



Im Anschluss an den jeweiligen Cocktail erwartet Sie das **Gala-Abendessen** in den Restaurants.



TAGESCOCKTAILS

French 75 (alkoholisch)
zum Preis von nur € 4,50
(Gin, Grenadine, Zitronensaft, Sekt)

Nix drin (alkoholfrei)
zum Preis von nur € 3,50
(Preiselbeer-, Ananassaft, Erdbeersirup, Tonic)

DIGESTIF

Vodka Belvedere für € 7,50

LATE-NIGHT-SNACK

Heute gibt es in Harry's Bar /
Deck 3 von 22.00 - 23.00 Uhr
Würstchen im Schlafrock!

FERNSEHEN

Informationen zum Tagesprogramm, Kinoprogramm, zu den fortlaufenden Filmen im TV sowie vorläufige Ausflugszeiten entnehmen Sie bitte TV-Kanal 3.

Kanal 1: **Cruise Show**

Kanal 2: **Sicherheitsvideo**

Kanal 4: **Landgangs-, Hafen und Ausflugsinformationen**

Kanal 5: **Orientierungsfilm**

Kanal 6: **Spiefilm**

Kanal 7: **Auf ein Wort**

Kanal 8: **Internetnutzung**

Kanal 9: **Film der letzten Reise**

Ab Kanal 11: **Deutsche TV-Programme** (empfangsabhängig)

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE?

MS Amadea
Greencastle / Nordirland / GB

MS Amera: Auf See, Kurs
Narsaq / Grönland / DK

MS Deutschland
Prins Christian Sund Passage

20.00-23.00 Harry's Bar / Deck 3:
David Warwick unterhält Sie am Piano!

20.00-23.00 Pazifik Lounge / Deck 9: **„Hits around the world!“**
Ihre **„Elena Band“** unterhält Sie mit Musik aus aller Welt.

Im Anschluss Pazifik Lounge / Deck 9: **DJ Wanda** legt live für Sie Musik auf!

21.15 Casablanca Bar / Deck 3:

ANZUG statt Kleid

Erleben Sie Klassiker einmal anders... An wen denken Sie bei dem Song „Come fly with me?“ Natürlich sofort an Frank Sinatra. Aber warum sollte der Song nicht auch von einer Frau gesungen werden? Der Mensch umgibt sich gerne mit Vertrautem und Bekanntem, dabei gibt es abseits der gewohnten Wege so viel mehr zu entdecken... Geben Sie neuen Eindrücken eine Chance und entdecken Sie gemeinsam mit **Margaréta** neue Facetten ihrer Lieblingssongs.



21.30 Atlantik Lounge / Deck 3:

Cabarieté

Die goldenen 20er Jahre live auf der Bühne

Charlestownkleid und Zigaretten spitze, Ärmelhalter und Zylinder, Cabaret und Varieté, Extravaganz und Freizügigkeit, Flapper Girls und Dandys, ausgestattet mit Federn, Glamour und langen Beinen, bestückt mit Jazz, Swing und unvergesslichen Melodien und begleitet von unserer Live Band...

Das alles erwartet sie bei dieser fulminanten und unvergesslichen Revue rund um das Thema: die goldenen 20er.

Diese Show wird auch auf Kanal 55 übertragen.

Ihr Barteam empfiehlt Ihnen dazu einen **„Cabaret Mule“** für € 5,90



„FOTOBUCH DIESER REISE“

Freuen Sie sich auf das Fotobuch mit tollen Impressionen!
Bis zum **24.08.** erhalten Sie **10% Rabatt auf die Bestellung.**

TAX FREE - MEHRWERTSTEUERRÜCKERSTATTUNG IN NORWEGEN

Wenn Sie Souvenirs oder Kleidung in norwegischen Häfen kaufen, verlangen Sie die "Tax Free" Quittung. (Mindestbetrag 315,- norwegische Kronen **pro Rechnung**). Voraussichtlich werden in Bergen Mitarbeiter der gängigen Unternehmen „Global Blue“ oder „Planet“ zur Rückerstattung der MWSt. an Bord kommen.

ARTANIA SPA / DECK 9

Olaplex – das Original

Die Grenzen des Möglichen erweitern, Tag für Tag. Entdecken Sie Ihre Fähigkeiten neu, nutzen Sie die Vorteile von Olaplex No. 1, 2, 3 und überraschen Sie sich mit verbesserter Haarqualität, repariertem Haar, länger anhaltenden Farben und drastisch reduziertem Haarbruch. Das Haar wird repariert – stärker, gesünder und glänzender als jemals zuvor. Ab € 20,- für kurzes Haar und bis € 40,- für langes Haar.

BOUTIQUE / DECK 3

Besser kann dieser Seetag

kaum starten! Auf Deck 3 in unserer Bordboutique erhalten Sie nur heute 10 % Willkommensrabatt auf viele Artikel. Ausgenommen sind Drogerieartikel, bereits reduzierte Waren, die Marken Maurice Lacroix, Viva und Lucia D'Oro sowie Bücher. Schauen Sie vorbei und entdecken Sie ein Schnäppchen, das Sie lange an eine unvergessliche Reise erinnern wird.

VAKUUMTOILETTEN

Die Toiletten an Bord funktionieren mit einem modernen Vakuumsystem, welches sehr empfindlich ist. Wir bitten Sie, nur das bereitliegende Toilettenpapier zu verwenden und außer diesem **keinerlei Gegenstände**, auch keine Papiertaschentücher, Kleenex-Tücher etc., in die Toilette zu werfen.

RESTAURANT-EINLASSZEITEN

07.00 - 07.30	Early Bird	Pazifik Lounge / Deck 9
07.30 - 09.30	Frühstück	Restaurant Artania / Deck 3
08.00 - 10.00	Frühstück	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2 & Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
10.00 - 10.30	Spätaufsteher-Frühstück	Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
11.00 - 11.30	Kraftbrühe	Phoenix Bar / Deck 4
12.30 - 14.00	Mittagessen	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2 & Restaurant Artania / Deck 3 & Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
15.30 - 16.30	Tee- und Kaffeestunde	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2 & Restaurant Artania / Deck 3
18.00 - 20.30	Gala-Abendessen	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2 & Restaurant Artania / Deck 3 & Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
22.00 - 23.00	Late-Night-Snack	Harry's Bar / Deck 3
23.00 - 01.00	Wiener Würstchen	Pazifik Lounge / Deck 9

BARZEITEN

Harry's Bar	09.00 - 01.00	Deck 3
Casablanca Bar	10.00 - 01.00	Deck 3
Bodega Bar	20.00 - 24.00	Deck 3
Phoenix Bar	ab 09.00 (wetterabhängig)	Deck 4
Kopernikus Bar	10.00 - 18.00 (wetterabhängig)	Deck 8
Pazifik Lounge	08.30 - 01.00	Deck 9

ÖFFNUNGSZEITEN

Rezeption	24-Stunden		Deck 2	Tel. 2800
Bordreisebüro	09.30 - 12.30	15.30 - 16.30	Deck 2	Tel. 2881
Phoenix Information	09.30 - 12.30	15.30 - 16.30	Deck 2	Tel. 2904
Gold-, Silber-Service	09.30 - 11.00	15.30 - 16.30	Deck 3	Tel. 3801
Kreuzfahrtberatung	09.30 - 12.00	15.30 - 16.30	Deck 3	Tel. 3818
E-Bike Ausflüge	09.00 - 10.00		Deck 2	
Videoshop	09.00 - 09.30		Deck 3	Tel. 3820
Fotoshop	09.00 - 12.00	20.30 - 22.00	Deck 3	Tel. 3820
Boutique	09.00 - 22.30		Deck 3	Tel. 3803
SPA	08.00 - 20.00		Deck 9	Tel. 8992
Sauna Damen	08.00 - 10.30		Deck 9	
Sauna Herren	10.30 - 13.00		Deck 9	
Sauna gemischt		13.00 - 20.00	Deck 9	
Jacuzzi / Pool	06.30 - 20.00		Deck 8	
Schiffsarzt / Hospital	09.30 - 10.30	16.00 - 17.00	Deck 1	Tel. 1997
Notfall	24 Stunden			Tel. 2800

Ihr MS Artania Team wünscht Ihnen einen erholsamen Tag auf See!

