

Sonnenaufgang: 07.30 Uhr

Sonnenuntergang: 20.48 Uhr

AKTUELLES

ZEITUMSTELLUNG

Die Uhren an Bord wurden in der Nacht vom 12.02. auf den 13.02. **eine Stunde zurückgestellt.**



BILDER MIT IHREM KAPITÄN & KREUZFAHRTDIREKTOR

Auf **TV-Kanal 9** und dem Bildschirm im **Fotoshop / Deck 3** zeigt Ihnen Kameramann Alain alle Bilder des Fototermins mit Ihrem Kapitän & Ihrem Kreuzfahrtdirektor. Wenn Sie den **„Film dieser Reise“** bei Alain bestellen, kann er diese Sequenzen auf Wunsch mit in Ihren Reisefilm einpflegen. Außerdem können Sie mit dem entstandenen Erinnerungsbild eine schöne, **personalisierte Postkarte** von Ihrem Foto-Team / Deck 3 erstellen lassen.

BACKSTAGE FÜHRUNG MIT IHREM SHOWENSEMBLE

Werfen Sie am 15.02. nachmittags einen Blick hinter die Kulissen unseres Theaters, der Atlantik Show-Lounge. Erfahren Sie Details zu Bühnenbild, Requisiten, Kostümen, Garderobe, Make-Up, und zu allem, was zum echten Theaterbetrieb dazu gehört. Ihr Artania Showensemble lädt Sie ein und steht bereit für alle Fragen rund um ihre Shows, ihre Entstehung und Durchführung (begrenzte Teilnehmerzahl). Anmeldungen nimmt die Rezeption entgegen.

TAGESPROGRAMM

Donnerstag, 13. Februar 2025

Erholung auf See

VORMITTAGSPROGRAMM

- 08.30 **„Fit in den Tag!“** mit Dragan am Pool / Deck 9.
- 09.15 Bordkino / Deck 3: **„Bin ich angekommen?“**
Ihr Bordpfarrer **Raimund Blanke** lädt alle Gäste zu einer **ökumenischen Morgenandacht** ein.
- 09.15 **Stretching** mit Greta am Pool / Deck 9! Verbessern Sie Ihre Flexibilität, Ihre Kraft und Ihr allgemeines Wohlbefinden.
- 09.30 Lernen Sie **Line Dance Schritte** mit Anca an der Phoenix Bar / Deck 4.
- 10.05 **Shuffleboard** mit Julia auf Deck 5, achtern.
- 10.05 **Sitzgymnastik!** Auch im Sitzen kann man den gesamten Körper trainieren. Dragan zeigt Ihnen Übungen an der Kopernikus Bar / Deck 8.
- 10.05 Atlantik Lounge / Deck 3:
Rapa Nui und das Geheimnis der Osterinsel!
Die Osterinsel ist bekannt für ihre riesigen Steinfiguren, die Moai. Bis heute sind nicht alle Einzelheiten zu ihrer Bedeutung erforscht. Sind die Statuen „nur“ Abbildungen alter Häuptlinge? Wie wurden die tonnenschweren Kolosse ohne moderne technische Hilfsmittel zu ihren Zielpunkten befördert? Ihr Bordlektor **Uwe Lexow** ist all diesen Fragen nachgegangen und macht Sie mit den neuesten Erkenntnissen über die Moai vertraut. Dieser Vortrag wird auch auf TV-Kanal 15 übertragen.
- 11.00 **Bodyforming!** Kräftigen Sie einmal alles von Kopf bis Fuß mit Dragan am Pool / Deck 9.
- 11.00 **Wer weiß denn sowas?** Testen Sie Ihr Wissen bei Julia in der Casablanca Bar / Deck 3. Bitte bringen Sie einen Stift mit.
- 11.00 Casablanca Bar / Deck 3: Treffen Sie Ihren Bordpfarrer **Raimund Blanke** zum persönlichen Gespräch.
- 11.15 Pichler's / Deck 3: **Maurice Lacroix Präsentation**
Eine Maurice Lacroix Uhr ist mehr als nur ein Zeitmesser. Die Handfertigung jedes einzelnen Stückes basiert auf der zeitlosen Qualität Schweizer Uhren Tradition. Entdecken Sie bei uns die Welt von Maurice Lacroix, und überzeugen Sie sich selbst von handwerklichen Können und der erstklassigen Qualität dieser einzigartigen Zeitmesser bei Doreen aus der Boutique!



ARTANIA

11.15 Bordkino / Deck 3: **Seeluft – Atemenergie vom Feinsten!**
Achtsamkeit für eine der größten Energiequellen, das Atmen. Heute steht die Praxis im Vordergrund: einfache Atemübungen für Reise und Alltag. Ein kurzer Einblick in die Theorie komplettiert diesen interessanten Workshop von **Gabi Ganser**.

11.50 **Aperitif-Spiel!** Treffen Sie sich zu einem schnellen Spiel mit Julia in der Casablanca Bar / Deck 3.

NACHMITTAGSPROGRAMM

13.45 **Skat-Turnier - Tag 3/3!** Alle Skat-Freunde treffen sich im Pichler's / Deck 3!

14.00 **Kartenspieler-Treff!** Treffen Sie sich auf die ein oder andere Partie in der Bibliothek / Deck 3.

14.30 Bordkino / Deck 3: **Die feinstofflichen Körper**
Sie leben nicht nur in Ihrem Körper, Ihre Seele umgibt Sie auch in mehreren feinstofflichen Ebenen. Heute beschreibt Ihnen **Chai Min Werner** die unterschiedlichen Qualitäten und Eigenschaften und ermöglicht Ihnen, über die Meditation Ihre feinstofflichen Körper bewusst zu erleben.

15.00 Pazifik Lounge / Deck 9: Der **Gästechor** trifft sich zu einer weiteren Probe mit **Ramon!**

15.00 **Jakkolo!** Spielen Sie das beliebte holländische Brettspiel mit Julia in der Casablanca Bar / Deck 3.

15.00 **Dart 301!** Lassen Sie die Pfeile fliegen mit Dragan auf Deck 5, achten.

15.30-16.30 Lido Buffet-Restaurant / Deck 8: **Tee- und Kaffeestunde!**

15.30-16.30 Kopernikus Bar / Deck 8 (wetterabhängig):

Piña Colada Crêpes!

Ihr Pâtisserie-Team hat heute köstliche **Crêpes** mit **karamellisierter Ananas**, **Piña Colada Sauce** und **Eis** frisch für Sie zubereitet! Genießen Sie dazu einen **Tropical-Shake** für € 3,50 (alkoholfrei) oder mit Schuss für € 4,90.

16.00 **Bingo, Bingo, Bingo** mit Kristin & Julia in der Casablanca Bar / Deck 3
Eine Karte kostet € 5,-. Bitte bringen Sie Bargeld (kleine Scheine) mit.

16.00 **Shuffleboard-Treff** - Treffen Sie Mitspieler auf Deck 5, achten.
Bitte bringen Sie Zettel und Stift mit, um sich die Punkte zu notieren.

16.00 **Walk a Mile & Reling-Gymnastik!** Trainieren Sie mit Dragan Ihre Ausdauer und gesamte Muskulatur. Los geht's an der Phoenix Bar / Deck 4.

17.00 Atlantik Lounge / Deck 3 (steuerbord): **Anmeldung zur Gästeshow!**
Haben Sie Interesse bei einer Show für Gäste aktiv mitzuwirken? Möchten Sie singen, tanzen oder die Zuschauer zum Lachen bringen? Bei Christopher können Sie sich heute anmelden.

17.00 **Mobilisationstraining!** Dragan zeigt Ihnen am Pool / Deck 9 effektive Übungen für mehr Beweglichkeit im Alltag. Bitte bringen Sie ein Handtuch und eine Matte aus dem Fitnessraum mit.

17.15 **Soft-Boccia!** Julia lädt Sie herzlich zu einer Partie am Pool / Deck 9 ein.

17.30 **Torwand-Schießen** (wetterabhängig)! Stellen Sie Ihr fußballerisches Talent unter Beweis und gewinnen Sie einen Aperitif! Klaus & Wanda freuen sich auf Sie an der Phoenix Bar / Deck 4.



TAGESCOCKTAILS

Phoenix Fresh (alkoholisch)
zum Preis von nur € 4,50
(Smirnoff Vodka, Martini Bianco,
Blue Curaçao, Limettensaft,
Sprite)

Florida (alkoholfrei)
zum Preis von nur € 3,50
(Grenadine, Limetten-, Ananas,
Orangen-, Maracuja-, Pink
Grapefruitsaft, Kokossirup)

DIGESTIF

Metaxa für € 4,-

LATE-NIGHT-SNACK

Heute gibt es in Harry's Bar /
Deck 3 von 22.00 - 23.00 Uhr
gebackene **Mozzarella Sticks!**

FERNSEHEN

Informationen zum Tagespro-
gramm, Kinoprogramm sowie zu
den fortlaufenden Filmen im TV
entnehmen Sie bitte TV-Kanal 3.

Kanal 1: **Cruise Show**

Kanal 2: **Sicherheitsvideo**

Kanal 4: **Dokumentation**

Kanal 5-7: **Spielfilme**

Kanal 8: **Hinter den Kulissen**

Kanal 9: **Bilder mit dem Kapitän**

Kanal 11: **CNN** (englisch)

Kanal 12: **E-Entertainment** (engl.)

Kanal 13: **Universal Movies** (engl.)

Kanal 14: **Tagesschau** (vom Vortag)

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE?

MS Amadea

Bay of Islands / Neuseeland

MS Amara

Ilhabela / Brasilien

MS Deutschland ist ab 22.04.
wieder für Phoenix im Einsatz.

PROGRAMM AM ABEND

20.00-23.00 Harry's Bar / Deck 3: **Wolfgang Kick** unterhält Sie am Piano.

20.00-23.00 Casablanca Bar / Deck 3: **Margaux Fouché** und die
Artania Show Band spielen für Sie Lounge-Musik.

21.00-00.00 Pazifik Lounge / Deck 9: „**Schlager-Nacht!**“
Tanzen Sie zu bekannten Schlager-Klassikern,
live gespielt von Ihrer „**Elena Band!**“

21.15 Atlantik Lounge / Deck 3:



Diese Show wird auch auf TV-Kanal 15 übertragen.
Ihr Barteam empfiehlt Ihnen den Cocktail „**Loveberry Spritz**“ für € 5,40!

BENUTZUNG DER HANDTÜCHER

Sie finden auf Ihrer Kabine neben den weißen Kabinen-handtüchern ein
großes türkisfarbenes Handtuch p.P.. Dieses ist für die Benutzung an Bord
vorgesehen, z.B. auf Ihrem Balkon, an den Pools oder im Fitnessraum.
Handtücher im SPA-Bereich sind ausschließlich für die Benutzung im SPA
bzw. der Sauna vorgesehen!

HYGIENE AN BORD

Um den Hygienestandard an Bord zu sichern, bitten wir Sie weiterhin um
regelmäßiges Händewaschen und die vor den Restaurants und an den
Gangways angebrachten Behälter mit Desinfektionsmittel zu nutzen.

PRIVATE ÜBERLANDTOUREN

Wenn Sie während Ihrer Reise private Überlandtouren planen, das heißt, das
Schiff für eine private Weiterreise an Land für ein oder mehrere Nächte verlas-
sen, bitten wir Sie unbedingt, dies spätestens eine Woche vorher an der Re-
zeption mitzuteilen. Dies ist sehr wichtig, um rechtzeitig die behördlichen
Formalitäten vorzubereiten und abzuwickeln.

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DEN ABEND

sportlich-elegant

ARTANIA SPA / DECK 9

Olaplex - das Original!

Überraschen Sie sich mit verbesserter Haarqualität, repariertem Haar, länger anhaltenden Farben und drastisch reduziertem Haarbruch. Repariert Haar – stärker, gesünder und glänzender als jemals zuvor. Der Preis für die Behandlung beginnt bei € 20,- für kurzes Haar bis € 40,- für langes Haar.

BOUTIQUE / DECK 3

Doreen aus der Bordboutique präsentiert heute um 11.15 Uhr in der Casablanca Bar die Maurice Lacroix Kollektion!

VORAUSSICHTLICHE AUSFLUGSZEITEN

Im kostenlosen **Bordportal** unter „Ausflugsinformationen“ können Sie sich über die voraussichtlichen Ausflugszeiten der kommenden Tage informieren. Bitte beachten Sie, dass es immer zu kurzfristigen Änderungen kommen kann. Die **finalen Treffpunktzeiten** entnehmen Sie bitte immer dem **Tagesprogramm**, welches Sie am Vorabend auf die Kabine erhalten.

RESERVIERUNGEN FÜR DAS RESTAURANT PICHLER'S

Bei Restaurantleiterin Gülten können Sie heute im Pichler's / Deck 3 von **12.00 - 12.30 Uhr** eine **Reservierung** für das Spezialitäten-Menü vornehmen.

RESTAURANT-EINLASSZEITEN

06.30 - 08.00	Kaffeestation	Phoenix Bar / Deck 4
07.00 - 07.30	Early Bird	Pazifik Lounge / Deck 9
	 Frühstücks-Spezial: Bestellen Sie heute auf Wunsch in allen Restaurants ein leckeres „ Toast Hawaii “!	
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	Bouillon & Kaltschale	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	Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
15.30 - 16.30	Piña Colada Crêpes	Kopernikus Bar / Deck 8
18.00 - 20.30	Abendessen	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2 & Restaurant Artania / Deck 3 & Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
18.00 - 19.00	Spezialitäten-Menü	Pichler's / Deck 3 (nur mit Reservierung)
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
Phoenix Bar	ab 08.30 (wetterabhängig)	Deck 4
Kopernikus Bar	11.00 - 18.00 (wetterabhängig)	Deck 8
Pazifik Lounge	09.00 - 01.00	Deck 9

ÖFFNUNGSZEITEN

Rezeption	24-Stunden		Deck 2	Tel. 2800
Bordreisebüro	09.30 - 12.30	16.30 - 18.00	Deck 2	Tel. 2881
Phoenix Information	09.30 - 12.30	16.30 - 18.00	Deck 2	Tel. 2904
Gold-, Silber-Service	09.30 - 12.30	16.30 - 18.00	Deck 3	Tel. 3801
Kreuzfahrtberatung	09.30 - 12.30	16.30 - 18.00	Deck 3	Tel. 3818
Bike & Wander-Touren	09.30 - 10.00		Deck 2	(im Foyer)
Videoshop		20.30 - 21.00	Deck 3	Tel. 3820
Fotoshop	09.00 - 12.00	16.00 - 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 Herren	08.00 - 10.30		Deck 9	
Sauna Damen	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	17.00 - 18.00	Deck 1	Tel. 1997
Notfall	24 Stunden			Tel. 2800

Ihr Artania Team wünscht Ihnen einen angenehmen Tag auf See!

