

SONNENAUFGANG

04.39 Uhr

SONNENUNTERGANG

22.42 Uhr

AMADEA RESTAURANT HINWEIS

Das Abendessen im Restaurant Amadea wird heute in Buffetform angeboten.

GRÖNLÄNDISCHE KÜCHE

Die grönländische Küche ist stark von der traditionellen Inuit-Kultur geprägt und basiert auf lokalen Zutaten, wobei Fleisch und Fisch im Mittelpunkt stehen. Das **Nationalgericht** ist die **Suaasat**, eine kräftige Suppe aus Robben-, Wal-, Rentier- oder Vogelfleisch, oft ergänzt durch Kartoffeln, Reis oder Gerste. Ein zentrales Ritual ist der **Kaffemik**, eine offene Kaffee-Einladung zu Festen mit Kuchen und Snacks. Der grönländische Kaffee ist ein starker Cocktail aus Kaffee, Whisky, Kahlúa, Grand Marnier und Schlagsahne.

BUCHUNGSFORMULAR

Mit diesem Tagesprogramm erhalten Sie Ihre Buchungsformulare bis zum Ende der Reise. Bitte kontrollieren Sie Ihre Ausflüge auf Vollständigkeit und gleichen Sie ggf. Ihre Ausflugs-Codes (A / B / C) ab, wenn Sie mit Freunden / Bekannten gemeinsam auf Ausflug gehen möchten.

TAGESPROGRAMM

Sonntag, 02. August 2026

Erholung auf See

FRÜHSTÜCKS-SPEZIAL

Heute offeriert das Küchenteam in unseren Restaurants neben dem regulären Frühstücksbuffet auch einen leckeren **Sacher Palatschinken**. Bestellen Sie gerne bei Ihrem Frühstückskellner.

- 08.00 Atlantik Show-Lounge / Deck 6: „**Bauch-Beine-Po Training**“ mit **Tanja**. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.
- 09.00-09.30 Atlantik Show-Lounge / Deck 6: „**Stärken Sie Ihre Körpermitte und Ihren Beckenboden**“ mit **Tanja**. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit und denken Sie an festes Schuhwerk.
- 09.15 **Vista Lounge / Deck 10: Sonntags-Gottesdienst** zum Thema „**Steh auf und verändere!**“ mit Ihrem **Bordgeistlichen Heino Masemann**. Musikalische Begleitung: Bordpianist **Alexander Raytchev**
- 09.30 Kopernikus Bar / Deck 9: „Das Runde muss in das Eckige“- **Jakkolo mit Diane**.
- 10.05 Atlantik Lounge / Deck 6 & 7:
Wissenswertes und Tipps zum Aufenthalt in Sisimiut
Sisimiut, von vielen Gästen oftmals als die authentischste Stadt auf Grönland angesehen, bietet seinen Besuchern neben Einblicken in den „normalen Alltag“ einen liebevoll restaurierten Kolonialbereich, der wie ein Museumsdorf Einblicke in die Vergangenheit gewährt. Wertvolle Tipps zur Gestaltung Ihres Aufenthaltes vor Ort erhalten Sie von unserer **Lektorin Marita Basalla**, denn: „Man sieht nur das, was man kennt“.
- Dieser Vortrag wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen.*
- 10.30 Schieben Sie die Scheiben beim **Shuffleboard mit Diane**. Treffpunkt ist am Shuffleboardfeld / Deck 7, Steuerbordseite.
- 11.00 **Der MS Amadea Chor** trifft sich mit Bord-Pianist **Alexander Raytchev** in der **Vista Lounge / Deck 10**.
- 11.00 Jamaica Raum / Deck 7: **WORKSHOP SEXTANT TEIL 4** (mit vorheriger Voranmeldung) mit **Dipl. Physiker Andreas Helmich**.
- 11.15 „**Sitzgymnastik**“ mit **Tanja**. Wir treffen uns in der Kopernikus Bar / Deck 9. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.



- 14.00 Bordkino / Deck 6, mittschiffs: **„Wenn der Himmel brennt“ - Polarlichter**, wie sie entstehen, wie man sie findet. Wir haben während dieser Reise eine Chance Polarlichter zu sehen. Ein Informationsvortrag von **Ralf Seidl** Ihrem Multimediaexperten.
- 14.45 Jamaica Raum / Deck 7: **„Kreativer Dank“** aus Draht und bunten Perlen! **Gestalten Sie mit Diane** ein selbstgemachtes Mitbringsel in Herzform für Ihre Blumengießer, Katzenfütterer oder die Enkelkinder.
- 15.00 **„Linedance“ mit Tanja**. Auch diese Choreographie eignet sich für Anfänger. Treffpunkt ist in der Atlantik Show-Lounge / Deck 6.
- 15.30-16.30 Im Restaurant Amadea & am Pool / Deck 8: ***Apfelkuchen & Eis***
Kosten Sie zur heutigen Tee- und Kaffeestunde Apfelkuchen „wie bei Oma“. Dazu wird Vanille-, Schokoladen- und Rum-Rosinen-Eis gereicht. Das Bar-Team offeriert dazu **Grönland Kaffee** (Whiskey, Kahlua, Grand Marnier) für € 5,90.
- 16.00 Bibliothek / Deck 9: **Barbara Lechner** freut sich auf alle Teilnehmer des **Ukulele Kurs Teil 4** (mit Voranmeldung).
- 16.00 Bordkino / Deck 6, mittschiffs: **„Fremde Lasten ablegen“** - Sie haben das Gefühl Dinge mit sich herum zu tragen, die nicht von Ihnen sind? **Chai Min Werner** ermöglicht Ihnen heute, über die Meditation fremde Lasten von Ihren Schultern zu nehmen.
- 17.00 **„Spezial Bingo“** in der Harry's Bar / Deck 6! 4 Karten für den Preis von € 15. **Diane und Tanja** freuen sich auf Ihr Kommen.

MAGIC BAG

Lassen Sie Ihre Wäsche waschen und schrankfertig bügeln. Füllen Sie einen Wäschebeutel, den Sie auf Ihrer Kabine vorfinden, und bezahlen Sie nur **€ 30,-**. Einfach den Wäschebeutel und die ausgefüllte Wäscheliste auf das Bett legen und Ihr Kabinensteward kümmert sich um alles Weitere. Die Rücklieferung erfolgt innerhalb von 48 Stunden. **Dieses Angebot ist heute 02.08., 08.08. und 13.08. gültig.**

TV KANÄLE

Sollten wir die Satelliten Verbindung verlieren und somit auch keine TV Kanäle mehr empfangen können, bieten wir Ihnen folgende Programme an:

Kanal 1-10	Bord TV Kanäle (Cruise Show, Sicherheits Video, Bordportal etc.)
Kanal 11	Das Erste (es wird versucht, diesen Kanal über das Internet zu streamen)
Kanal 12	ZDF (es wird versucht, diesen Kanal über das Internet zu streamen)
Kanal 13	Tagesschau 24 (es wird versucht, diesen Kanal über das Internet zu streamen)
Kanal 14	Sat1 (es wird versucht, diesen Kanal über das Internet zu streamen)
Kanal 15	RTL (es wird versucht, diesen Kanal über das Internet zu streamen)
Kanal 16	Grönland Dokumentationen
Kanal 17	Drohnen Aufnahmen Grönland



ABEND

BEKLEIDUNGSHINWEIS FÜR DEN ABEND

Leichte Eleganz

BEKLEIDUNGSHINWEIS FÜR EIN ABENDESSEN IM RESTAURANT PICHLER'S Elegant

TAGESCOCKTAILS

Tequila Sunrise *alkoholisch*

(Tequila Sierra Silver,
Grenadine, Orangensaft)
zum Preis von nur € 4,70

Ocean Spray *alkoholfrei*

(Blue Curaçao, Maracuja-,
Zitronen- & Grapefruitsaft)
zum Preis von nur € 3,70

DIGESTIF

Genießen Sie nach dem
Abendessen einen
D.O.M Benedictine (4cl)
zum Preis von nur € 3,50.

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG

Probieren Sie den Cocktail

Neptun Nektar

(Vodka, Apricot Brandy,
Maracujasaft, Grenadine)
zum Preis von nur € 5,90.

LATE NIGHT SNACK

22.00 – 22.30 Uhr
am **Pool / Deck 8**
gibt es heute

Chili Hackbällchen

KOPERNIKUS-WÜRSTCHEN

22.30 - 01.00 Uhr
In der Kopernikus Bar auf
Deck 9 können Sie sich
stärken. Bitte fragen
Sie das Barpersonal.

21.00 Am Pool / Deck 8 und auf Deck 9 achten (wetterabhängig):

POLARTAUFE

Der Polargott, Wächter über den Polarkreis
und das Polarmeer

und sein Gefolge kommen an Bord!

Alle von irdischem Staub Beschmutzten werden
untersucht, gestempelt, mit lauterem Wasser
gereinigt und in sein eisiges Reich eingelassen,
sofern sie für würdig befunden werden!

Im Anschluss **tanzen und feiern** wir weiter zu
flotter Musik von **DJ DOC** bei der

Polar Party

auf Deck 8 und 9 achten.

Das Bar-Team empfiehlt Ihnen heute Glühwein, Grog,
heißen Aperol, Lumumba & heiße Schokolade
zum Spezialpreis.

Ihre Kreuzfahrtberatung / Deck 6 informiert Sie: „Weinzauber entlang der Mosel“

ALE416 | 7 Tage | 09.10.2027 - 16.10.2027

Neben herrlicher Landschaft erwartet Sie eine Zeitreise in die Geschichte der Mosel, gespickt mit interessanten Geschichten. In Braubach besuchen Sie eine der schönsten Burgen Deutschlands, die Marksburg. Auf der Straße der Römer reisen Sie auf der Mosel von Koblenz bis zur Kaiserstadt Trier. Auf einem Zwischenstopp in Cochem bietet sich die Möglichkeit zur Weinprobe. In Trier erwartet Sie die Porta Nigra, das berühmteste Bauwerk und Wahrzeichen der Stadt. Die Mosel ist von einer der schönsten deutschen Landschaften umgeben und untrennbar mit der deutschen Weingeschichte verbunden. Erfahren Sie in Bernkastel-Kues mehr über den Bernkasteler Doctor Wein. Im als Weltkulturerbe geschützten romantischen Rheintal kreuzen Sie vorbei an steilen Weinbergen, romantischen Winzerdörfern, trutzigen Burgen und dem berühmten Loreley-Felsen.



BOUTIQUE / DECK 6

In unserem Shop auf Deck 6 geht es wieder rund: mit unserem **Glücksrad**. Kommen Sie vorbei und freuen Sie sich auf attraktive Sofortgewinne.

AMADEA SPA / DECK 10

Brauen & Wimpern färben

Bei der Schönheitsbehandlung „Brauen & Wimpern färben“ werden die Wimpern mit einer speziellen Haut- und augenfreundlichen Farbe gefärbt, um das Auge mit dichten und dunklen Wimpern zu umrahmen. Harmonisch gefärbte Augenbrauen lassen die Augen zusätzlich strahlen.

Entspannungszeit:
25 Minuten, € 25,00

GRÖNLÄNDISCHE TRADITIONEN

sind eine lebendige Mischung aus jahrtausendealter Inuit-Kultur und dänischen Einflüssen, die stark von der Arktis und dem Gemeinschaftsgefühl geprägt sind. Der Trommeltanz (Quilaatersorneq) & der Maskentanz sind zentrale Elemente. Der Trommeltanz, der zur Konfliktlösung, Unterhaltung und schamanistischen Praktiken diente, wurde 2021 in das UNESCO-Weltkulturerbe aufgenommen. Der Maskentanz, bei dem Tänzer Gesichter in Schwarz, Weiß und Rot bemalen, dient der Unterhaltung in den langen Winternächten.

ÖFFNUNGSZEITEN

Rezeption / Notfall	durchgehend geöffnet	Tel. 2800	Deck 5
Phoenix Information	09.30 – 12.30 16.30 – 18.00		Deck 5
Kreuzfahrtberatung	09.30 – 12.30 16.30 – 18.00		Deck 6
Gold-/Silber-Service	09.30 – 12.30	Tel. 3801	
Schiffsarzt / Hospital	09.30 – 10.30 17.00 – 18.00		Deck 6
Bordboutique	09.00 – 22.00	Tel. 3803	Deck 6
Fotoshop	10.00 – 11.30 16.00 – 17.30 20.00 – 21.00	Tel. 1893	Deck 7
Videoshop	Kadek ist morgen wieder für Sie da.	Tel. 1893	Deck 7
Amadea Spa	08.00 – 20.00	Tel. 8992	Deck 10
Sauna	08.00 – 20.00		Deck 10
Fitnessraum	24 Std. mit Sportkleidung (T-Shirt, Hose, Schuhe)		Deck 10
Pool & Jacuzzi	07.00 – 19.00		Deck 8

KULINARISCHES

Tee- & Kaffeestation	06.30 – 08.00	Jupiter Bar	Deck 9
Kleines Frühstück	06.30 – 10.00	Harry's Bar	Deck 6
Frühstücksbuffet	08.00 – 10.00	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
Frühstücksbuffet	08.00 – 10.00	Restaurant Amadea	Deck 8
Spätes Frühstück	10.00 – 10.30	Restaurant Amadea	Deck 8
Für den kleinen Hunger	10.30 – 18.00	Harry's Bar	Deck 6
Bouillon	11.00 – 11.30	Pool	Deck 8
Mittagsservice	12.30 – 14.00	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
Mittagsbuffet	12.30 – 14.00	Restaurant Amadea	Deck 8
Tee- & Kaffeestunde	15.30 – 16.30	Restaurant Amadea	Deck 8
Abendessen	18.00 – 20.30	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
Buffet Abendessen	18.00 – 20.30	Restaurant Amadea	Deck 8
Spezialitäten-Menü	18.30	Restaurant Pichler's	Deck 8
Late Night Snack	22.00 – 22.30	Am Pool	Deck 8
Kopernikus-Würstchen	22.30 – 01.00	Kopernikus Bar	Deck 9

BARZEITEN

Harry's Bar	ab 09.00		Deck 6
Havanna Club		19.00 – 24.00	Deck 7
Kopernikus Bar	ab 09.00		Deck 9
Jupiter Bar	ab 09.00	(wetterabhängig)	Deck 9
Vista Lounge	10.00 – 24.00		Deck 10

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE HEUTE?

MS Artania	Lerwick (Shetland Inseln) / Schottland / Großbritannien
MS Amara	Auf See, Kurs Klaipeda / Litauen
MS Deutschland	Heimaey / Westmänner Inseln / Island

Ihr Amadea-Team wünscht Ihnen einen weiteren angenehmen Tag an Bord.