

SONNENAUFGANG

05.55 Uhr

SONNENUNTERGANG

21.32 Uhr

RESTAURANT PICHLER'S

Bei Interesse an einem Tisch in unserem Spezialitäten-Restaurant melden Sie sich heute gern bei Ihrem Oberkellner **Alvin** zwischen **09.30 und 10.00 Uhr** vor dem Restaurant Pichler's / Deck 8 an.

„AUF EIN WORT“

Heute zeigen wir Ihnen auf Kanal 8 ein letztes Mal die Informationssendung „Auf ein Wort“ Ihrer Kreuzfahrtleitung mit Informationen über das Schiff & das Leben an Bord (ca. 20 Minuten).

BORDPORTAL

(ama.bordportal.de)

Kennen Sie schon das Bordportal auf Ihrem Smartphone? Dort können Sie z.B. die Tageszeitung, das Tagesprogramm, die Menüs und Landgangsinformationen einsehen. Außerdem sehen Sie die leitenden Offiziere, das Phoenix Team sowie die Künstler dieser Reise. Wählen Sie das WLAN „Amadea“ aus und klicken Sie dann auf das oben erscheinende grüne Feld „Zum Bordportal“. **Tipp:** Eine Erklärung zum Bordportal finden Sie fortlaufend auf TV-Kanal 3 (ca. 10 min.).

TAGESPROGRAMM

Mittwoch, 19. August 2026

Erholung auf See

- 08.00 Atlantik Show-Lounge / Deck 6: **Frühsport mit Tobi.**
- 09.00 Beweglich bleiben und zur Ruhe kommen mit **Stretch & Relax**. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit. **Tobi** empfängt Sie in der Atlantik Show Lounge auf Deck 6.
- 09.15 In der Vista Lounge / Deck 10: Ökumenisches **Morgengebet** zum Thema „Der Herr ist mein Hirte - Ruhe finden in Gottes Nähe“ mit Ihrem **Bordgeistlichen Duc Thien Nguyen**.
Musikalische Begleitung: Bord-Pianist **Sebastian Rodriguez**
- 09.30 Raten Sie mit beim **Morgen-Quiz** „Norwegen Edition“ mit **Sophia** in der Harry's Bar / Deck 6.
- 10.05 Atlantik Lounge / Deck 6 & 7:
„Eine Norwegen-Reise auf den Spuren von Sophos Tromholt“
Sophus Tromholt war ein Naturforscher, ein leidenschaftlicher Nordlicht-Fan, ein Hobby Fotograf sowie ein begnadeter „Reiseschriftsteller“. Sein Buch „Unter den Strahlen des Nordlichts“ (ca. 1880) ist leider im deutschen Raum nie erschienen und daher komplett unbekannt. Es beschreibt seine Reise von Bergen zum Nordkap – witzig, begeisternd und auch ironisch. Ein bisschen wie Mark Twain... Text-Passagen seines Buches plus weiterführende Erklärungen unserer **Lektorin** bilden den „sprachlichen“ Vortrag. On top spannend ist jedoch, dass **Petra Clamer** auch viele erste Fotografien aus jener Zeit zeigen kann. Sowohl von ihm (Teile seiner Fotos sind UNESCO Weltkulturerbe) als auch von Knut Knudsen, einem weiteren norwegischen Foto-Pionier.
Dieser Vortrag wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen.
- 10.30 Die Bälle fliegen beim **Tischtennis** im Asuka Raum / Deck 9 mit **Sophia**.
- 11.00-12.00 **Auf den Außendecks 8 & 9, achtern** (wetterabhängig):
- MARITIMER FRÜHSCHOPPEN**
Das Küchenteam hat für Sie ein Buffet mit maritimen Köstlichkeiten vorbereitet. Das Barteam bietet dazu ein Glas Champagner für je € 8,50 an. **Musikalische Untermalung:** Ihr Allrounder **Tony Pearl**.
- 12.15 **Aperitif-Spiel** mit **Sophia** in der Kopernikus Bar / Deck 9.



NACHMITTAG

- 14.45 Die Pfeile fliegen beim **DARTS** mit **Sophia** an der Jupiter Bar / Deck 9.
- 15.00 **Tuchbindeshow** in der Bordboutique / Deck 6. Bringen Sie gerne Ihr eigenes Tuch mit.
- 15.00 Auch im Sitzen kann trainiert werden. Wie dies genau funktioniert, zeigt Ihnen **Tobias** bei der **Sitzgymnastik**. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit. Treffpunkt ist in der Kopernikus Bar auf Deck 9.
- 15.30-16.30 Im Restaurant Amadea / Deck 8: *Erdbeer –Himmel*
Unser Pâtisserie-Team hat für Sie köstliche Erdbeer-Spezialitäten zubereitet.
Probieren Sie dazu einen **Erdbeer Milchshake** für € 3,60 und mit Schuss für € 4,90.
- 15.45 „Das Runde muss ins Eckige“ beim **Jakkolo** mit **Sophia** in der Kopernikus Bar / Deck 9.
- 16.00 Bordkino / Deck 6, mitschiffs: **„Leben essen – sauer macht lustig und eine schöne Haut!“**
Heute hören Sie, welchen Einfluss der saure Geschmack auf die Haut und damit auf Wohlbefinden haben kann. Lernen Sie den Blickwinkel der chinesischen Medizin für die saure Geschmacksrichtung kennen: warum nutzt die TCM (traditionelle chinesische Medizin) sauren Geschmack präventiv vor der Erkältung, während der Westen „heiße Zitrone“ als ein probates Heilmittel während der Erkältung sieht? Nehmen Sie aus dem Vortrag von **Gabi Ganser** neue Erkenntnisse mit in Ihren (Urlaubs)Alltag.
- 16.30 Spielen Sie eine Runde **Bingo** mit **Sophia & Tobi** in der Harry's Bar auf Deck 6.
Ein Spielschein kostet 5 Euro. Bitte bringen Sie Kleingeld mit.

FREIE KABINEN

Auf der aktuellen Reise stehen einige Kabinen in höheren Kategorien zur Verfügung.

Heute haben Sie **zwischen 10.00 Uhr und 12.00 Uhr** die Möglichkeit, diese Kabinen zu besichtigen:

Kabinen 102 & 129, Kategorie T+ (2-Bett Junior Suite mit Balkon, Lido-Deck)

Kabine 908, Kategorie U2 (2 Bett Suite mit Balkon, Gold Status)

Die Kabinen sind mit Luftballons in den Gängen gekennzeichnet. Bei Interesse an einem kostenpflichtigen Upgrade melden Sie sich bitte bei **Rico** zu den Öffnungszeiten an der Phoenix-Information / Deck 5.

AURORA BOREALIS

Die geringe Chance, in den kommenden Nächten **Polarlichter** zu sehen, ist durchaus gegeben.

Um das spektakuläre Erlebnis nicht zu verpassen, können Sie sich an der Phoenix Information / Rezeption / Deck 5 in eine Weckrufliste eintragen. Diese wird aktiviert, sobald Polarlichter zu sehen sind. Ihr Telefon wird klingeln und Sie hören eine kurze Weckruf Ansage „Polarlichter zu sehen“.

Und jetzt heißt es Daumen drücken 😊

TV-EMPFANG

Bitte beachten Sie, dass es innerhalb der norwegischen Fjordwelt zu Störungen des Satellitenempfangs kommen kann und dadurch TV Kanäle und Internetverbindungen betroffen sein können.

GUT ZU WISSEN....

Die weiteren Gala Abende sind für den 26.08. und 01.09. geplant.



ABEND

BEKLEIDUNGSHINWEIS FÜR DEN ABEND

Leichte Eleganz

BEKLEIDUNGSHINWEIS FÜR EIN ABENDESSEN IM RESTAURANT PICHLER'S Elegant

TAGESCOCKTAILS

Cosmopolitan alkoholisch

(Vodka, Triple Sec,
Limetten- & Cranberrysaft)
zum Preis von nur € 4,70

Coco Loco alkoholfrei

(Maracuja- & Orangensaft,
Kokos Sirup, Sahne)
zum Preis von nur € 3,70

DIGESTIF

Genießen Sie nach dem
Abendessen einen
Jägermeister (4cl) zum
Preis von nur € 3,50.

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG

Probieren Sie den Cocktail
Sex on the Beach
(Orangen- & Cranberrysaft,
Vodka und Peachtree Likör)
zum Preis von nur € 6,20.

ABENDSNACK

In Harry's Bar / Deck 6
gibt es heute von
18.30 - 23.00 Uhr
Mini Cheeseburger

KOPERNIKUS-WÜRSTCHEN

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

Ab 20.00 In **Harry's Bar / Deck 6:**

Ihr Allrounder **Tony Pearl**

unterhält Sie mit internationalen Hits vor und nach der Show.

Ab 20.00 Uhr in der Vista Lounge / Deck 10:

Canciones de amor

Ihr Bordpianist **Sebastian Rodriguez** spielt für Sie am Flügel

21.00 Uhr **Atlantik Lounge auf Deck 6 & 7:**



Das **Amadea Showensemble** lädt Sie heute zu einem Konzert
mit den Songs der britischen Pop/Rock-Royals ein.
Freuen Sie sich auf die Hits von Elton John, Queen, Amy Winehouse,
The Beatles, David Bowie, Adele, Phil Collins, The Rolling Stones u.v.m.

Diese Abend-Show wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen.

21.15 In der Vista Lounge / Deck 10:

Smoke gets in your Eyes

Hören Sie schwungvolle Rhythmen und rauchige Jazzballaden
von Ihrem **Duo JazzAffair**.

BORDBÜCHER

Wenn Sie im Besitz eines Bordbuches sind, können Sie dieses an der Phoenix
Information / Deck 5 abgeben. Das Bordbuch wird mit dem Routenstempel versehen
und von Ihrem Kapitän & Ihrer Kreuzfahrtdirektorin unterschrieben.
Wer noch kein Bordbuch hat, kann dieses für € 6,- an der Phoenix Information
erwerben.

BOUTIQUE / DECK 6

Tücher & Schals

Lässig geschlungen, kunstvoll geknotet oder einfach nur wärmend - Wir sind verliebt in die praktische und dekorative Vielfalt, die uns Tücher und Schals bieten. Nur heute erhalten Sie 10% Rabatt auf unser Tüchersortiment.

AMADEA SPA / DECK 10

Perfekte Nägel mit langanhaltendem Glanz – Unser Gel-Lack macht's möglich.

Erleben Sie moderne Nagelpflege, die nicht nur wunderschön aussieht, sondern auch besonders langlebig ist. Unser Gel-Lack verleiht Ihren Nägeln einen intensiven Glanz und eine perfekte Oberfläche, die bis zu zwei Wochen oder auch länger hält - schnell, präzise und sofort trocken – für rundum gepflegte Hände.

Ideal für alle, die sich dauerhaft schöne Nägel wünschen.

FOTO SHOP / DECK 7

Auch auf dieser Kreuzfahrt haben Sie die Gelegenheit ein Fotobuch Ihrer Reise zu erwerben. Bestellen Sie Ihr Fotobuch bis heute, 19.08. und erhalten Sie 10 % Rabatt. Für mehr Informationen besuchen Sie gerne unser Foto Team.

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 16.30 – 18.00	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 20.30 – 21.30	Tel. 1893	Deck 7
Videoshop	20.00 – 21.00	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
Maritimer Frühschoppen	11.00 – 12.00	Lidodeck / 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
Abendessen	18.00 – 20.30	Restaurant Amadea	Deck 8
Spezialitäten-Menü	18.30	Restaurant Pichler's	Deck 8
Abendsnack	18.30 – 23.00	Harry's Bar	Deck 6
Kopernikus-Würstchen	22.30 – 01.00	Kopernikus Bar	Deck 9

BARZEITEN

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

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE HEUTE?

MS Artania	Auf See, Kurs Prins Christian Sund / Grönland / Dänemark
MS Amara	Arendal / Norwegen
MS Deutschland	Ferrol / Spanien

Ihr Amadea-Team wünscht Ihnen einen entspannten Tag an Bord.