



TAGESPROGRAMM

Dienstag, 01. September 2026

Erholung auf See

SONNENAUFGANG

06.00 Uhr

SONNENUNTERGANG

20.44 Uhr

LETZTMALIGE MÖGLICHKEIT ZUR KARTEN-REGISTRIERUNG

Möchten Sie Ihre Bordrechnung am Ende dieser Reise mit Kreditkarte bzw. deutscher Girocard / EC-Karte bezahlen? Dann kommen Sie bitte **heute, 01.09.** zur Rezeption / Deck 5 und lassen Ihre Karte dort registrieren. Alternativ zahlen Sie Ihre Bordrechnung am letzten Abend in bar an der Rezeption. Die Abrechnung der Bordkonten erfolgt durch unseren langjährigen Partner **sea chefs** (Hotelmanagement).

WUSSTEN SIE SCHON...

Der Regierungschef von Norwegen ist der Ministerpräsident (norwegisch: *Statsminister*). Seit 2021 bekleidet Jonas Gahr Støre dieses Amt. In der norwegischen Politik gibt es daher keine Rolle des Staatspräsidenten, wie es sie etwa in den USA oder Frankreich gibt.

VORMITTAG

FRÜHSTÜCKS-SPEZIAL

Heute offeriert das Küchenteam in unseren Restaurants neben dem regulären Frühstücksbuffet auch **Räucheraal Bagel**. Bestellen Sie gerne bei Ihrem Frühstückskellner.

- 08.00 **Frühsport** mit Aussicht und **Tobi** am **Golfplatz auf Deck 11**. Bitte tragen Sie festes Schuhwerk.
- 08.50 **Kleine Auszeit mit Sophia – Durchatmen & Entspannen**
Mit einfachen Atemübungen und kleinen Entspannungsmomenten finden wir zur Ruhe und tanken neue Energie in der Atlantik Show-Lounge / Deck 6.
- 09.15 Vista Lounge / Deck 10: **Ökumenisches Morgengebet** zum Thema „Gott geht mit dir durch’s Wasser“ mit Ihrem **Bordgeistlichen Duc Thien Nguyen**.
- 10.05 **Atlantik Show Lounge / Deck 6 & 7: „Himmliche Zeichen – das Polarlicht“**. Dieser Vortrag Ihrer **Lektorin Petra Clamer** erklärt verständlich, wie das Polarlicht entsteht, zeigt atemberaubende Aufnahmen der „Aurora Borealis“ (u.a. auch aus dem All) und einen kurzen Film über das tanzende Nordlicht in Norwegen am Ende des Vortrags. Selbstverständlich werden auch all die Mythen und Sagen, die sich seit Jahrtausenden um das Polarlicht ranken (z.B. Erklärungsversuche der Römer, Wikinger oder Inuit) thematisiert.
Dieser Vortrag wird auch auf Kanal 65 übertragen.
- 10.05 Spielen Sie mit **Tobi** eine Runde **Shuffleboard** am Shuffleboardfeld / Deck 7, Steuerbordseite.
- 10.45 Jamaica Raum / Deck 7, hinten: **„Lesezeichen gestalten“ mit Sophia**
Kreativ werden und eigene, ganz besondere Lesezeichen gestalten.
- 11.45 **Heinz Erhardt - sein Leben & seine Werke**
Lesung mit **Manuela Bzdega** in der Vista Lounge / Deck 10.
- 12.15 Lustiges **Aperitif Spiel** mit **Sophia** in der Kopernikus Bar / Deck 9.

GEPÄCKSERVICE TEFRA

Wenn Sie Ihr Gepäck für € 49,90 pro Gepäckstück mit TEFra ab Bremerhaven nach Hause senden möchten, können Sie dies heute zu den Öffnungszeiten bis 18.00 Uhr an der Phoenix Information auf Deck 5 anmelden. Auch Gäste, die den TEFra-Service bereits in Deutschland gebucht haben, werden gebeten, sich heute zu den Öffnungszeiten an der Phoenix Information zu melden. Sie erhalten dort gegen Abgabe Ihrer Zollerklärung die entsprechenden Banderolen zur Kennzeichnung Ihres TEFra-Gepäcks.



NACHMITTAG

- 15.00 Laufen Sie ein paar Runden um das Deck 7 beim „**Walk a mile**“ mit **Sophia** und stärken Sie Ihre Muskeln bei zusätzlichen Übungen. Treffpunkt ist am Shuffleboardfeld / Deck 7, Backbordseite.
- 15.15 Treffen Sie ins Schwarze beim **DARTS** mit **Tobi** an der Jupiter Bar / Deck 9.
- 15.30-16.30 Im Restaurant Amadea & am Pool / Deck 8 (wetterabhängig): *Waffeln & Eis*
Zu den Waffeln werden verschiedene Eissorten gereicht.
Das Bar-Team offeriert dazu Caramel **Eiskaffee** zum Preis von € 3,60 oder mit Schuß für € 4,90.
- 16.00 Bordkino / Deck 6, mittig: „**Nicht nur Seeluft gibt Salz in die Suppe - Salz ist pures Lebenselixier**“
Ohne Salz geht nichts – gleichzeitig wird ein „zu viel“ an Salz als ungünstig diskutiert. Was hat es mit dem „salzigen Geschmack“ nach chinesischer Sicht auf sich? Lässt er uns durchatmen oder verhilft er uns gar zu neuen Energien? In diesem Vortrag greift **Gabi Ganser** mit der Geschmacksrichtung „salzig“ ein Thema auf, dass immer wieder Anlass zur Diskussion gibt: Welche Funktionen erfüllt Salz in unserem Stoffwechsel? Wie viel Salz ist wirklich gesund? Hören Sie in diesem Vortrag eine andere Sicht rund um das Thema „Salz“, auch aus japanischer Sicht.
- 16.00 Lernen Sie **Standard- und lateinamerikanische Tänze** mit Criss. Heute: **Salsa**
Treffpunkt ist in der Atlantik Show-Lounge / Deck 6.
- 16.30 Bingo, Bingo, Bingo! **Sophia & Tobi** erwarten Sie in der Harry's Bar auf Deck 6.
Ein Spielschein kostet 5 Euro. Bitte bringen Sie kleine Scheine mit.

VERSTÄRKTE HYGIENE MASSNAHMEN AN BORD

Liebe Gäste, wir bitten Sie eindringlich, Ihre Hände regelmäßig und gründlich zu waschen und vor Betreten der Restaurants und Bars zu desinfizieren; bei Erkältungssymptomen niesen und husten Sie bitte in die Armbeuge.

- ♦ Die **Sauna & der Fitnessraum** bleiben bis auf Weiteres geschlossen.
- ♦ Die vom Bordarzt verordnete Isolation betrifft den Erkrankten und auch den Kabinen-Partner. Beide dürfen die Kabine erst dann wieder verlassen, **wenn der Bordarzt Sie aus der Isolation entlässt!** Immer wieder hört man von unvernünftigen Gästen, die sich im Schiff bewegen, obwohl der Partner in Isolation ist; das darf nicht sein!

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). In Bergen werden die Mitarbeiter der gängigen Unternehmen „Global Blue“ oder „Planet“ zur Rückerstattung der MWSt. von 17.00 - 19.00 Uhr an Bord kommen. Bitte beachten Sie, dass es strengstens untersagt ist, Wal- und Robbenprodukte nach Deutschland einzuführen.

WUSSTEN SIE SCHON...

Norwegen ist kein Mitglied der Europäischen Union, obwohl das Land geografisch und wirtschaftlich stark integriert ist. Die norwegische Bevölkerung lehnt einen Beitritt seit den Volksabstimmungen von 1972 und 1994 weiterhin ab, wobei aktuelle Umfragen aus dem Februar 2026 eine Unterstützung von nur 38 % bei einer Ablehnung von 48 % zeigen. Trotz des fehlenden Mitgliedsstatus ist Norwegen durch den Europäischen Wirtschaftsraum (EWR) seit 1994 voll in den EU-Binnenmarkt integriert und nimmt am Schengen-Raum teil.



ABEND

BEKLEIDUNGSHINWEIS FÜR DEN ABEND

Gala

BEKLEIDUNGSHINWEIS IM RESTAURANT

PICHLER'S

Gala

TAGESCOCKTAILS

Long Night *alkoholisch*
(Southern Comfort, Club
Soda, Orangen-, Ananas-
& Passionsfruchtsaft)
zum Preis von nur € 4,70

Strawberry Colada

alkoholfrei

(Ananassaft, Kokoscreme,
Sahne, Erdbeersirup)
zum Preis von nur € 3,70

DIGESTIF

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

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG

Probieren Sie einen
Amadea Original
(Peachtree, Blue Curaçao,
Ananassaft)
zum Preis von nur € 5,90.

ABENDSNACK

In Harry's Bar / Deck 6
gibt es heute von
18.30 - 23.00 Uhr
„Chili con Carne“

KOPERNIKUS- WÜSTCHEN

22.30 – 01.00 Uhr
Sie haben noch Appetit?
In der Kopernikus Bar /
Deck 9 können Sie sich
stärken. Bitte fragen Sie
unser Barpersonal.

20.00 Ihr Allrounder **Tony Pearl**
lädt Sie mit bester Musik, vor & nach der Show,
in die Harry's Bar / Deck 6 ein.

20.00 Uhr in der Vista Lounge / Deck 10
Ihr Bordpianist **Sebastian Rodriguez** lädt Sie
zu beliebten Songs von **Ricky Martin** ein.



21.00 Uhr in der Atlantik Show Lounge / Deck 6 & 7:



Marty McFly und Doc Brown katapultieren die Atlantik Show-Lounge heute Abend
zurück in die 80er Jahre. Freuen Sie sich auf eine knallig-bunte Zeitreise
voller Neonfarben und jeder Menge Kult-Feeling.
Erleben Sie die unvergesslichen Klänge der 80er,
wenn das **Showensemble** die größten Hits dieses Jahrzehnts zum Leben erweckt.

(Diese Show wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen)

Ab 21.15 In der Vista Lounge / Deck 10: „C'est si bon“
JazzAffair setzt den heutigen Schwerpunkt auf französische Chansons.

*Wir wünschen Ihnen einen schönen
Abend an Bord von MS Amadea*

BOUTIQUE / DECK 6

Tauchen Sie mit **Rituals** in eine Welt voller Entspannung und Harmonie ein. Die pflegenden und feuchtigkeitsspendenden Produkte unterstützen die Feuchtigkeitsbalance, halten die Haut elastisch und hüllen Sie in einen phantastischen Duft.

AMADEA SPA / DECK 10

Maniküre & Pediküre

Nutzen Sie Ihre Schiffsreise, um auch Ihren Nägeln Urlaub zu gönnen. Lassen Sie sich Ihre Hände und Füße mal wieder so richtig verwöhnen. Wir nehmen uns mit einer pflegenden Maniküre und Pediküre Zeit für Sie.

Entspannungszeit:

Maniküre

45 Min. für € 55,-

Pediküre

50 Min. für € 60,-

Heutiges Angebot:

Zu Ihrer heute gebuchten Maniküre und/oder Pediküre erhalten Sie das Lackieren von uns geschenkt.

FOTO SHOP / DECK 7

Unser Fototeam fasst die schönsten Landschaftsfotos von Ihrer Reise in einer Diashow für Sie zusammen. Sie erhalten diese auf einem USB-Stick zum Preis von € 49,00. Eine Vorschau dieser digitalen Diashow präsentiert Ihnen unser Fototeam im Bordfernsehen auf **Kanal 8** sowie auf dem Bildschirm am Fotoshop auf Deck 7.

ÖFFNUNGSZEITEN

Rezeption / Notfall	durchgehend geöffnet	Tel. 2800	Deck 5
Phoenix Information	09.30 – 12.30 16.30 - 17.30		Deck 5
Kreuzfahrtberatung	09.30 – 12.30 16.30 - 17.30		Deck 6
Gold-/Silber-Service	09.30 – 12.30 16.30 - 17.30	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 20.30 – 21.30	Tel. 1893	Deck 7
Videoshop	20.30 – 21.00	Tel. 1893	Deck 7
Amadea Spa	08.00 – 20.00	Tel. 8992	Deck 10
Sauna	geschlossen		Deck 10
Fitnessraum	geschlossen		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
GALA Abendessen	18.00 – 20.30	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
GALA 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 (wetterabh.)	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	Reykjavik / Island
MS Amara	Labradorsee, Kurs St. John's / Neufundland / Kanada
MS Deutschland	Saint Malo / Frankreich

Ihr Amadea-Team wünscht Ihnen einen schönen Tag & eleganten Gala-Abend an Bord .

