

SONNENAUFGANG

07.53 Uhr

SONNENUNTERGANG

19.24 Uhr

ZEITUNTERSCHIED

- 1 Stunde

12.00 Uhr an Bord =

13.00 Uhr in Deutschland

NÄCHSTES ZIEL

Lissabon / Portugal

RESTAURANT PICHLER'S

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

HYGIENE AN BORD

Wir bitten Sie, Ihre Hände vor Betreten der Restaurants und Bars zu desinfizieren. Niesen und husten Sie bitte in die Armbeugen und waschen Sie Ihre Hände regelmäßig und gründlich mit Seife.

TAGESPROGRAMM

Montag, 05. Oktober 2026

Erholung auf See

VORMITTAG

- 08.00 In der Atlantik Show Lounge / Deck 6:
Bodyweight Training - Effektives Training nur mit dem eigenen Körpergewicht. Kräftigt den gesamten Körper und verbessert Beweglichkeit und Stabilität. Sie benötigen das große türkise Phoenix Handtuch und festes Schuhwerk.
- 09.00 **Stärken Sie Ihre Körpermitte und Ihren Beckenboden.**
Durch spezielle Übungen ist das möglich. Bitte bringen Sie das türkise Phoenix Handtuch mit. Treffpunkt ist in der Atlantik Show Lounge / Deck 6.
- 09.15 In der Vista Lounge / Deck 10: „**Im Zeichen des Kreuzes**“
Geistlicher Morgenimpuls mit unserem Bordgeistlichen **Bernd Dennemarck**. Eingeladen sind in ökumenischer Verbundenheit Christen aller Konfessionen sowie alle Menschen guten Willens.
Musikalische Begleitung: Bordpianistin **Tanya Voronchenko**
- 09.30 Spielen Sie das niederländische Brettspiel **Jakkolo** mit **Norah** in der Kopernikus Bar / Deck 9.
- 10.05 In der Atlantik Show Lounge / Deck 6 & 7:
Lissabon - Weltentdeckerabfahrtsstadtpaziergang
Die – ehemalige – Weltmacht Portugal hat ein Vorzeige-Objekt übrig: Lissabon. Die Landeshauptstadt pfundet mit atemberaubender Architektur, die das Herz des Fotografen höher schlagen lässt. Der Blick schweift über die Metropole als Ganzes bis hinüber zur Christusstatue vom Castillo São Jorge aus, oder während einer Fahrt mit dem Elevador Santa Justa. Aber ebenso in kleinsten Details in der Alfama, dem Herz der Stadt.
Mit Fado-Klängen wandeln wir hinunter zum Tejo, werfen einen Blick auf das Grab von Vasco da Gama, bestaunen die schier nicht enden wollende Anzahl von Azulejos, den berühmten Blaukacheln – und fahren Straßenbahn. Und, fast in Vergessenheit geraten: 1755 wurde Lissabon von einem verheerenden Erdbeben fast völlig zerstört. Der Torre de Belém zeugt einzig von der Zeit davor. Unglaublich?!
Mehr? Meer? Am besten erreicht und verlässt man diesen Geschichts- und Kulturhotspot per Schiff!
(Dieser Vortrag wird auch auf TV-Kanal 65 übertragen.)
- 10.30 Testen Sie Ihr Wissen passend zu Ihrer Kreuzfahrt beim „**Insel-Abenteuer im Atlantik- Quiz**“, mit **Norah** in Harry's Bar / Deck 6.
- 11.15 Wir **trainieren mit dem Rubberband**. Einfache Übungen für jedermann, ideal für die Arm- und Beinmuskulatur.
Treffpunkt ist am Shuffleboardfeld / Deck 7, steuerbord.
- 11.30 Spielen Sie die ein oder andere Runde **Soft-Boccia** mit **Norah** am Shuffleboardfeld / Deck 7, backbord.



NACHMITTAG

- 12.30-14.00 Am Pool / Deck 8 (wetterabhängig): **„Spaghetti Aglio e Olio & Gambas“**
Das Küchenteam hat köstliche Pasta in Knoblauchöl und Gambas für Sie zubereitet!
Ihr Barteam empfiehlt dazu den Weißwein **Scallop White** (0,25l für € 6,50) und den Roséwein **Mateus** (0,25l für € 8,-).
- 14.30 Es heißt wieder „Schwarz gegen Gelb!“
Spielen Sie eine Runde **Shuffleboard** mit **Norah** am Shuffleboardfeld / Deck 7, backbord.
- 14.30 Im Bordkino / Deck 6: **KI in der Praxis - Chancen und Gefahren**
Künstliche Intelligenz ist längst Teil unseres Alltags und eröffnet faszinierende Möglichkeiten, bringt jedoch auch neue Herausforderungen mit sich. **Michael Vietzke** referiert über dieses spannende und hochaktuelle Thema, beleuchtet die vielfältigen Chancen und praktischen Anwendungsmöglichkeiten der KI und geht zugleich auf mögliche Risiken und Gefahren ein.
- 15.00 Für alle **Linedance-Fans** gibt es heute eine weitere, diesmal etwas anspruchsvollere Choreographie.
Treffpunkt ist in der Atlantik Show Lounge / Deck 6.
- 15.30 An der Jupiter Bar / Deck 9: Treffen Sie ins Schwarze beim **Darts** mit **Norah**!
- 15.30-16.30 Im Restaurant Amadea / Deck 8: **„Café Tropicana“**
- ist das heutige Thema der **Tee- und Kaffeestunde** oder besser gesagt:
„Heute wird geschlemmt!“ Gönnen Sie sich ein Stück **„Dulce de Coco“**, **„Caipimisu“**,
„Kailua Kona“ oder **„Pastel de Mango“**.
Sie wissen nicht was das ist? Kommen Sie vorbei und probieren Sie sich durch.
Das Bar-Team offeriert dazu **Mango-Smoothies** zum Preis von € 4,40, mit Schuss € 4,80.
- 16.00 Im Bordkino / Deck 6: **AMA530 „Insel-Abenteuer im Atlantik mit MS Amadea“**
Videomanager **Krzysztof** präsentiert Ihnen den bisher fertiggestellten **Film der Reise** bis einschließlich Funchal. (Dauer ca. 40 Minuten)
- 16.30 **Bingo mit Überraschungspreisen - Norah & Tanja** freuen sich auf Ihre Teilnahme in Harry's Bar / Deck 6.
Eine Karte kostet € 5,-. Bitte bringen Sie Bargeld (kleine Scheine) mit.

ALLGEMEINE INFORMATIONEN

KREUZFARTBERATUNG

Faszination Douro - Mit unserem **Neuzugang MS Douro Cruiser** bieten wir nun auch eine siebentägige Flussfahrt auf dem Douro an. Kommen Sie an Bord und genießen Sie auf Ihrem eleganten Schiff die einzigartige, abwechslungsreiche Landschaft der Douro-Region. Es gibt viel zu sehen und zu entdecken, sei es auf organisierten Ausflügen oder auch auf eigene Faust. Der Höhepunkt Ihrer Reise ist ein Ausflug zum spanischen Salamanca, welches auf der UNESCO-Liste der Weltkulturgüter steht. Kommen Sie an Bord und erleben Sie, wie komfortabel man die Schönheiten Portugals auf einer Flussreise genießen kann. Wer noch ein bisschen mehr Zeit hat, kann im Anschluss das Nachprogramm Lissabon hinzubuchen. Diese Reise wird Ihnen sicherlich lange in Erinnerung bleiben.

DOC001 | 7 Tage | 07.04.2027 - 14.04.2027

(10 weitere Termine in 2027 buchbar)

Porto - Régua - Pinhão - Pocinho - Vega de Terrón - Barca d'Alva - Pinhão - Régua - Porto Antigo - Porto

Zweibett (achtern) Hauptdeck ab € 1.099,- p.P.

Alena freut sich auf Ihren Besuch an der Kreuzfahrtberatung / Deck 6 und berät Sie gerne persönlich.



ABEND

BEKLEIDUNGSHINWEIS FÜR DEN ABEND Leichte Eleganz

BEKLEIDUNGSHINWEIS FÜR EIN ABENDESSEN IM RESTAURANT PICHLER'S Elegant

TAGESCOCKTAILS

Blue Lagoon

alkoholisch

(Gin, Vodka, Blue Curaçao,
Zitronensaft, Sprite)

zum Preis von nur € 4,70

Arielle

alkoholfrei

(Maracujasaft,
Mandelsirup)

zum Preis von nur € 3,70

DIGESTIF

Genießen Sie nach dem
Abendessen einen

Averna (4cl)

zum Preis von nur € 3,50.

GETRÄNKE-EMPFEHLUNG

Probieren Sie heute den

Cocktail **Caipiroska**

(Vodka, Limetten,
brauner Zucker)

zum Preis von nur € 6,20.

ABENDSNACK

In Harry's Bar / Deck 6

stehen ab 18.30 Uhr

köstliche **Döner Wraps** für
Sie bereit.

KOPERNIKUS-WÜSTCHEN

22.30 - 01.00 Uhr

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

20.00

In der Vista Lounge / Deck 10: „**Walzer**“

Bordpianistin **Tanya Voronchenko** verzaubert Sie am Flügel mit den
schönsten und bekanntesten Walzermelodien.

20.00

In der Atlantik Show Lounge / Deck 6: „**Standard- & Lateintänze**“

Nutzen Sie die Zeit vor der Show für eine schwungvolle Runde auf der
Tanzfläche. Schweben Sie über das große Parkett zu Walzer, Foxtrott,
Rumba, Jive und weiteren Tänzen.

20.15

In der Bordboutique / Deck 6 präsentiert Ihnen **Johann** die Schmuckstücke
von **Swarovski**.

21.00

In der Atlantik Show Lounge / Deck 6 & 7:



**Heute Abend stehen die Frauen im Mittelpunkt.
Ohne den Herren dabei auf den Schlips zu treten,
feiert das MS Amadea Showensemble das weibliche Geschlecht.
Freuen Sie sich auf neue Interpretationen der Lieder von einigen der größten
weiblichen Rock/Pop-Stars der letzten Jahrzehnte.
Es wird feurig, rockig und heiß!**

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

21.15

In der Vista Lounge / Deck 10: „**Come fly with me**“

- **eine Hommage an Frank Sinatra**

Lassen Sie sich entführen in die faszinierende Welt des legendären
Entertainers Frank Sinatra! Freuen Sie sich auf unvergessliche Melodien,
zeitlose Klassiker und den unverwechselbaren Charme einer Musiklegende.
Von schwungvollen Swing-Rhythmen bis hin zu gefühlvollen Balladen
erleben Sie mit Ihrem Duo **JazzAffair** einen musikalischen Abend voller
Eleganz, Nostalgie und großer Emotionen.

ca. 21.45

In Harry's Bar / Deck 6 unterhält Sie **Allrounder Frankie** nach der Show
mit internationalen Hits.



BOUTIQUE / DECK 6

Swarovski

Das Licht der Welt spiegelt sich in den Kristallkreationen von SWAROVSKI wider. Facettenreichtum und Kreativdesigns erschaffen Perfektion. Jetzt in der Boutique auf Deck 6 entdecken.

Tipp: Erhalten Sie nur heute 10 % Rabatt auf das gesamte Swarovski-Sortiment.

AMADEA SPA / DECK 10

Fußreflexzonenmassage

Punktgenau ins Gleichgewicht: Diese stimulierende Massage wirkt über die Reflexzonen der Füße und Knöchel ganzheitlich auf Stoffwechsel und Organe. Die Selbstheilungskräfte werden unterstützt und der Körper harmonisiert. Wählen Sie zwischen der sanften Wellness-Variante und der kräftigeren klassischen Massage.

Entspannungszeit:
25 Minuten für € 40,-

FOTOSHOP / DECK 7

Auch auf dieser Kreuzfahrt haben Sie die Gelegenheit, ein Fotobuch Ihrer Reise zu erwerben! Eine Vorschau dieses digitalen Fotobuchs präsentiert Ihnen unser Fototeam im Bordfernsehen auf Kanal 8 sowie auf dem Bildschirm am Fotoshop auf Deck 7. Für weitere Informationen besuchen Sie den Fotoshop auf Deck 7. Das Fototeam freut sich auf Sie!

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 17.00 – 18.00		Deck 6
Gold-/Silber-Service	09.30 – 12.30	Tel. 3801	
Schiffsarzt / Hospital	09.30 – 10.30 16.00 – 17.00		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	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 & Pool	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	ab 18.30	Harry's Bar	Deck 6
Kopernikus-Würstchen	22.30 – 01.00	Kopernikus Bar	Deck 9

BARZEITEN

Harry's Bar	ab 09.00		Deck 6
Jupiter Bar	ab 09.00	(wetterabhängig)	Deck 9
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	Lissabon / Portugal
MS Amara	Auf See, Kurs Vigo / Spanien

Ihr Amadea-Team wünscht Ihnen einen entspannten Tag auf See!

