

#### SONNENAUFGANG

06.24 Uhr

#### SONNENUNTERGANG

18.36 Uhr

#### ZEITUNTERSCHIED

Nach der Zeitumstellung in der Nacht beträgt der aktuelle Zeitunterschied: **6 Stunden**  
16.00 Uhr in Deutschland =  
22.00 Uhr an Bord

#### FOTOSHOP

Auch auf dieser Kreuzfahrt haben Sie die Gelegenheit ein **Fotobuch Ihrer Reise** zu erwerben! Eine Vorschau dieses digitalen Fotobuches präsentiert Ihnen unser Fototeam im Bordfernsehen auf Kanal 5 sowie auf dem Bildschirm am Fotoshop auf Deck 8. Für mehr Informationen besuchen Sie den Fotoshop auf Deck 8. Das Foto-Team freut sich auf Sie!

#### IHR REISEFILM

Auf Ihrer Kreuzfahrt wird ein Film mit allen Highlights der Reise für Sie gedreht. Den bisher fertiggestellten Film können Sie auf TV-Kanal 9 sehen. Ihr Videomanager Julian berät Sie zu den Öffnungszeiten im Videoshop auf Deck 8.

# TAGESPROGRAMM

## Freitag, 20. März 2026

### Erholung auf See

### Frühlingsanfang

#### VORMITTAG

|       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 08.30 | <b>Fit in den Tag:</b> Bringen Sie mit Silvia Ihren Kreislauf in Schwung. Treffpunkt am Pool / Deck 9.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 09.15 | In der Panorama-Lounge / Deck 12: <b>Ökumenische Morgenandacht</b> Ihr Bordpfarrer Manfred Schade lädt Sie ein.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 10.05 | In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8: <b>Die Gewürzroute</b><br>Schon die Römer schätzten Gewürze aus dem Orient sehr, im Mittelalter wurden sie aber mit Gold aufgewogen. Wer sich Pfeffer, Nelken, Muskat und Zimt leisten konnte, gehörte zur oberen Gesellschaftsschicht. Die Gewürze kamen über die Seidenstraße und wurden in Konstantinopel gehandelt. Als die Stadt an die Osmanen fiel, wurde der Handel unterbrochen bzw. mit extrem hohen Zöllen belegt. Portugiesen und Spanier lieferten sich einen Wettstreit, um einen direkten Seeweg zu den legendären Gewürzinseln zu finden und wagten sich dabei immer weiter in unbekannte Meere vor, immer in Angst vor unbekannten Gefahren. Der Vortrag wird auch auf <b>Kanal 15</b> im Bordfernsehen übertragen. |
| 10.05 | <b>Ballgymnastik:</b> Trainieren Sie mit Silvia auf dem großen Gymnastikball im Kreativraum auf Deck 5. Bitte bringen Sie Ihr Handtuch mit.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 10.15 | Machen Sie mit beim <b>Dart-Turnier</b> mit Rike auf Deck 11.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 10.30 | Spielen Sie <b>Cornhole</b> mit Norah an den „Schöne Aussichten“.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 11.15 | <b>Rückengymnastik:</b> Mobilisieren und kräftigen Sie Ihre Rückenmuskulatur mit Silvia im Kreativraum auf Deck 5. Bringen Sie Ihr Handtuch mit.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 11.15 | Im Kochstudio (Bordkino) / Deck 8: <b>SHOW-COOKING</b><br>Unsere Küchenchefin Katrin Gabardi bereitet für Sie Kaiserschmarrn zu. Eine Anmeldung war im Voraus an der Rezeption erforderlich.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 11.15 | <b>Shuffleboard-Turnier (Tag 2) auf Deck 12:</b> Im Finale des Shuffleboard-Turniers treffen das Herren- und das Phoenix-Team aufeinander und kämpfen um den Sieg.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 11.30 | Der <b>MS Amara Gäste-Chor</b> trifft sich mit Walter Seitz im Piano Salon auf Deck 8.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |



## NACHMITTAG

- 14.00      **Skat-Turnier** (Tag 2 von 3): Treff im Kartenspielzimmer / Deck 7.
- 14.00      **Backstage-Führung** in der Atlantik-Show-Lounge / Deck 8: Das Showensemble gewährt Ihnen einen Blick hinter die Kulissen! Eine Anmeldung war im Voraus an der Rezeption erforderlich.
- 14.30      Tanzen Sie **Line Dance** mit Silvia in der Atlantik Show-Lounge / Deck 8  
Line Dance ist auch für Einsteiger geeignet und erfordert keinen Tanzpartner.
- 15.00      Im Bordkino / Deck 8: **Trommeln nur so zum Spaß**  
„Eimer“ um die ganze Welt! Ohne Vorkenntnisse, einfach Begeisterung und gute Laune mitbringen. Erleben Sie mit Walter Seitz, wie viel Spaß Trommeln machen kann.
- 15.00      **Bingo-Bingo-Bingo!** Norah und Rike erwarten Sie in Harry's Bar / Deck 7.  
Eine Bingokarte kostet € 5,00. Bitte bringen Sie Kleingeld / kleine Scheine mit.
- 16.00      Spielen Sie **Soft-Boccia** mit Norah. Treffpunkt auf Deck 11 an den „Schöne Aussichten“.
- 16.00      Es ist nie zu spät das holländische Brettspiel **Jakkolo** auszuprobieren.  
Rike freut sich auf Sie in Harry's Bar / Deck 7.
- 16.00      In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8: **Nautische Stunde (virtuelle Brückenführung)**  
Ihr Kreuzfahrtdirektor Holger Winkler führt Sie virtuell über die Brücke, um Sie auf die Brückenbesichtigung am 21. März vorzubereiten. Wir bitten alle interessierten Gäste, an diesem Vortrag teilzunehmen, da es während der Brückenbesichtigung am 21. März keine Erklärungen auf der Brücke geben wird. Anschließend haben Sie Gelegenheit, Fragen zu stellen.  
Der Vortrag wird auch auf Kanal 15 im Bordfernsehen übertragen.
- 17.00      **Mobilisation & Stretching:** Beweglich bleiben mit gezielten Übungen für die verkürzte und verspannte Muskulatur. Treffpunkt mit Silvia im Kreativraum auf Deck 5. Bitte bringen Sie Ihr Handtuch mit.

### NEUE LIEBLINGSMATRATZE

Haben Sie an Bord traumhaft geschlafen? Dann holen Sie sich die bequeme Phoenix Matratze nach Hause und genießen auch an Land den Komfort Ihrer Lieblingsmatratze. Bestellen Sie bequem von zu Hause aus im **Phoenix Online Shop**.

### AUS ÄSTHETISCHEN UND HYGIENISCHEN GRÜNDEN BITTEN WIR SIE...

- \* davon abzusehen, Ihre Füße auf Stühle, Polster oder Fensterbänke zu legen
- \* davon abzusehen, leicht bekleidet oder barfuß (z.B.: Badebekleidung, freier Oberkörper) das Schiffsinnere zu betreten
- \* sich vor Benutzung des Pools abzduschen



## ABENDPROGRAMM

### BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DEN ABEND

sportlich-elegant

### TAGESCOCKTAILS

#### Blue Lagoon

alkoholisch

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

zum Preis von nur € 4,70

#### Dr. NO

alkoholfrei

(Grenadine, Zitronen- &  
Maracujasaft)

zum Preis von nur € 3,70

### DIGESTIF

Genießen Sie einen

**Haselnuss Pichler (4 cl)**

für € 6,50.

### PICHLER'S RESTAURANT

Heute können Sie

zwischen **11.00 - 11.30 Uhr**

im Pichler's Restaurant /

Deck 7 eine Reservierung für

das **Spezialitäten-Menü**

vornehmen.

### WIENER WÜSTCHEN

Sie erhalten täglich ab

23.00 Uhr auf Wunsch

**Wiener Würstchen** in

Harry's Bar / Deck 7.

20.00 - 23.00 **Mátyás** und **Lázló** sorgen für musikalische Unterhaltung  
im Piano Salon / Deck 8.

20.30 **Kinofilm** im Bordkino / Deck 8:  
Informationen zum Film entnehmen Sie bitte dem Bildschirm vor  
dem Bordkino oder Kanal 3 im Bordfernsehen.

ab 20.45 Ihr Duo „**Dreamsound**“ spielt für Sie Musik in Harry's Bar / Deck 7.

21.00 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:



Anne Becker singt Chansons von

*Edith Piaf*

Hören Sie heute Abend gesungene Geschichten über  
das Leben, die Liebe, Freude und Leid, Melancholie  
und Leidenschaft, Trauer und Verlust.

Musik als Spiegel des Lebens einer ganz  
besonderen Künstlerin.

Mit originalen und deutschen Texten u.a. von Mireille  
Matthieu und Ina Deter.

Genießen Sie zur Show einen „**Lillet Wild Berry**“ für € 5,90.

Die Show wird im Bordfernsehen auf **Kanal 15** übertragen.

22.00 - 23.00 Probieren Sie heute **gebackenen Camembert**  
zum Late-Night-Snack im Restaurant Amara / Deck 7.

### POSTKARTEN

Denken Sie an Ihre Lieben daheim! An der Phoenix Information / Deck 8 erhalten Sie  
eine Auswahl an Postkarten mit Motiven dieser Reise. Schauen Sie vorbei!

Hier finden Sie auch den Routenstempel zum Verschönern Ihrer Postkarte.

**Aktion:** Heute erhalten Sie 12 Postkarten zum Preis von € 12,- (plus Porto).



## BOUTIQUE

### Coeur de Lion – zeitlos und elegant

Diese handgemachten Schmuckstücke sind in Deutschland gefertigt und bestechen durch unverwechselbare Optik und außergewöhnliche Farben. Heute erhalten Sie beim Kauf von einem Artikel der Marke 10% Rabatt, beim Kauf von zwei Artikeln sogar 20% Rabatt!

## MS AMERA SPA-ANGEBOT

### Algen- Sahne- Ganzkörper-peeling:

Ein sahniges, warmes Algen-Mousse befreit Ihren Körper sanft von abgestorbenen Hautschüppchen. Ihre Haut wird sich sofort glatter und weicher anfühlen. Ihre heute gebuchte Massage, verlängern wir für Sie um 10 Minuten!

**Entspannungszeit:**  
30 min. für 45€

## WO IST DIE PHOENIX FLOTTE

### MS Amadea

Auf See mit Kurs auf Naha, Okinawa / Japan

### MS Artania

Auf See mit Kurs auf Iquique / Chile

### MS Deutschland

Ist im Frühjahr 2026 wieder für Phoenix Reisen im Einsatz

## ÖFFNUNGSZEITEN

|                               |                   |                          |                   |
|-------------------------------|-------------------|--------------------------|-------------------|
| <b>Rezeption</b>              | 24-Stunden        | Tel. 90                  | Deck 8            |
| <b>Phoenix-Bordreisebüro</b>  | 09.30 - 11.30 Uhr | Tel. 32882               | Deck 8            |
| <b>Phoenix-Information</b>    | 11.30 - 12.30 Uhr |                          | Deck 8            |
| <b>Gold/Silber Service</b>    | 09.30 - 11.00 Uhr |                          | Deck 8            |
| <b>Kreuzfahrtberatung</b>     | 09.30 - 11.00 Uhr | 16.00 - 16.30 Uhr        | Tel. 33818 Deck 8 |
| <b>Fotoshop</b>               | 09.30 - 12.30 Uhr | 16.00 - 18.00 Uhr        | Deck 8            |
|                               |                   | 19.30 - 21.30 Uhr        |                   |
| <b>Videoshop</b>              |                   | 20.30 - 21.00 Uhr        | Deck 8            |
| <b>Fahrrad-Touren</b>         |                   | 17.00 - 17.30 Uhr        | Deck 8            |
| <b>Boutique</b>               |                   | 09.00 - <b>21.00 Uhr</b> | Tel. 23585 Deck 8 |
| <b>Schiffsarzt / Hospital</b> | 09.30 - 10.30 Uhr | 16.00 - 17.00 Uhr        | Tel. 31997 Deck 4 |
| <b>Notfall</b>                | 24 Stunden        |                          | Tel. 110 / 112    |

## MS AMERA SPA

**Teilkörpermassage:** Diese wohltuende Entspannungsmassage für die Schulter-, Nacken- und Rückenpartie, die Beine oder die Arme löst ganz gezielt Verspannungen. Je nach Wunsch mit einer vitalisierenden oder beruhigenden Wirkung.

Entspannungszeit: 25 Minuten für € 40,-

|                        |                   |            |        |
|------------------------|-------------------|------------|--------|
| <b>Spa</b>             | 08.00 - 20.00 Uhr | Tel. 38992 | Deck 9 |
| <b>Friseursalon</b>    | 08.00 - 20.00 Uhr | Tel. 38992 | Deck 9 |
| <b>Fitnessraum</b>     | 08.00 - 22.00 Uhr |            | Deck 9 |
| <b>Damen Sauna</b>     | 08.00 - 11.00 Uhr |            | Deck 9 |
| <b>Herren Sauna</b>    | 11.00 - 13.00 Uhr |            | Deck 9 |
| <b>Gemischte Sauna</b> | 13.00 - 20.00 Uhr |            | Deck 9 |
| <b>Pool</b>            | 06.00 - 19.00 Uhr |            | Deck 9 |

## RESTAURANT-EINLASSZEITEN

|               |                                  |                                      |         |
|---------------|----------------------------------|--------------------------------------|---------|
| 06.30 - 08.00 | <b>Kaffee / Tee</b>              | an der Phoenix-Lounge                | Deck 7  |
| 07.00 - 08.00 | <b>Early Bird</b>                | in Harry's Bar                       | Deck 7  |
| 08.00 - 10.00 | <b>Frühstück</b>                 | im Restaurant <b>Ozean</b>           | Deck 7  |
| 08.00 - 10.00 | <b>Frühstück</b>                 | im Lido Buffet-Restaurant            | Deck 11 |
| 10.00 - 10.30 | <b>Spätaufsteher</b>             | im Lido Buffet-Restaurant (backbord) | Deck 11 |
| 11.00 - 11.30 | <b>Bouillon &amp; Kaltschale</b> | an den „Schöne Aussichten“           | Deck 11 |
| 12.30 - 14.00 | <b>Mittagessen</b>               | in den Restaurants Ozean und Amara   | Deck 7  |
| 12.30 - 14.00 | <b>Mittagessen</b>               | im Lido Buffet-Restaurant            | Deck 11 |
| 15.30 - 16.30 | <b>Tee- &amp; Kaffeestunde</b>   | im Lido Buffet-Restaurant            | Deck 11 |
| 18.00 - 20.30 | <b>Abendessen</b>                | in den Restaurants Ozean und Amara   | Deck 7  |
| 18.00 - 20.30 | <b>Abendessen</b>                | im Lido Buffet-Restaurant            | Deck 11 |
| 22.00 - 23.00 | <b>Late-Night-Snack</b>          | im Restaurant Amara                  | Deck 7  |

Kosten Sie **gebackenen Camembert**.

## BARZEITEN

|                                 |                                    |         |
|---------------------------------|------------------------------------|---------|
| <b>Harry's Bar</b>              | ab 09.00 Uhr                       | Deck 7  |
| <b>Phoenix-Lounge &amp; Bar</b> | ab 09.00 Uhr (wetterabhängig)      | Deck 7  |
| <b>Piano Salon</b>              | 14.00 - 24.00 Uhr                  | Deck 8  |
| <b>„Schöne Aussichten“</b>      | ab 11.00 Uhr (wetterabhängig)      | Deck 11 |
| <b>Panorama-Lounge</b>          | 10.30 - 24.00 Uhr                  | Deck 12 |
| <b>Pool Bar</b>                 | 10.00 - 15.00 Uhr (wetterabhängig) | Deck 9  |

