

SONNENAUFGANG

06.43 Uhr

SONNENUNTERGANG

18.21 Uhr

BORDBÜCHER

Geben Sie Ihre Bordbücher gerne an der Rezeption oder an der Phoenix-Information ab. Ihr Kapitän und Ihre Kreuzfahrtdirektorin werden den Routenstempel dieser Reise für Sie unterschreiben. Bordbücher sind an der Phoenix-Information für € 6,- erhältlich.

ca. 10.00



Rettungsübung

Es findet eine Übung nur für die Besatzung statt. Alle Signale und Durchsagen in englischer Sprache haben für Sie bis auf Widerruf keinerlei Bedeutung. Wir bitten um Verständnis dafür, dass es während der Übung zu Einschränkungen im Servicebereich kommt. **Halten Sie bitte während der Übung die Außenbereiche unter den Rettungsbooten auf Deck 7 frei.**

IHR REISEFILM

Auf Ihrer Kreuzfahrt wird ein Film mit allen Highlights der Reise für Sie gedreht. Eine Vorschau dieses Filmes sehen Sie fortlaufend am Videoshop auf Deck 8 sowie im Bordfernsehen auf Kanal 9.

TAGESPROGRAMM

Dienstag, 7. April 2026

Erholung auf See

VORMITTAG

- 08.30 Fit in den Tag mit **Frühsport**. Katrin erwartet Sie am Pool / Deck 9.
- 09.15 In der Panorama-Lounge / Deck 12:
Das Leben genießen, lächeln, Heiterkeit und humorvolle Selbstbetrachtung. Carpe Diem für die Reise, auch ohne Glaubensbezug interessant. Diakon Franz Schütz begrüßt Sie recht herzlich zur **ökumenischen Andacht**.
- 10.05 **Kleines Kraftprogramm**: Mit diesen 8 Übungen können Sie sich bis ins hohe Alter fit halten. Katrin zeigt Ihnen, wie das geht. Treff im Kreativraum auf Deck 5. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.
- 10.05 Spielen Sie **Shuffleboard!** Treff mit Simone auf Deck 12.
- 10.05 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:
Kap-Halbinsel & Kap der Guten Hoffnung & Kapstadt
Wir lassen vor unseren Augen die Kap-Halbinsel und das Kap der Guten Hoffnung mit der Sage um den fliegenden Holländer wandern. Dabei erfahren wir Hintergründe zum Tafelberg und zum Botanischen Garten Kirstenbosch. Bei Kapstadt reflektieren wir Interessantes zur Geschichte der Apartheid, zum muslimischen Viertel und berühmten Sportstadien. Schließlich begrüßen wir Persönlichkeiten aus Politik, Religion und Kultur wie Nelson Mandela, Bischof Tutu, den Herzchirurgen Barnard und den Sänger Howard Cependale. Wir runden unsere Reise ab im architektonisch interessanten Museum Zeit für zeitgenössische afrikanische Kunst. Ein Vortrag Ihres Lektors Andreas Theligmann. Der Vortrag wird auch auf **Kanal 15** im Bordfernsehen übertragen.
- 10.15 **Tischtennis-Training** mit Urs an den „Schöne Aussichten“ / Deck 11.
- 11.15 Verbessern Sie Ihre Wurftechnik beim **Darts**.
Treff mit Urs an den „Schöne Aussichten“ / Deck 11.
- 11.30 Entspannt in die Mittagspause: **Wir kümmern uns heute um den Schulter-Nacken-Bereich**. Treff mit Katrin im Kreativraum auf Deck 5.
- 11.30 In der Panorama-Lounge / Deck 12:
Aquarellkurs mit Prof. Jörg Breuer
Konturen zeichnen mit besonderer Berücksichtigung der Objekte.
Zwischenräume sowie Zufügung einer Hintergrundfarbe.
- **Bitte bringen Sie für diese Übung die Blüte aus Ihrer Kabine mit.**



VORMITTAG / NACHMITTAG

- 11.30 **Kapstadt-Quiz** mit Simone in Harry's Bar / Deck 7: Sammeln Sie an jedem Seetag beim Quiz in Harry's Bar Punkte und werden Sie Quizkönig oder -königin der Reise.
- 12.00 **Fast-High-Noon-Spiel** – Lassen Sie sich überraschen, was Urs für Sie vorbereitet hat! Schauen Sie vorbei in Harry's Bar / Deck 7.
- 12.30 - 14.00 An den „Schöne Aussichten“ / Deck 11: **„Bunny Chow“**
Genießen Sie diese südafrikanische Spezialität **„Durban“ Style Hähnchen Curry!**
Dazu empfiehlt Ihr Barteam ausgewählte Roséweine. 
- 14.00 **Skat-Turnier** (Tag 3). Treff im Kartenspielzimmer auf Deck 7.
- 14.30 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8: **Schwingen Sie das Tanzbein!**
Mit Tanzprofi Roman Frieling, bekannt aus Let's Dance, entdecken Sie die Schönheit des langsamen Walzers. Lernen Sie zwei wunderschöne Figuren: Außenseitlicher Wechsel und Damen-Solo. Ein Erlebnis für alle Paare – ganz gleich, ob Sie erste Schritte wagen oder Ihre Technik verfeinern möchten.
- 15.00 Tanken Sie frische Seeluft beim **Walk a Mile**. Treff mit Katrin an der Phoenix-Lounge / Deck 7.
- 15.00 **Jakkolo-Training!** Treff mit Urs in Harry's Bar / Deck 7.
- 15.15 **Boccia-Training** mit Simone an den „Schöne Aussichten“ / Deck 7.
- 15.30 - 16.30 Im Lido Buffet-Restaurant / Deck 11:
„Waffeln und Eiscreme“
Ihr Barteam empfiehlt dazu einen **Baileys Eiskaffee** zum Preis von € 4,90.
- 16.00 **Black Stories:** Lösen Sie den Fall mit Simone und Urs in Harry's Bar / Deck 7.
- 16.00 **Yoga für alle.** Bringen Sie Ihren Körper, Geist und Seele in Einklang. Katrin freut sich auf Sie. Treff im Kreativraum auf Deck 5. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.
- 16.00 Im Piano Salon / Deck 8: Ein Mix aus Theorie & Praxis zum amtlichen Sportbootführerschein Binnen/See. Mit Modellbooten simulieren wir die Prüfungsmanöver Motor & Segeln.
Ein Kurs Ihrer Mitreisenden Fritz und Ingrid. **Begrenzte Teilnehmerzahl.**
Bei Interesse melden Sie sich bitte an der Rezeption an.
- 16.30 In der Panorama-Lounge / Deck 12:
Haben Sie nicht schon immer mal den Wunsch gehabt, zu einem fesselnden Vortrag einfach noch ein paar Fragen zu stellen, die Sie persönlich interessieren?
In dieser **Gesprächsrunde** haben Sie die Gelegenheit, mit dem Raumfahrtshistoriker Stephan Hillenbrand in einen direkten und lebendigen Dialog einzutreten und ihm in einer angenehmen Plauderatmosphäre die Fragen zu seinem Vortrag zu stellen, für die Sie so gerne Antworten hätten.
- 17.00 Versuchen Sie Ihr Glück beim **Bingo** mit Simone und Urs in Harry's Bar / Deck 7.
Eine Bingokarte kostet € 5,00. Bitte bringen Sie Kleingeld / kleine Scheine mit.
- 17.00 **Dehnen und Entspannen.** Lassen Sie den Tag ruhig ausklingen.
Treff mit Katrin im Kreativraum / Deck 5. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.



ABENDPROGRAMM

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DEN ABEND

sportlich elegant

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DAS PICHLER'S RESTAURANT

elegante Abendgarderobe

TAGESCOCKTAILS

Kamikaze

alkoholisch

(Vodka, Cointreau, Sour Mix)
zum Preis von nur € 4,70

Virgin Colada

alkoholfrei

(Ananassaft, Sahne,
Kokossirup)

zum Preis von nur € 3,70

DIGESTIF

Ihr Barteam empfiehlt einen

Jameson Whisky

(4 cl) für € 4,50.

PICHLER'S RESTAURANT

Heute nimmt unsere
Assistant Maître d'hôtel
Caroline Ihre Reservierung
zwischen **11.00 - 11.30 Uhr**
vor dem Pichler's
Restaurant / Deck 7
entgegen.

WIENER WÜRSTCHEN

Ab 23.00 Uhr erhalten Sie
diese täglich auf Wunsch in
Harry's Bar / Deck 7

20.00 - 22.00 Im Piano Salon / Deck 8 sorgen **Mátyás und Lázló**
für musikalische Unterhaltung.

20.00 - 21.00 In der Bordboutique / Deck 8:
Wir stellen Ihnen unsere Juweliermarken vor!
Lernen Sie bei einem Glas Sekt unsere Juweliermarken Lucia D'oro
und VIVA Juwelen kennen. Begleitet von interessanten
Informationen beraten wir Sie gerne individuell.

20.30 **Kinofilm** im Bordkino / Deck 8
Informationen zum Film entnehmen Sie bitte dem Bildschirm
vor dem Bordkino.

ab 20.45 In Harry's Bar / Deck 7 spielt „**Kevin's Duo**“ abwechslungsreiche
Tanz- und Unterhaltungsmusik.

21.00 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:

Kathi goes America

In New York angekommen, stürzt sich Kathi gleich
ins nächste Abenteuer.

So begibt Sie sich auf einen Roadtrip durch die
späten 60er- und 70er-Jahre mitten durch
Amerika.

Zwischendurch macht sie Halt in Nashville, zieht mit
einer Hippie-Gang durch die Lande, fährt auf einer
Harley die Route 66 entlang - bis ihre Reise schließlich
auf der großen Bühne in Woodstock
ihren krönenden Abschluss findet. Kommen Sie mit
in das Land der unbegrenzten Möglichkeiten.

Wer die Evergreens, Rockklassiker und Schlager dieser Zeit liebt,
ist hier genau richtig

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

22.00 - 23.00 Im Restaurant Amera / Deck 7:
Probieren Sie **Mini Cheeseburger**.



POSTKARTEN-ANGEBOT

Kaufen Sie heute 10 Postkarten Ihrer Wahl, so erhalten Sie diese zum Preis
von nur € 10,00 (zuzüglich Porto).



BOUTIQUE

Juwelierschätze

Heute stellen wir Ihnen unsere Juweliermarken Lucia D'oro und VIVA Juwelen vor. Handgefertigter Schmuck aus bis zu 14 Karat Gelb- oder Weißgold, mit zertifizierten Brillanten oder handverlesenen Perlen. Gerne beraten wir Sie auch individuell zu Ihrem neuen Schmuckstück!

FOTOSHOP

Iris-Fotografie:



Verewigen Sie die Magie Ihrer Augen mit einem atemberaubenden Foto. Das Fototeam erstellt ein einzigartiges hochauflösendes Bild Ihrer Iris. Besuchen Sie die Fotogalerie auf Deck 8.

MS AMERA SPA

Die PHOENIX-Anwendung Körper

Die intensiv pflegende Körperanwendung besteht aus einer wohlig-warmen Packung und einer sanften Rückenmassage für tiefe Entspannung und gestärkte Haut.

Entspannungszeit:
60 Min. / € 85,-.

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE

MS Amadea

Auf See, mit Kurs auf Singapur

MS Artania

Roatán / Isla de la Bahia / Honduras

MS Deutschland

Ist ab Mai 2026 wieder für Phoenix Reisen im Einsatz.

ÖFFNUNGSZEITEN

Rezeption	24-Stunden	Tel. 90	Deck 8
Phoenix-Bordreisebüro	09.30 - 12.00 Uhr	16.30 - 17.30 Uhr	Tel. 32882 Deck 8
Phoenix-Information	12.00 - 12.30 Uhr	17.30 - 18.00 Uhr	Tel. 32904 Deck 8
Gold/Silber Service	09.30 - 11.00 Uhr	16.30 - 17.30 Uhr	Deck 8
Kreuzfahrtberatung	09.30 - 12.30 Uhr	16.30 - 18.00 Uhr	Tel. 33818 Deck 8
Fotoshop	09.00 - 12.00 Uhr	16.00 - 18.00 Uhr	Deck 8
		19.30 - 21.30 Uhr	Deck 8
Videoshop		20.30 - 21.00 Uhr	Deck 8
Fahrrad-Touren		17.00 - 17.30 Uhr	Deck 8
Boutique	09.00 - 22.00 Uhr	Tel. 23585	Deck 8
Schiffsarzt / Hospital	09.30 - 10.30 Uhr	17.00 - 18.00 Uhr	Tel. 31997 Deck 4
Notfall	24 Stunden	Tel. 110 / 112	

MS AMERA SPA

Die PHOENIX-Anwendung Gesicht

Eine besonders wohltuende, beruhigende Anwendung, die trockene und sensible Haut verwöhnt. Die Reinigung, Intensivpflege aus Ampulle und Maske sowie eine abschließende Gesichtsmassage schenken Ihnen geschmeidige, zarte Haut. 60 Min. / € 85,-.

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

RESTAURANT EINLASSZEITEN

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

Probieren Sie **Mini Cheeseburger**.

BARZEITEN

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