

SONNENAUFGANG

06.34 Uhr

SONNENUNTERGANG

21.50 Uhr

KÜCHENFÜHRUNGEN

Unsere **Küchenchefin**

Marie Jo Gerull lädt Sie auf dieser Reise an ausgewählten Terminen zu einer Küchenführung ein (begrenzte Kapazität). Bei Interesse melden Sie sich bitte an der Rezeption. Hier erfahren Sie auch die Termine und Uhrzeiten.

FOTOSHOP

Auch auf dieser Kreuzfahrt haben Sie die Gelegenheit ein Fotobuch Ihrer Reise zu erwerben! Bestellen Sie Ihr Fotobuch **bis zum 24. August** und erhalten Sie **10 % Rabatt**. 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 der Reise für Sie gedreht. Bestellen Sie Ihren Reisefilm **bis zum 24. August** und Sie erhalten **10 % Rabatt**.

BORDFERNSEHEN

Auf Kanal 7 sehen Sie **die wichtigsten Infos zum Ablauf an Bord** sowie **Informationen zum Ablauf der Ausflugsabwicklung** an Hafentagen. Wir empfehlen Ihnen, sich diese Sendung anzusehen (fortlaufende Wiederholung).

TAGESPROGRAMM

Sonntag, 23. August 2026

Erholung auf See

VORMITTAG

SHOW-COOKING

Unser **Flotten-Küchenchef Fritz Pichler** ist an Bord! Am **25. August um 11.00 Uhr** wird er für Sie live in unserem Kochstudio **getrübte Bergkäsesuppe** zubereiten. Schauen Sie ihm dabei gerne über die Schulter. Eine Anmeldung ist im Voraus erforderlich, bei Interesse melden Sie sich bitte an der Rezeption (begrenzte Kapazität). Weitere Termine mit verschiedenen Gerichten folgen.



- 08.30 **Fit in den Tag:** Bringen Sie mit Jakob Ihren Kreislauf in Schwung. Treffpunkt am Pool auf Deck 9.
- 09.15 In der Panorama-Lounge / Deck 12: **„Unterwegs auf Kreuzfahrt“**
Unsere Bordpfarrerin Petra Hasenkamp lädt Sie herzlich zum **Gottesdienst** ein.
- 10.05 „Schwarz gegen Gelb“ so heißt es beim **Shuffleboard**! Treff mit Marcia und Jakob auf Deck 12.
- 10.05 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:
Informationen zu Runavík auf den Färöer-Inseln
Auch bekannt als „die Schafinseln“, umfasst das Archipel der Färöer 18 bewohnte Inseln und über 750 Schären. Wovon die Menschen leben, welches ihre Traditionen sind und welche „Highlights“ die von uns besuchte Stadt Runavík vorzuweisen hat, erfahren Sie von Ihrer Lektorin Marita Basalla, denn: „Man sieht nur das, was man kennt“. Der Vortrag wird auch im Bordfernsehen auf **Kanal 65** übertragen.
- 10.45 Eine ruhige Hand ist gefragt beim **Darts**! Treff mit Marcia an den „Schöne Aussichten“ / Deck 11.
- 11.00 **Erklärung der Fitnessgeräte** im Fitnessraum auf Deck 9.
Jakob gibt Ihnen Tipps für ein optimales Training.
- 11.30 An den „Schöne Aussichten“ / Deck 11 (wetterabhängig):

Maritimer Frühschoppen

Genießen Sie Austern und weitere maritime Köstlichkeiten!

Ihr Barteam empfiehlt dazu ein Glas **Champagner** für € 8,50!

Ihr **Duo „Topas“** spielt Musik zum Mitsingen und Mitschunkeln!

Freuen Sie sich zudem auf eine Einlage des **MS Amara Showensembles**!



AMARA

NACHMITTAG

- 14.00 **Skat-Turnier (Tag 1):** Alle Skatspieler treffen sich im Kartenspielzimmer / Deck 7.
- 14.30 Tanzen Sie **Line Dance** in der Atlantik Show-Lounge / Deck 8.
Line Dance ist super für Einsteiger geeignet und es ist kein Tanzpartner erforderlich.
Die ersten Schritte zeigt Ihnen ein Line-Dance-begeisterter Mitreisender.
- 14.30 Kennen Sie schon das niederländische Brettspiel **Jakkolo**? Marcia erklärt Ihnen die Spielregeln.
Treff in Harry's Bar / Deck 7.
- 14.30 Auch im Sitzen kann trainiert werden. Wie das geht, zeigt Ihnen Jakob bei der **Sitzgymnastik** im Kreativraum auf Deck 5.
- 15.00 Im Bordkino / Deck 8: „**Das Smartphone als Kamera**“
Auch mit Smartphone und Tablet beeindruckende Urlaubserinnerungen gestalten. Lernen auch Sie, bessere Bilder mit dem Handy zu machen. Entdecken Sie das volle Potenzial Ihrer mobilen Geräte. Mit praktischen Tricks und kreativen Ideen verwandeln Sie spontane Schnappschüsse in hochwertige Erinnerungen. Ihr Dozent für Fotografie Frank Schaub freut sich auf Sie.
- 15.30 **Bodyforming** - Anspruchsvolle Kräftigungsübungen von Kopf bis Fuß. Mit Jakob im Kreativraum auf Deck 5. Bringen Sie Ihr Handtuch mit.
- 15.30 Spielen Sie eine Runde **Stadt-Land-Phoenix** mit Marcia in Harry's Bar auf Deck 7.
- 16.30 Im Bordkino / Deck 8: Ihr Bike-Guide Pepe stellt Ihnen die **Fahrrad-Ausflüge** dieser Reise vor.
- 16.45 **Bingo-Time!** Marcia und Jakob erwarten Sie in Harry's Bar / Deck 7.
Eine Bingokarte kostet € 5,00. Bitte bringen Sie Kleingeld / kleine Scheine mit.

KREDITKARTEN- / EC-KARTENREGISTRIERUNG

Die Abrechnung der Bordkonten erfolgt durch unseren langjährigen Partner **sea chefs** (Hotelmanagement). Möchten Sie Ihre Bordrechnung am Ende dieser Reise mit **Kreditkarte bzw. deutscher Girocard/EC-Karte** bezahlen, so können Sie diese im **Laufe der Reise** an der Rezeption registrieren lassen.

Wir bitten Sie, zur Kartenregistrierung folgende Einteilung zu beachten:

- | | |
|--|--|
| 23. August: Alle Gäste von Deck 10, 11 und 12 | 26. August: Alle Gäste von Deck 6 |
| 24. August: Alle Gäste von Deck 9 | 27. August: Alle Gäste von Deck 5 |
| 25. August: Alle Gäste von Deck 7 und 8 | |

Wünschen Sie keine Kartenzahlung, so erfolgt die Bezahlung der Rechnung am Abend vor Ihrer Abreise in bar.

POSTKARTEN-ANGEBOT

Denken Sie an Ihre Lieben daheim und versenden Sie Urlaubsgrüße!

Erhalten Sie heute 10 Postkarten Ihrer Wahl zum Angebotspreis von € 10,- (zzgl. Porto).

Eine Auswahl mit Motiven dieser Reise finden Sie an der Phoenix-Information oder der Rezeption auf Deck 8.

HOSPITAL

Zur Vermeidung von Verletzungen bitten wir Sie, gebrauchte Einwegspritzen, Kanülen, Rasierklingen, Lanzetten o. Ä. nicht in den normalen Abfall zu werfen, sondern diese fachgerecht zu entsorgen. **Behälter zur sicheren Entsorgung erhalten Sie kostenlos während der Sprechzeiten in unserem Hospital / Deck 4.**



ABENDPROGRAMM

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DEN ABEND

leichte Eleganz

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DAS PICHLER'S RESTAURANT

elegante Abendgarderobe

TAGESCOCKTAILS

Blue Lagoon

alkoholisch

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

zum Preis von nur € 4,70

Florida

alkoholfrei

(Orangen-, Ananas-, Maracuja-, Grapefruit- und Zitronensaft, Kokossirup, Grenadine)

zum Preis von nur € 3,70

DIGESTIF

Probieren Sie einen

Huckleberry Gin (4 cl) für
€ 5,90.

PICHLER'S RESTAURANT

Heute können Sie

zwischen **10.30 - 11.00 Uhr**

im Pichler's Restaurant /

Deck 7 eine Reservierung für

das **Spezialitäten-Menü**

vornehmen. Getränke sind

nicht inklusive und wir bitten

um elegante Kleidung.

20.30

Kinofilm im Bordkino / Deck 8

Informationen zum Film entnehmen Sie bitte dem Bildschirm vor dem Bordkino.

ab 20.45

Ihr Duo „**Topas**“ sorgt heute für gute musikalische Unterhaltung mit Highlights aus Country, Rock & Blues in Harry's Bar / Deck 7.

ab 21.00

In der Panorama-Lounge / Deck 12 unterhält Sie Ihr Duo „**Midnight**“ mit bekannten Melodien.

21.00

In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:

„Lieder unseres Lebens – die größten Ikoninnen unserer Zeit“

Tamara Lachner

präsentiert die großen Hits der
bekanntesten Diven aus der Zeit der
30er bis 60er Jahre.

Freuen Sie sich auf ein buntes Potpourri
zahlreicher Anekdoten zu den

beliebtesten Showgrößen wie Marlene Dietrich, Zarah Leander
und vielen mehr.

Ihr Barteam empfiehlt dazu eine **Phoenix-Margarita** zum Preis von € 5,90.

Die Show wird auch auf **Kanal 65** im Bordfernsehen übertragen.



22.00 - 23.00

Probieren Sie heute **Ragout Fin** zum Late-Night-Snack im
Restaurant Amara auf Deck 7.

ABENDESSEN IN UNSEREN RESTAURANTS

Damit Sie Ihr Abendessen entspannt genießen können und unnötige Wartezeiten vermeiden, empfehlen wir Ihnen, entweder den frühen Zeitpunkt um 18.00 Uhr oder den späteren um 19.30 Uhr zu wählen.

ZEITUMSTELLUNG

In der Nacht vom 23.08. auf den 24.08. werden die Uhren an Bord
von MS Amara 1 Stunde **ZURÜCKgestellt!** (03.00 Uhr = 02.00 Uhr)



AMARA

BOUTIQUE

BERING - Eine dänische Marke mit Uhren & Schmuck in zeitlos schönem, maritimen und minimalistischem Design. Das Twist & Change System der Ringe ermöglicht kreative Individualität. Schauen Sie vorbei und lassen Sie sich individuell beraten!

MS AMERA SPA

Buchen Sie heute eine Massage und Sie erhalten während der Anwendung einen **Hyaluron-Augenmaske gratis**.

HYGIENE AN BORD

Um den Hygienestandard an Bord weiterhin zu sichern, bitten wir Sie, stets die im Schiffsinneren sowie an der Gangway angebrachten Behälter mit Desinfektionsmittel zu nutzen.

PROMENADENDECK

Um die Nachtruhe der Gäste in den Kabinen rund um das Promenadendeck nicht zu stören, bitten wir Sie, zwischen **22.00 und 08.00 Uhr** nicht zu joggen.

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE

MS Amadea

Harstad / Vesterålen
Inseln / Norwegen

MS Artania

Nuuk / Grönland / Dänemark

MS Deutschland

Bordeaux / Frankreich

ÖFFNUNGSZEITEN

Rezeption	24-Stunden	Tel. 90	Deck 8
Phoenix-Bordreisebüro	09.30 - 11.30 Uhr	16.30 - 17.30 Uhr	Tel. 32882 Deck 8
Phoenix-Information	11.30 - 12.30 Uhr	17.30 - 18.00 Uhr	Tel. 32904 Deck 8
Gold/Silber Service	09.30 - 11.30 Uhr	16.30 - 17.30 Uhr	Deck 8
Kreuzfahrtberatung	09.30 - 11.30 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

Entspannt auf See: Die Soft-Creme-Packung umhüllt den ganzen Körper und pflegt die Haut nachhaltig. Kombiniert wird diese Wellnesspause mit einer individuellen Maske, die an Ihr persönliches Hautbedürfnis angepasst wird. Der Abschluss mit pflegendem Öl hinterlässt einen zarten Schimmer auf Ihrer Haut.

Entspannungszeit: 60 Min. / € 85,00.

Wimpern und Augenbrauen färben: Betonen Sie Ihre Augenpartie ohne täglichen Aufwand. Mit gefärbten Wimpern und Augenbrauen wachen Sie stets ausgehert auf. 30 Min / € 25,00

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 Amara	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	an der Phoenix-Lounge	Deck 7
12.30 - 14.00	Mittagessen	in den Restaurants Ozean und Amara	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	in den Restaurants Ozean und Amara	Deck 7
18.00 - 20.30	Abendessen	im Lido Buffet-Restaurant	Deck 11
18.30	Spezialitäten-Menü	im Pichler's Restaurant (Reservierung)	Deck 7
22.00 - 23.00	Late-Night-Snack	im Restaurant Amara	Deck 7

Probieren Sie **Ragout Fin**.

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

Ihr MS Amara-Team wünscht Ihnen einen erholsamen Urlaubstag auf See.

AMARA