

SONNENAUFGANG

06.39 Uhr

SONNENUNTERGANG

21.57 Uhr

FRÜHSTÜCK-SPEZIAL

Genießen Sie zum Frühstück heute ein **Kapitäns-Frühstück**.

BUCHUNGSBLATT

Das Buchungsblatt für die Ausflüge von **Sept-Îles bis Québec** erhalten Sie im Laufe des Vormittags auf die Kabine. Möchten Sie noch Ausflüge für diese Häfen buchen oder Änderungen vornehmen, melden Sie sich gerne am Phoenix-Bordreisebüro oder der Phoenix-Information auf Deck 8. Buchungsschluss für diese Ausflüge ist am **29. August, 12.00 Uhr**. Danach können Sie auf Wunsch und in begrenztem Rahmen noch Restplätze buchen. **Stornierungen und Umbuchungen sind jedoch nicht mehr kostenfrei möglich.**

WALBEOBACHTUNGSSTATION

Wenn sich MS Amera auf See befindet, ist zwischen 10.15 - 17.00 Uhr in der Panorama-Lounge / Deck 12 eine „Walbeobachtungsstation“ eingerichtet. Wir bitten Sie, die bereitgestellten Ferngläser, Wal-Poster etc. bitte dort zu belassen, damit diese allen Gästen zur Verfügung stehen.

TAGESPROGRAMM

Freitag, 28. August 2026

Erholung auf See

VORMITTAG

- 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: **Märchenpredigt - „Der süße Brei“** Unsere Bordpfarrerin Petra Hasenkamp lädt Sie herzlich zum Gottesdienst ein. Musikalische Begleitung: Klarinettist Janos Kallai
- 10.05 „Schwarz gegen Gelb“ so heißt es beim **Shuffleboard!** Treff mit Jakob auf Deck 12.
- 10.05 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:
Informationen zur Passage Prins Christian Sund und der „Hauptstadt des Südens“ Qaqortoq: Die Passage durch den Prins Christian Sund gehört sicherlich zu den Highlights jeder Grönlandreise und vielleicht war dies schon die Route bei der Entdeckung der Insel durch die Wikinger. Wo diese das südliche Grönland besiedelten und welche besonderen Aspekte die Ortschaft Qaqortoq im Altsiedelgebiet der Wikinger Ihnen heute bietet, 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.
- 10.05 **Achtsam & entspannt:** Mit positiven Affirmationen, bewusster Körperwahrnehmung, Atemübungen und sanften Bewegungen ganz bei sich ankommen. Mit Marcia im Kreativraum auf Deck 5.
- 10.30 **Yin & Yang Yoga:** Eine abwechslungsreiche Mischung aus ruhigen Dehnungen und kraftvollen, fließenden Bewegungen für mehr Beweglichkeit, Kraft und Balance. Mit Marcia im Kreativraum auf Deck 5.
- 10.30 **Küchenführung:** Unsere Küchenchefin Marie Jo Gerull gewährt allen angemeldeten Gästen einen Blick hinter die Kulissen. Treffpunkt ist vor dem Pichler's Restaurant / Deck 7. Eine Anmeldung war im Voraus an der Rezeption erforderlich. Bitte tragen Sie festes Schuhwerk.
- 11.00 Im Kochstudio (**Bordkino**) / Deck 8: **Show-Kochen** Unser **Flotten-Küchenchef Fritz Pichler** bereitet für Sie live **getrübte Bergkäsesuppe** zu. Schauen Sie ihm dabei über die Schulter. Eine Anmeldung war im Voraus erforderlich.
- 11.30 **Internationaler Tag des Querbinders:** Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und fertigen Sie beim **Bastel-Workshop** eigene kleine Mini-Fliegen zum Anstecken. Mit Marcia und Jakob im Kreativraum auf Deck 5.



NACHMITTAG

- 14.00 **Skat-Turnier (Tag 3):** Alle Skatspieler treffen sich im Kartenspielzimmer / Deck 7.
- 14.15 Eine ruhige Hand ist gefragt beim **Darts!** Fortsetzung der letzten Darts-Partie - Treff mit Marcia an den „Schöne Aussichten“/ Deck 11.
- 14.30 Tanzen Sie **Line Dance** in der Atlantik Show-Lounge / Deck 8 mit Ihrem Mitreisender Wolfgang.
- 14.30 **Bodyforming:** Anspruchsvolle Kräftigungsübungen von Kopf bis Fuß. Mit Jakob im Kreativraum auf Deck 5. Bringen Sie Ihr Handtuch mit.
- 15.00 Im Bordkino / Deck 8: **„Die Besten der Besten“**
Ein Streifzug durch die Bilder einiger der besten und renommiertesten Reisefotografen und Fotojournalisten. Lassen Sie sich von den Werken großer Fotografen inspirieren. Entdecken Sie unterschiedliche Bildstile, Herangehensweisen und Ideen für Ihre eigene fotografische Entwicklung. Ihr Dozent für Fotografie Frank Schaub freut sich auf Sie.
- 15.30 Spielen Sie das beliebte Kreuzfahrerspiel **Jakkolo** mit Marcia in Harry's Bar auf Deck 7!
- 15.30 **Climb & Strength:** Kräftigen Sie Ihre Muskulatur bei unterschiedlichen Übungen mit dem Thera-Band und trainieren Sie Ihre Ausdauer beim Treppensteigen. Treffpunkt mit Jakob auf Deck 5 im hinteren Treppenhaus.
- 16.00 **Herzlich Willkommen im MS Amera Spa / Deck 9:**
„Spa“ steht für Erholung, Entspannung und Wohlbefinden von Geist und Körper. Dies möchten wir Ihnen heute mit einem **Glas Sekt** etwas näherbringen und Ihre Fragen gern beantworten. Das gesamte AMERA Spa-Team freut sich, Sie begrüßen zu können.
- 16.00 Der **MS Amera Gäste-Chor** trifft sich mit Valerie und Thomas zur Probe im Piano Salon auf Deck 8.
- 16.30 und 18.00 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:
Kreuzfahrtdirektor Holger Winkler,
Ausflugsleiter Christian Pfeifer und Bordlektorin
Marita Basalla informieren Sie über unsere
Kreuzfahrt mit Expeditionscharakter.
- ca. 17.00 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:
Nanortalik, die „Perle Südgrönlands“: In unserem ersten grönländischen Hafen werden wir erstmals in Kontakt mit den Inuit, ihrer Lebensweise und Kultur kommen. Vieles ist ähnlich wie bei uns, manche Aspekte sind uns hingegen fremd. Informationen zur Strukturierung Ihres Landganges und zu den Lebensumständen der Menschen vor Ort übermittelt Ihnen Ihre Lektorin Marita Basalla, denn: „Man sieht nur das, was man kennt“.
Beide Vorträge werden auch im Bordfernsehen auf Kanal 65 übertragen.
Die Vorträge um 16.30 und um 18.00 Uhr sind identisch.
- 16.45 **Bingo-Bingo-Bingo!** Marcia und Jakob erwarten Sie in Harry's Bar/ Deck 7. Eine Bingokarte kostet € 5,00. Bitte bringen Sie Kleingeld / kleine Scheine mit.



AUSFLÜGE IN ENGLISCHER SPRACHE

Die Ausflüge dieser Reise werden meist von englischsprachigen lokalen Reiseleitern durchgeführt. Unsere Phoenix-Reiseleitung unterstützt Sie nach Möglichkeit bei der Übersetzung. Da viele Fahrzeuge gleichzeitig eingesetzt werden, kann nicht in jedem Bus ein Übersetzer mitfahren. **Daher unsere Bitte an Sie: Verstehen Sie Englisch?** Wenn Sie Englisch verstehen und Interesse haben, an einem englischsprachigen Ausflug (ohne Übersetzung) teilzunehmen, freuen wir uns, wenn Sie sich am Bordreisebüro oder an der Phoenix Information melden. Vielen Dank!

ABENDPROGRAMM

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DEN ABEND

leichte Eleganz

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DAS PICHLER'S RESTAURANT

elegante Abendgarderobe

TAGESCOCKTAILS

Caipirinha

alkoholisch

(Cachaça, Limetten, brauner Zucker, Limettensaft)
zum Preis von nur € 4,70

Coco Loco

alkoholfrei

(Kokossirup, Ananas-, Orangen- und Passionsfruchtsaft, Sahne) zum Preis von nur € 3,70

DIGESTIF

Probieren Sie einen

Dimple Whisky (4 cl) für € 5,80.

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. Genießen Sie ab heute das Spezialitäten-Menü **Kulinarische Weltumrundung**

20.00 - 23.00 Im Piano Salon auf Deck 8 unterhält Sie Ihr Duo „**Midnight**“ mit bekannten Melodien.

Ab 20.00 In der Panorama-Lounge / Deck 12: **Viking-Pub**
Unser Wikingerpub öffnet seine Tore. Genießen Sie eine Auswahl an Bieren, Whiskys, Cidern und Cocktails – mit nordischem Flair und echter Wikinger-Atmosphäre. Skál!

20.30 **Kinofilm** im Bordkino / Deck 8

ab 20.45 In Harry's Bar auf Deck 7 sorgt Ihr Duo „**Topas**“ für musikalische Unterhaltung.

21.00 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:

Musical Times – eine Reise durch die Welt der Musicals

Das sind Musicalmelodien, wie Sie sie kennen und lieben, neu interpretiert. „Das Phantom der Oper“ oder „Elisabeth“ – für welches Musical Sie sich auch entscheiden – beide verbindet eines. Sie sind große Klassiker, angefüllt mit bekannten, wie beliebten Melodien. Mit „Musical Times“ geleitet Sie das Duo **VALERIE UND THOMAS** in die bunte Welt bombastischer, gefühlvoller, sowie rhythmischer und neu interpretierter Musickompositionen.



Ihr Barteam empfiehlt heute Abend einen „**Red Carpet**“-Cocktail für € 5,90.

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

22.00 - 23.00 Probieren Sie heute **Piri-Piri-Hackbällchen** zum Late-Night-Snack im Restaurant Amara auf Deck 7.

Postkarten-Aktion

Verschicken Sie Ihre Postkarten aus Grönland!

Portokosten: € 4,50, Abgabeschluss: **31.08. um 12.00 Uhr**

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.

ZEITUMSTELLUNG

In der Nacht vom 28.08. auf den 29.08. werden die Uhren an Bord von MS Amara um 1 Stunde **ZURÜCKgestellt!** (03.00 Uhr = 02.00 Uhr)



BOUTIQUE

Glücksbringer für Ihre Reise:

Machen Sie Ihre Reise mit exklusiven Erinnerungsschmuck unvergesslich. Sichern Sie sich heute das **Sammel-Set mit fünf Charms** und Sie erhalten ein **Gratis-Armband** (Wert: € 29,90 €) dazu. Verschönern Sie Ihr Armband Tag für Tag mit neuen Charms für nur je € 9,90. Ab neun gesammelten Charms gibt's ein Schiffscharm gratis.

MS AMERA SPA

Buchen Sie heute eine Thai-Öl-Massage und wir verlängern diese gratis um 10 Minuten.

PARTIELLE MONDFINSTERNIS

Eine partielle Mondfinsternis lässt den Mond in den frühen Morgenstunden teilweise in den Erdschatten eintauchen. Dieses Himmelsschauspiel beginnt ab ca. 03.00 Uhr, den Höhepunkt erreicht es gegen 04.12 Uhr.

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE

MS Amadea

Kreuzen rund um Spitzbergen / Norwegen

MS Artania

Auf See, mit Kurs auf Nanortalik / Grönland / Dänemark

MS Deutschland

Bremerhaven / Deutschland

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 - 12.00 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	
		19.30 - 21.30 Uhr	Deck 8
Videoshop		20.30 - 21.00 Uhr	Deck 8
Fahrrad-Touren		20.30 - 21.00 Uhr	Deck 8
Boutique	09.00 - 22.00 Uhr	Tel. 23585	Deck 8
Schiffsarzt / Hospital	08.00 - 09.00 Uhr	17.00 - 18.00 Uhr	Tel. 31997 Deck 4
Notfall	24 Stunden	Tel. 110 / 112	

MS AMERA SPA

Thai-Öl-Massage: Die Thai-Öl-Massage basiert auf den Grundsätzen der traditionellen thailändischen Massage, wobei aromatische Öle verwendet werden. Der Therapeut trägt diese Öle auf die Haut auf, was zu sanfteren Bewegungen und einem entspannenden Erlebnis führt. Die Verwendung von Ölen verbessert das gesamte sensorische Erlebnis, pflegt die Haut und fördert einen erhöhten Entspannungszustand. Entspannungszeit: 75 Min. / € 95,00.

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
Herren Sauna	08.00 - 11.00 Uhr		Deck 9
Damen 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
Es gibt Piri-Piri-Hackbällchen .			

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