

#### AKTUELLES

Sonnenaufgang: 07.29 Uhr

Sonnenuntergang: 19.39 Uhr

#### NÄCHSTES ZIEL

Bremerhaven

#### ZEITUNTERSCHIED

12.00 Uhr an Bord

14.00 Uhr in Mitteleuropa

#### MS AMADEA VIA SATELLIT

Tel.: +870 773 936 367

#### FRÜHSTÜCKSEMPFEHLUNG

Probieren Sie heute zum Frühstück in den Restaurants **Vier Jahreszeiten / Deck 5** und **Amadea / Deck 8** das berühmte **Gourmet Frühstück**.

#### BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DEN ABEND


Leger

## TAGESPROGRAMM


### Donnerstag, 26. März 2020


### Auf See - Tag 8 von 14

#### VORMITTAG

- 08.00 Fit in den Tag beim **Frühsport** mit Uli **auf dem Sonnendeck, Deck 11** (wetterabhängig).
- 08.08 **Wir laufen nach Bremerhaven!** Laufen Sie mit Simone Runden ums Deck und seien Sie schneller als die MS Amadea. **Treffpunkt: Fotoshop / Deck 7.**
- 08.45 **Intensiv Bauch-Beine-Po Training** mit Manuela in der **Atlantik Lounge / Deck 6 & 7**. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit. 
- 09.30 **Shuffleboard-Treff:** Alle Shuffleboard Spieler treffen sich am **Shuffleboard Feld / Deck 7 backbord**.

10.00 In der **Atlantik Lounge / Deck 6 & 7:**  
**Informationen zur Ausschiffung in Bremerhaven**  
Wir bitten um Anwesenheit von mindestens einer Person pro Kabine!

- 10.30 In der **Atlantik Lounge / Deck 6 & 7:**  
**Space Shuttle - Die Geschichte eines Traums - Das Ende des Traums**  
Im Januar 2003 startet die Raumfähre „Columbia“ zur mittlerweile 113. Mission des Shuttle Programms. Was wie eine Forschungsmission beginnt, endet in einem tödlichen Desaster. Sieben Astronauten verlieren ihr Leben. Der **Raumfahrtshistoriker Stephan Hillenbrand** stellt Ihnen in seinem spannenden Vortrag neben der Mission auch die darauf folgende beispiellose Suchaktion zur Rekonstruktion der Raumfähre vor. 

- ab 10.30 Im **Amadea Golf Club** auf **Deck 11** (wetterabhängig):  
Freies Golfspiel; Golfschläger und Golfbälle stehen zur Verfügung. 

- 10.30 Werfen Sie Säckchen beim **Boccia-Turnier Tag 1** mit Manuela an der **Golf Bar / Deck 11**.
- 11.00 **„Religion, Philosophie, Naturwissenschaft – Konflikt oder Harmonie?“**  
Bordpfarrer Manfred Hans Treutler lädt Sie zu einem Vortrag und einer Gesprächsrunde in **Harry's Bar / Deck 6** ein.
- 11.00 Spielen Sie **Stadt, Land, Genuss** mit Melanie in **Harry's Bar / Deck 6**.
- 11.30 **Nacken, Schultern, Arme** - leichte Übungen zur Kräftigung und Entspannung mit Manuela. Treffpunkt: **Deck 11 achtern**.
- 11.15 **„Transport“** Heute lernen Sie alles rund um das Thema Transport auf Englisch mit **Inger Pelka**, in der **Kopernikus Bar / Deck 9**.
- 12.00 Rätseln Sie mit beim **Mittagsquiz** mit Uli in **Harry's Bar / Deck 6**.

## NACHMITTAG

- 14.00 **Spiele-Treff** – Bridge-, Rommé-, Doppelkopf- und Brettspieler treffen sich in der **Vista Lounge / Deck 10**.
- 14.00 **Skat-Turnier & Siegerehrung:** Alle Skat-Spieler treffen sich mit Moritz in **Harry's Bar / Deck 6**.  
Zudem werden die Sieger des letzten Turniers ausgezeichnet. 
- 14.00 Der **Gäste-Chor** trifft sich mit Manuel, Thorsten und Björn in der **Vista Lounge / Deck 10**.
- 14.00 In der **Atlantik Lounge / Deck 6 & 7:**  
„**Heute dreimal ins Polarmeer gefallen**“: Arthur Conan Doyles Reise mit einem Walfangschiff in die Arktis.  
 Sir Arthur Conan Doyle, der weltberühmte Autor der Sherlock-Holmes-Kriminalromane, beschloss im Jahr 1880 als junger Medizinstudent, sein Studium zu unterbrechen und als Schiffsarzt auf einem Arktis Walfänger anzuheuern. Sechs Monate dauerte seine Reise ins Eismeer und bot ihm ungeahnte Erlebnisse und Erfahrungen, die er in einem Tagebuch festhielt. Ihr **Lektor Dr. Rainer Pelka** stellt Ihnen diese Reise anhand von Notizen und Zeichnungen aus Doyles Tagebuch vor.
- 14.30 **Tischtennis-Treff:** Alle Tischtennis Spieler treffen sich im **vorderen Treppenhaus auf Deck 3**.
- 15.00 **Progressive Muskelentspannung im Sitzen** mit Manuela im **Kino / Deck 6**.
- 15.00 Treffen Sie ins Schwarze beim **Darts** mit Stefan. Treffpunkt: **Jupiter Bar / Deck 9** an der Dartscheibe.
- 15.10 **Tanzen leicht gemacht!**  
Ihr Showensemble-Tanzpaar Doreen & Luc erwartet alle Tanzsportfreunde zum Tanzkurs in der **Atlantik Lounge / Deck 6**. Lernen Sie Standard- & lateinamerikanische Gesellschaftstänze. 
- 15.30 Im **Amadea Golf Club auf Deck 11** erwartet Sie Golfpro Uli. (**wetterabhängig**):  
Heute: „Hole in Three“ Wettbewerb.
- 15.45 Spielen Sie mit beim **Jakkolo** mit Clara an der **Jupiter Bar / Deck 9** bei den Stehtischen.
- 16.00 **Modenschau in Harry's Bar / Deck 6**  
 Seien Sie heute dabei, wenn Ihre Mitreisenden zu Models werden und Harry's Bar zu einem Laufsteg verwandeln. Gisela präsentiert Ihnen Ihre Mitreisenden ausgestattet mit aktuellen Kollektionen.  
Tipp: Heute bekommen Sie **10 % Nachlass auf alle Modenschau Outfits!**
- 16.00 **Kniffel:** Würfeln Sie mit Amelie eine Runde in der **Vista Lounge / Deck 10**.
- 16.30 „**Was machen Astronauten im Privatleben?**“  
Was Sie schon immer über die bemannte Raumfahrt wissen wollten, aber noch nie zu fragen gewagt haben. Der **Raumfahrtshistoriker Stephan Hillenbrand** steht Ihnen in einer unterhaltsamen Plauderrunde für die Beantwortung Ihrer Fragen zur Verfügung im **Kino / Deck 6**.
- 16.45 **SKIP-BO:** Spielen Sie mit Anja eine Runde Skip-Bo in **Harry's Bar / Deck 6**.
- 17.00 **Cocktail Workshop.** Mixen Sie Ihren eigenen Cocktail mit Barmanagerin Isabel Moll und lernen Sie Interessantes über die Geschichte des Cocktails in der **Kopernikus Bar / Deck 9**.  
Die Teilnahmeplätze sind begrenzt, bitte melden Sie sich an der Rezeption an. 
- 17.00 **Bingo! Bingo! Bingo!** Versuchen Sie Ihr Glück bei Manuela & Uli in **Harry's Bar / Deck 6**.  
(Bringen Sie bitte 5€ Kleingeld oder einen 5€-Schein mit!)

## TAGESCOCKTAILS

### Swimming Pool

alkoholisch

Vodka, weißer Rum,  
Blue Curaçao, Ananassaft &  
Kokossirup  
zum Preis von nur € 3,70

### Coconut Kiss

alkoholfrei

Kokossirup, Ananassaft,  
Grenadinesirup  
zum Preis von nur € 2,50

## HAPPY HOUR

17.30 – 18.30 Uhr

Gönnen Sie sich vor dem  
Abendessen einen Drink!  
Alle Cocktails & Long Drinks aus  
der Barkarte erhalten Sie in  
allen geöffneten Bars zum  
halben Preis!  
(Ausnahme: Tagescocktails)

## LATE NIGHT SNACK

22.00 – 23.00 Uhr

Den Late Night Snack  
gibt es heute am  
Asuka Zeichen / Deck 6.

## KOPERNIKUS WÜSTCHEN

22.00 – 24.00 Uhr

Sie haben noch Appetit?  
In der Kopernikus Bar / Deck 9  
können Sie sich stärken.  
Bitte fragen Sie unser  
Barpersonal.

## ABEND

ab 20.30 In **Harry's Bar / Deck 6** spielt für Sie heute Abend das  
MS Amadea Duo **Charly & Steve** internationale Tanzmusik.

20.45 In der Atlantik Lounge / Deck 6 & 7:



Produktionsleiter Christian Stocklöv stellt Ihnen  
Team & Darsteller der Traumschiff Kapstadt Folge vor.

im Anschluss In der Atlantik Lounge / Deck 6 & 7:



ab 21.15 „Bacardi-Feeling“  
Lassen Sie die Hüften kreisen zur Musik von DJ Emir  
draußen an der **Jupiter Bar / Deck 9**.



## BITTE BLEIBEN SIE GESUND!

Wir erreichen kühlere Regionen; damit steigt die Gefahr einer normalen Erkältung.  
Bitte beachten Sie folgende Ratschläge:

- Vermeiden Sie es, sich dem Fahrtwind oder anderem Luftzug auszusetzen.
- Kleiden Sie sich auf den Außendecks warm.
- Halten Sie sich nicht verschwitzt oder nass an Deck auf.
- Passen Sie die Temperatur in Ihrer Kabine an.

### AMADEA SPA

#### Programm Exception Marine

Erleben Sie die Königsklasse der Hautregeneration mit patentierten maritimen Wirkstoffen. Die Haut wird intensiv verdichtet und geglättet. Bereits nach der ersten Anwendung erscheinen die Gesichtskonturen wie neu definiert. Die Haut gewinnt Spannkraft und Elastizität zurück, Falten wirken wie aufgepolstert und der Teint wirkt ebenmäßiger. Erleben Sie diese vitalisierende Reinigung. Entspannungszeit: 90 Minuten.

### FILM & FERNSEHEN

Im **Bordkino / Deck 6** sehen Sie **jeden Abend um 21.15 Uhr** einen **Überraschungsfilm**. Nähere Infos entnehmen Sie bitte Kanal 4 des Bord TV.

#### Bord-TV – Programm

Kanal 6 & 7: Abwechselnde Spielfilme in Dauerschleife  
Kanal 11: Tagesschau  
Kanal 12 & 13: Abwechselnde Serien in Dauerschleife

### BORDBOUTIQUE

Schützen Sie Ihre Augen mit einer modischen oder polarisierten Sonnenbrille von Ray Ban. Diese Linsen sind polarisiert – das heißt sie blockieren 99% aller blendenden Reflexionen. Dadurch werden die Augen weniger beansprucht. Gerne stellen wir Ihnen die Modellvarianten vor. Tipp: Jeder Ray Ban Einkauf erhält heute einen Duft im Wert von € 19,90 als Geschenk dazu!

### ÖFFNUNGSZEITEN

<b>Rezeption/Notfall</b>	durchgehend geöffnet	Tel. 3202	Deck 5
<b>Phoenix Information</b>	10.30 – 12.30 Uhr 16.30 – 18.30 Uhr		Deck 5
<b>Kreuzfahrtberatung</b>	10.30 – 12.00 Uhr		Deck 6
<b>Schiffsarzt/Hospital</b>	09.30 – 11.00 Uhr 17.00 – 18.00 Uhr	Tel. 3001	Deck 6
<b>Bordboutique</b>	09.00 – 12.00 Uhr 15.00 – 22.00 Uhr		Deck 6
<b>Fotoshop</b>	10.00 – 12.00 Uhr 20.00 – 21.00 Uhr		Deck 7
<b>Videoshop</b>	20.00 – 20.30 Uhr		Deck 7
<b>Amadea Spa</b>	08.00 – 20.00 Uhr	Tel. 5104	Deck 10
<b>Sauna</b>	09.00 – 20.00 Uhr		Deck 10
<b>Fitnessraum</b>	durchgehend geöffnet		Deck 10

### RESTAURANTZEITEN

<b>Early Bird</b>	07.00 – 08.00 Uhr	Jupiter Bar	Deck 9
<b>Frühstück</b>	08.00 – 10.00 Uhr	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
		Restaurant Amadea	Deck 8
<b>Spätes Frühstück</b>	10.00 – 10.30 Uhr	Restaurant Amadea	Deck 8
<b>Bouillon &amp; Kaltschale</b>	11.00 – 11.30 Uhr	Pool	Deck 8
<b>Mittagessen</b>	12.30 – 14.00 Uhr	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
		Restaurant Amadea	Deck 8
<b>Tee- &amp; Kaffeestunde</b>	15.30 – 16.30 Uhr	Restaurant Amadea	Deck 8
<b>Abendessen</b>	18.00 – 21.00 Uhr	Restaurant Vier Jahreszeiten	Deck 5
		Restaurant Amadea	Deck 8
<b>Late Night Snack</b>	22.00 – 23.00 Uhr	Asuka Zeichen	Deck 6

### BARZEITEN

<b>Harry's Bar</b>	09.00 – 01.00 Uhr		Deck 6
<b>Havanna Club</b>	18.00 – 01.00 Uhr		Deck 7
<b>Jupiter Bar</b>	ab 10.00 Uhr	(wetterabhängig)	Deck 9
<b>Kopernikus Bar</b>	ab 18.00 Uhr		Deck 9
<b>Vista Lounge</b>	14.00 – 24.00 Uhr		Deck 10

### WO IST DIE PHOENIX FLOTTE HEUTE?

<b>MS Artania</b>	Auf Reede vor Fremantle / Australien <i>Wir denken an alle an Bord !!!</i>
<b>MS Albatros</b>	Auf See mit Kurs auf den Suez-Kanal
<b>MS Deutschland</b>	z.Zt. MS World Odyssey - Kurs auf Bremerhaven
<b>MS Amara</b>	Auf See mit Kurs auf Bremerhaven