

SONNENAUFGANG

05.43 Uhr

SONNENUNTERGANG

17.54 Uhr

ZEITUNTERSCHIED

Der aktuelle Zeitunterschied beträgt **7 Stunden**.

05.00 Uhr an Bord

= 12.00 Uhr in Deutschland

FRÜHSTÜCKSSPEZIAL

Probieren Sie heute

Erdbeer Pfannkuchen!

FOTOSHOP

Unser Fototeam hat die schönsten **Landschaftsfotos** der bisherigen Weltreise in einer Diashow für Sie zusammengefasst.

Sie erhalten die Diashow auf einem USB-Stick zum Preis von € 49,99.

Unser Fototeam auf Deck 8 freut sich auf Ihren Besuch!

MS ALBATROS „NOSTALGIE- ECKE“



Möchten Sie das eine oder andere Andenken unserer MS Albatros erwerben, wie. z.B. das Fotobuch der MS Albatros, das Puzzle, ein Frühstücksbrett, Fernglas oder das Modellschiff? Schauen Sie gerne heute von **16.30 - 17.00 Uhr** bei Mareike in der Kreuzfahrtberatung auf Deck 8 vorbei!

TAGESPROGRAMM

Mittwoch, 22. März 2023

Erholung auf See

VORMITTAG

- 08.30 **Fit in den Tag!** Bringen Sie Ihren Kreislauf in Schwung mit **Frühsport**.
Treff mit Matthias am Pool / Deck 9.
- 09.15 **Morgenandacht**
Ihr Bordpfarrer Martin Stählin lädt Sie recht herzlich in die Panorama-Lounge auf Deck 12 ein.
- 10.05 **Frauen gegen Männer** - so heißt es wieder beim **Shuffleboard**.
Benjamin erwartet Sie am Shuffleboardfeld auf Deck 12.
- 10.05 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:
Das Geheimnis der Tierwanderungen Mittelamerikas und das Wunder der Orientierung
Unser Lektor Sven Achtermann lüftet das Geheimnis der Tierwanderungen und erklärt das Wunder der Orientierung. Erklärt wird auch, woher wir Menschen all dies Wissen; welche teilweise einfachen Versuche diese Kenntnisse brachten.
Der Vortrag wird auch auf **Kanal 55** im Bordfernsehen übertragen.
- 11.15 **Killer-Darts!** Treff mit Benjamin an den „Schöne Aussichten“ / Deck 11.
- 11.30 **Zirkeltraining:** Trainieren Sie an verschiedenen Stationen Kraft und Ausdauer. Jede Übung dauert 45 Sekunden und danach 30 Sekunden zum Stationswechsel. Treffpunkt mit Matthias im Kreativraum / Deck 5.
Bringen Sie bitte ein Handtuch mit.
- 12.15 Ihr Wissen und Schnelligkeit ist gefragt beim **Schnellrate-Quiz!**
Benjamin erwartet Sie an der Phoenix-Lounge auf Deck 7.
Der Gewinner darf sich über einen Gutschein für einen Tagescocktail freuen.

SHOW-COOKING

„Alfred kocht“



Unser Küchenchef **Alfred Spieler** bereitet **live** für Sie Avocado-Limetten-Käsekuchen zu! Seien Sie dabei und schauen Sie ihm über die Schulter. Der nächste Termin ist der 23.03. um 10.30 Uhr. Begrenzte Kapazität, eine Anmeldung ist im Voraus erforderlich - bitte melden Sie sich an der Rezeption.



AMERA

NACHMITTAG

- 12.30 - 14.00 An den „Schöne Aussichten“ / Deck 11:
Probieren Sie **Currywurst mit Pommes Frites!**
Ihr Barteam empfiehlt dazu **Weizenbier** und **Corona**.
- 14.30 **Skat-Treff** im Kartenspielszimmer / Deck 7.
- 14.30 **Spiele Sie gerne Tischtennis?** Gleichgesinnte treffen sich zu einer Partie auf Deck 11.
Bälle und Schläger finden Sie in der türkisen Box nahe der Tischtennisplatte.
- 15.00 **Line Dance:** Ihre Mitreisende Colette lädt Sie zum Line Dance in die Atlantik Show-Lounge / Deck 8 ein. Line Dance ist auch super für Einsteiger geeignet und erfordert keinen Tanzpartner.
- 15.00 Spielen Sie das beliebte niederländische Brettspiel **Jakkolo!**
Treff mit Benjamin an den „Schöne Aussichten“ / Deck 11.
- 15.00 **Bodyforming:** „Einmal alles von Kopf bis Fuß durchkräftigen“.
Treff mit Matthias im Kreativraum / Deck 5. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.
- 15.15 **Kniffe des Grundrechnens II: Andere Schnellrechentechiken**
(Highlights des Vortrags: Die Überkreuzmethode: Das Ergebnis einer Multiplikation zweier Zahlen in einer Zeile ohne größere Mühe. Weitere Rechenkniffe: Multiplikation mit 11. Quadrieren einer Zahl mit Endung 5.) Rechenweltmeister Dr. Dr. Gert Mittring begrüßt Sie im Bordkino / Deck 8.
- 16.00 Spielen Sie den Klassiker **Stadt-Land-Fluss** mit Benjamin im Piano Salon / Deck 8.
- 16.00 **Dance Workout:** Verbrennen Sie zu einfachen Schrittkombinationen einige Kalorien.
Treff mit Matthias in der Atlantik Show Lounge / Deck 8.
- 16.30 **BINGO-BINGO-BINGO!** Benjamin erwartet Sie in Harry's Bar / Deck 7.
Eine Bingokarte kostet € 5,00. Bitte bringen Sie Kleingeld mit.
- 16.45 **„Walk the Treppenhaus“**
Ein flotter Rundgang alle Treppen hinauf und hinab mit Matthias. Aufzug nehmen gilt nicht!
Treffpunkt im vorderen Treppenhaus auf Deck 4.
- 17.30 - 18.30 **Aperitifstunde** im Piano Salon / Deck 8. Genießen Sie vor dem Gala-Abendessen einen Cocktail oder Longdrink. Ihr Barteam empfiehlt heute einen **Champagner Cocktail** zum Preis von € 4,50.

KLIMAAANLAGE

Wir bitten alle Gäste, **stets die Türen zu den Außendecks und Balkonen zu schließen**, um eine bestmögliche Funktion der Klimaanlage zu gewährleisten.

DER MS AMERA "TIPPWOCH"

Jeden Mittwoch der Weltreise stellen wir eine interessante Schätzfrage. Sie haben die Chance auf einen kleinen Preis, wenn Ihr Tipp der gesuchten Zahl am nächsten kommt. Einfach an der Rezeption vorbeischaun und Ihre Schätzung inklusive Kabinennummer abgeben. Sollten mehrere Tipps gleich gut sein, wird zwischen diesen Teilnehmern gelost. **Die Frage der Woche finden Sie jeden Mittwoch auf dem Bildschirm an der Rezeption.** Die Auflösung und der Gewinner werden am darauffolgenden Tag auf dem Bildschirm an der Rezeption bekannt gegeben. Viel Glück und viel Spaß!



GALA-ABEND

BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DEN ABEND

elegante Abendgarderobe

(Herren im Anzug,
Damen entsprechend)

TAGESCOCKTAILS

Champagner Cocktail

alkoholisch

(Montaudon Brut, Cointreau
Courvoisier VSOP)

zum Preis von nur € 4,50

Big Apple

alkoholfrei

(Grenadine, Apfelsaft, Soda,
Orangensaft)

zum Preis von nur € 3,50

DIGESTIF

Ihr Barteam empfiehlt einen
Kahlúa für € 3,50 in einer
unserer Bars.

PICHLER'S RESTAURANT

Ihre Reservierung nimmt
unser Oberkellner Adi
Saputra heute zwischen
09.30 - 10.00 Uhr vor dem
Pichler's Restaurant
entgegen. Weitere
Reservierungstermine
werden im Tagesprogramm
bekannt gegeben.

FRANKFURTER WÜSTCHEN

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

17.15 - 19.30 **Champagner-Bar** vor den Restaurants Ozean & Amara / Deck 7:
Stoßen Sie mit einem Glas **Champagner** (€ 6,50)
auf den heutigen Gala-Abend an.

18.00 - 20.30 Genießen Sie heute Abend unser „**Gala**“ **Abendessen**.

20.30 - 23.00 Ihr Pianist **László Bánfi** spielt in der Panorama-Lounge / Deck 12.

20.30 Im Bordkino / Deck 8: **Kinofilm**

21.00 - 22.15 Ihr **Duo Zsófia & József** sorgt für Stimmung in Harry's Bar / Deck 7.

21.15 In der Atlantik Show-Lounge / Deck 8:

VIVA LAS VEGAS

It's Showtime...



ELVIS PRESLEY präsentiert

seine größten Hits und die **Blues Brothers**
haben die bekanntesten Songs für Sie im Gepäck.

Lehnen Sie sich zurück und genießen Sie eine
wundervolle Show, live

gesungen von Ihrem

MS Amara Showensemble

und live gespielt von der

MS Amara Showband



Ihr Barteam empfiehlt heute Abend den Cocktail „**Elvis Presley**“
zum Preis von € 4,90.

Diese Abendshow wird auch auf **Kanal 55** im Bordfernsehen übertragen

Im Anschluß In Harry's Bar / Deck 7:

VEGAS PARTY

DJ Adalid

spielt die besten Hits zum Tanzen und Mitfeiern!

22.00 - 23.00 Probieren Sie **Mini Cheeseburger** zum Late-Night-Snack
im Restaurant Amara / Deck 7.



AMARA

BOUTIQUE

Coeur de Lion -

zeitlos und elegant.
Diese handgemachten Schmuckstücke sind in Deutschland gefertigt und bestechen durch unverwechselbare Optik und außergewöhnliche Farben.
Nur heute erhalten Sie beim Kauf von 2 Teilen 20 % Rabatt auf den günstigeren Artikel!

AUS ÄSTHETISCHEN, HYGIENISCHEN GRÜNDEN BITTEN WIR SIE...

- sich vor Benutzung des Pools abzduschen
- zu den Mahlzeiten in den Restaurants nicht in Sportkleidung oder Badebekleidung zu erscheinen.
- davon abzusehen, leicht bekleidet oder barfuß (z.B.: Badebekleidung, freier Oberkörper) das Schiffsinnere zu betreten

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE

MS Amadea

Auf See, Kurs Manila / Philippinen

MS Artania

Dakar / Senegal

MS Deutschland

Ist im Sommer 2023 wieder für Phoenix Reisen im Einsatz

ÖFFNUNGSZEITEN

Rezeption	24-Stunden	Deck 8	Tel. 90
Phoenix Bordreisebüro	09.30 - 11.00 Uhr	16.00 - 17.00 Uhr	Deck 8 Tel. 3332
Phoenix Information	11.00 - 12.30 Uhr	17.00 - 18.00 Uhr	Deck 8 Tel. 3323
Gold/Silber Service	09.30 - 11.00 Uhr	16.30 - 17.30 Uhr	Deck 8
Kreuzfahrtberatung	09.30 - 12.30 Uhr	17.00 - 18.00 Uhr	Deck 8 Tel. 3343
Fotoshop	09.00 - 12.00 Uhr	16.00 - 18.00 Uhr	Deck 8
		20.00 - 22.00 Uhr	
Videoshop		20.30 - 21.00 Uhr	Deck 8
Boutique	09.00 - 22.30 Uhr	Deck 8	Tel. 3585
Schiffsarzt / Hospital	09.30 - 10.30 Uhr	17.00 - 18.00 Uhr	Deck 4 Tel. 3200
Notfall	24 Stunden		Tel. 90

MS AMERA SPA

Meerestiefenanwendung für Ihn mit Ocean Care

Entdecken Sie die Kraft des Meeres in drei Ihrem Hauttyp entsprechenden, verwöhnenden Pflegeschritten: Sanfte Reinigung - entspannende Gesichtsmassage - Intensivmaske - Energie & Pflege mit Ocean Care. Mit dem Wirkstoff Algue Bleue Vital bündeln wir in einer Anwendung das Beste des Meeres für den Mann.
Entspannungszeit: 45 Minuten / € 63,- oder 75 Minuten / € 89,- .

Spa	08.00 - 20.00 Uhr	Deck 9	Tel. 3294
Friseursalon	08.00 - 20.00 Uhr	Deck 9	Tel. 3294
Fitnessraum	08.00 - 22.00 Uhr	Deck 9	
Sauna	08.00 - 20.00 Uhr	Deck 9	

RESTAURANTZEITEN

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 / Deck 11
11.00 - 11.30	Bouillon & Kaltschale	an der Bar „Schöne Aussichten“ / Deck 11
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- u. Kaffeestunde	im Lido Buffet-Restaurant / Deck 11
		und an den „Schöne Aussichten“ / Deck 11
18.00	Spezialitäten Menü	Pichler's Restaurant / Deck 7 (mit Reservierung)
18.00 - 20.30	Gala-Abendessen	in den Restaurants Ozean und Amara / Deck 7 sowie im Lido Buffet-Restaurant / Deck 11
22.00 - 23.00	Late-Night-Snack	im Restaurant Amara / Deck 7
		Es gibt Mini Cheeseburger .

BARZEITEN

Harry's Bar	Deck 7	09.00 - 01.00 Uhr
Phoenix-Lounge & Bar	Deck 7	ab 09.00 Uhr (wetterabhängig)
Piano Salon	Deck 8	17.00 - 24.00 Uhr
Panorama-Lounge	Deck 12	17.00 - 24.00 Uhr
„Schöne Aussichten“	Deck 11	10.00 - 21.00 Uhr (wetterabhängig)

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



AMERA