

## Sonnenaufgang

04.52 Uhr

## Sonnenuntergang

21.38 Uhr

## AKTUELLES

### FITNESSKURSE

Um auch beim Sport genügend Abstand einhalten zu können, bitten wir Sie, sich für die angebotenen Kurse und auch die Geräteinweisung (außer Walk-a-Mile), an der Phoenix Information während der Öffnungszeiten anzumelden.

### GESCHLOSSENE GESELLSCHAFT

Heute (13.07.) findet um 16.45 Uhr in der Atlantik Show-Lounge eine Veranstaltung nur für geladene Gäste statt (Gäste mit Gold & Silber Service).

### DAS PHOENIX BAUERNBROT FÜR ZUHAUSE

Frühstückten Sie Zuhause wie an Bord oder überraschen Sie Ihre Lieben daheim mit einem Laib kräftiger Kruste und saftiger Krume aus der Bordbäckerei. Sie können das Phoenix Bauernbrot im exklusiven Leinen-Brotbeutel bis zum 16. Juli um 14.00 Uhr an der Rezeption / Deck 2 bestellen. Der Preis von € 4,50 wird auf Ihr Bordkonto gebucht. Sie erhalten einen Coupon und geben diesen am Abreisetag im Restaurant Ihrem Frühstückskellner. Von ihm erhalten Sie Ihr frisch gebackenes Phoenix Bauernbrot.

# TAGESPROGRAMM

**Dienstag, 13. Juli 2021**

## Erholung auf See

### VORMITTAG

- 08.30 **Fit in den Tag!** Bringen Sie Ihren Kreislauf in Schwung und machen Sie mit beim Frühsport mit Silvia am Pool / Deck 9.
- 09.15 Pazifik Lounge / Deck 9:  
Bordpfarrer Michael Kiefer lädt Sie herzlich zur **Ökumenischen Morgenandacht** ein.
- 09.30 **Walk a Mile!** Drehen Sie mit Caro ein paar Runden um das Promenadendeck. Treffpunkt ist an der Phoenix Bar / Deck 4.
- 10.05 „**Bauch-Beine-Po**“! Straffen Sie mit Silvia Ihre Problemzonen am Pool / Deck 9.
- 10.05 Atlantik Lounge / Deck 3:  
für alle Interessierten aller Decks  
**„Stockholm - Alter Schwede in neuem Gewand“**  
Ein interessanter Vortrag von unserem Lektor Joerg Hertel!  
Dieser Vortrag wird auch auf TV-Kanal 46 übertragen.
- 10.15 **Shuffleboard!** Schieben Sie die Scheiben über das Deck mit Caro auf Deck 5 (achtern). 
- 11.00 „**All in One**“ - Kräftigen Sie einmal alles von Kopf bis Fuß durch mit Silvia am Pool / Deck 9. (für Fortgeschrittene)
- 11.15 **Kids & Teens** treffen sich mit Caro auf eine Runde **Stadt-Land-Fluss** in der Casablanca Bar / Deck 3.

### VERLOSUNG DER SEEKARTE DIESER REISE

Möchten Sie ein ganz besonderes nautisches Souvenir dieser Reise mit nach Hause nehmen? Im Rezeptionsbereich / Deck 2 ist die von der Besatzung künstlerisch verschönerte Seekarte dieser Kreuzfahrt ausgestellt. Sie wird am Ende der Reise verlost. An der Rezeption erhalten Sie 1 Los für € 5,- oder 3 Lose für € 10,-. Der Erlös kommt dem Artania Crew Welfare Fonds zugute (Fonds für das Wohlbefinden der Besatzung).



## NACHMITTAG

- 14.00 Pazifik Lounge / Deck 9: **Bildgestaltung**  
„Optimierung Ihrer Fotos schon beim Fotografieren“ - Ralf Seidl, Ihr Multimediaexperte, gibt Ihnen Anregungen und Tipps zu diesem Thema.
- 14.30 **Kids & Teens** lassen die Bälle mit Caro beim **Tischtennis** auf Deck 5 (achtern) fliegen.
- 15.00 **Yoga!** Im Mittelpunkt steht die fließende Abfolge von Positionen, wobei das Hauptmerkmal auf der Synchronisation von Bewegung und Atmung liegt. Treffpunkt ist mit Silvia am Pool / Deck 9.
- 15.30 - 16.30 Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2: **Kaffee & Kuchen**  
Genießen Sie köstliche **Kuchen-Spezialitäten!**
- 15.30 - 16.30 Kopernikus Bar / Deck 8 (wetterabhängig):  
**Französischer Kaffeeklatsch!**  
  
**Es gibt französische Crêpes mit Erdbeeren!**  
Gönnen Sie sich dazu einen **Erdbeershake** zum Preis von € 3,50.  
Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass nicht alle Gäste gleichzeitig verköstigt werden können - Es wird bis 16.30 Uhr kontinuierlich frisch nachgebacken.
- 15.30 Pazifik Lounge / Deck 9: **"Entdecken und trainieren Sie Ihre Selbstheilungskräfte!"**  
Unsere Diplom-Psychologin Suzanne Drosihn lädt Sie zu einem spannenden Vortrag ein.
- 15.30 Spielen Sie eine Runde **Jakkolo** mit Caro in der Casablanca Bar / Deck 3.
- 16.00 **Rückenfit!** Mobilisieren und stärken Sie Ihren Rücken mit gezielten Übungen mit Silvia am Pool / Deck 9.
- 17.00 „**Fun Tone**“! Ein Intervall-Training, in dem jede Übung 45 Sekunden dauert. Ausdauer und Kraft sind im Fokus dieser Stunde (für Fortgeschrittene). Silvia freut sich auf Sie am Pool / Deck 9.
- 17.00 **Bingo!** Kommen Sie in die Casablanca Bar / Deck 3, um gemeinsam mit Caro und Stephi um den Jackpot zu spielen. Eine Karte kostet € 5,-. Bitte bringen Sie Bargeld (kleine Scheine) mit.
- 18.00 **Siegerehrung Bord Rallye!** Alle Kids & Teens treffen sich mit Caro in der Casablanca Bar / Deck 3, um Ihre Gewinne abzustauben.

## ABENDPROGRAMM

- 19.00 - 22.00 Harry's Bar / Deck 3: **Dietmar Schlabertz** unterhält Sie am Piano!
- 20.00 - 22.30 Casablanca Bar / Deck 3: Musik von Ihrem **Duo „Bitter Lemon“**.
- 20.30 - 23.30 Das **„Laura Riz Trio“** spielt live in der Pazifik Lounge / Deck 9.



## TAGESCOCKTAILS

**Tahiti Club** (alkoholisch)  
zum Preis von nur € 3,70  
(Bacardi, Limetten-, Zitronen-,  
Ananassaft)

**Caribbean Sunset** (alkoholfrei)  
zum Preis von nur € 2,50  
(Grenadine, Ananas-, Zitronen-,  
Orangen-, Maracujasaft)

## DIGESTIF

Gönnen Sie sich nach  
dem Abendessen einen  
**Calvados Boulard** für  
€ 3,20 in unseren Bars!

## LATE-NIGHT-SNACK

Genießen Sie in Harry's Bar /  
Deck 3 von 22.00 - 23.00 Uhr  
„Schweden Toast“.

## FERNSEHEN

Informationen zu den Kanälen,  
fortlaufenden Filmen und  
Dokumentationen im TV  
entnehmen Sie bitte dem  
TV-Kanal 3.

Kanal 4: **Dokumentation**

Kanal 5,6 & 7: **Spielfilme**

Kanal 8: „**Auf ein Wort**“

Kanal 9: **Der Film dieser Reise**

TV-Kanal 45 / Folge 224:

**Verrückt nach Meer**

„Das Vermächtnis der Maya“

## WO IST DIE PHOENIX FLOTTE?

**MS Amadea**

Bremerhaven

**MS Amera**

Bremerhaven

**MS Deutschland**

Caen / Frankreich

**18.15      Atlantik Show-Lounge / Deck 3: für Deck 2, Deck 5, Deck 6**

**21.00      Atlantik Show-Lounge / Deck 3: für Deck 4, Deck 7, Deck 8**



## OZEANO - Das Theaterevent

Erleben Sie den Weg des Wassers – dargestellt in  
Tanz, Artistik, Musik, Schauspiel und Gesang.

Wir erzählen die Geschichte eines Regentropfens,  
der ins Meer fällt und dort seine abenteuerliche Reise  
durch Unbekannte und faszinierende Welten beginnt.  
Fantasievoll und berührend präsentiert Ihr MS Artania  
Showensemble dieses einzigartige Showerlebnis.

Erleben Sie vor der Show in der Atlantik Showlounge ein kleines Quiz  
zum Thema Wasser und überprüfen Sie Ihr Wissen über unser Lebenselixier.

Diese Show wird auch auf TV-Kanal 46 übertragen.

## KREDITKARTEN- / EC-KARTENREGISTRIERUNG

Falls Sie Ihre Schiffsrechnung am Ende dieses Reise mit **Kreditkarte bzw. deutscher girocard/EC-Karte** bezahlen möchten, so können Sie diese an der Rezeption registrieren lassen. Gäste, die keine Kreditkarte bzw. girocard/EC-Karte registrieren lassen, zahlen die Schiffsrechnung am letzten Abend **bar**. Wir bitten Sie zur Kartenregistrierung folgende Einteilung nach Möglichkeit zu beachten:

(12. Juli - Alle Gäste von Deck 2 und Deck 4)

13. Juli - Alle Gäste von Deck 5 und Deck 8

14. Juli - Alle Gäste von Deck 6 und Deck 7

## Windstärken

Beaufort	Bezeichnung	km/h	kn	m/s
0	Windstille	0 bis 1	0 bis <1	0,0 bis <0,3
1	leiser Zug	1 bis 5	1 bis <4	0,3 bis <1,6
2	leichte Brise	6 bis 11	4 bis <7	1,6 bis <3,4
3	schwache Brise	12 bis 19	7 bis <11	3,4 bis <5,5
4	mäßige Brise	20 bis 28	11 bis <16	5,5 bis <8,0
5	frische Brise	29 bis 38	16 bis <22	8,0 bis <10,8
6	starker Wind	39 bis 49	22 bis <28	10,8 bis <13,9
7	steifer Wind	50 bis 61	28 bis <34	13,9 bis <17,2
8	stürmischer Wind	62 bis 74	34 bis <41	17,2 bis <20,8
9	Sturm	75 bis 88	41 bis <48	20,8 bis <24,5
10	schwerer Sturm	89 bis 102	48 bis <56	24,5 bis >28,5
11	orkanartiger Sturm	103 bis 117	56 bis <64	28,5 bis >32,7
12	Orkan	über 117	64 u. mehr	32,7 u. mehr



ARTANIA

## BOUTIQUE / DECK 3

Coeur de Lion - das ist modischer Design-Schmuck aus Deutschland. Die Schmuckmarke, die farbenfroher und vielfältiger kaum sein kann... Einfach unverwechselbar! Lassen Sie sich von der Vielfalt des Sortiments begeistern und sichern Sie sich Ihr individuelles Erinnerungsstück an Ihre Reise.

## ARTANIA SPA / DECK 9

Mit einem ätherischen Öl wird Ihre Ganzkörpermassage zu einem Erlebnis für die Sinne. Der von Ihnen persönlich ausgewählte Duft ist die ideale Ergänzung Ihrer Massage und wirkt sich auf Körper und Geist positiv aus.  
50 Min. für € 67,-  
80 Min. für € 88,-

## BORDBÜCHER

Wenn Sie bereits im Besitz eines Bordbuches sind, können Sie dieses an der Phoenix-Information auf Deck 2 abgeben. Ihr Kapitän und Ihr Kreuzfahrtdirektor werden den Routenstempel dieser Reise für Sie unterschreiben. Möchten Sie dieses schöne Erinnerungsbuch neu erwerben, ist dieses an der **Phoenix Information / Deck 2** für € 6,- erhältlich.

## RESTAURANTZEITEN

07.00 - 07.30	<b>Early Bird</b>	Pazifik Lounge / Deck 9
07.30 - 09.30	<b>Frühstück</b>	Restaurant Artania / Deck 3 #
08.00 - 10.00	<b>Frühstück</b>	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2
08.00 - 10.30	<b>Frühstück</b>	Lido Restaurant / Deck 8
		Heutiges Frühstücks-Spezial in allen Restaurants
	<b>Räucherlachs Bagel</b>	
11.00 - 11.30	<b>Kräftige Brühe</b>	Phoenix Bar / Deck 4
12.30 - 14.00	<b>Mittagessen</b>	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2 & Restaurant Artania / Deck 3 & Lido Restaurant / Deck 8
15.30 - 16.30	<b>Crêpes mit Erdbeere</b>	Kopernikus Bar / Deck 8
15.30 - 16.30	<b>Kaffee &amp; Kuchen</b>	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2
18.00 - 20.30	<b>Abendessen</b>	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2
		Restaurant Artania / Deck 3
		Lido Restaurant / Deck 8
22.00 - 23.00	<b>Late-Night-Snack</b>	Harry's Bar / Deck 3
23.00 - 01.00	<b>Frankfurter Würstchen</b>	Pazifik Lounge / Deck 9

## BARZEITEN

<b>Harry's Bar</b>	09.00 - 01.00 Uhr	Deck 3
<b>Casablanca Bar</b>	10.00 - 01.00 Uhr	Deck 3
<b>Bodega Bar</b>	20.00 - 24.00 Uhr	Deck 3
<b>Phoenix Bar</b>	ab 09.00 Uhr (wetterabhängig)	Deck 4
<b>Kopernikus Bar</b>	10.00 - 17.00 Uhr (wetterabhängig)	Deck 8
<b>Pazifik Lounge</b>	09.00 - 01.00 Uhr	Deck 9

## ÖFFNUNGSZEITEN

<b>Rezeption</b>	24-Stunden	Deck 2	Tel. 2800
<b>Bordreisebüro</b>	09.30-11.00/11.30-12.30/16.30-18.00 Uhr	Deck 2	Tel. 2881
<b>Phoenix Information</b>	09.30-11.00/11.30-12.30/16.30-18.00 Uhr	Deck 2	Tel. 2904
<b>Kreuzfahrtberatung</b>	09.30-11.00/11.30-12.30/18.00-19.00 Uhr	Deck 3	
<b>Gold-, Silber-Service</b>	09.30-11.00/11.30-12.30/15.30-16.00 Uhr	Deck 3	
<b>Fotoshop</b>	09.00 - 12.00 Uhr	16.00 - 22.30 Uhr	Deck 3 Tel. 3820
<b>Videoshop</b>	20.00 - 21.00 Uhr		Deck 3 Tel. 3820
<b>Boutique</b>	09.00 - 22.00 Uhr		Deck 3 Tel. 3803
<b>SPA</b>	08.00 - 20.00 Uhr		Deck 9 Tel. 8892
<b>Sauna</b>	08.00 - 20.00 Uhr		Deck 9
<b>Jacuzzi / Pool</b>	07.00 - 20.00 Uhr		Deck 8
<b>Schiffsarzt / Hospital</b>	09.30 - 11.00 Uhr	17.00 - 18.00 Uhr	Deck 1 Tel. 1997
<b>Notfall</b>	24 Stunden		Tel. 2800

Ihr MS Artania Team wünscht Ihnen einen erholsamen Tag auf See!

