

Sonnenaufgang: 07.36 Uhr
Sonnenuntergang: 19.43 Uhr

AKTUELLES

TV-KANAL 4: AUSFLUGSINFORMATIONEN FÜR CADIZ, MALAGA, CARTAGENA

- praktische Informationen und aktuelle Hinweise für den privaten Landgang und die geplanten Ausflüge beinhaltet (fortl. Wdh., ca. 20 Min.).
- Die **Ausflugstickets** für diese Häfen erhalten Sie heute Vormittag (16.03.) auf Ihre Kabine. Bitte kontrollieren Sie diese auf Vollständigkeit und beachten Sie auch evtl. Hinweise darauf!
- Kostenlose Umbuchungen und Stornierungen für diese Häfen sind bis heute (16.03.), 17.00 Uhr am Bordreisebüro / Deck 2 möglich.

SPEZIAL-LUNCHBOX

Wenn Sie in **Vigo** die Ausflüge „**Santiago de Compostela**“ (Ausflugsnr. 501 A oder B) oder „**Auf Pilgerpfad**“ (Ausflugsnr. 502) gebucht haben, erhalten Sie hierzu eine Lunchbox. Die reguläre Lunchbox enthält Fleisch. Alternativ haben Sie die Möglichkeit, eine spezielle Lunchbox mit Fisch oder eine vegetarische Lunchbox zu bestellen. Sollten Sie eine spezielle Lunchbox benötigen, melden Sie sich bitte bis spätestens **heute, 13.00 Uhr** an der Rezeption / Deck 2.

TAGESPROGRAMM

Mittwoch, 16. März 2022

Erholung auf See

VORMITTAG

- 08.30 **Entspannt in den Tag** durch Qi Gong, Tai Chi & Meridian Yoga mit Kiona am Pool / Deck 9.
- 09.00 Laufen Sie mit Mandy beim **Walk a Mile** ein paar Runden auf dem Promenadendeck. Los geht's an der Phoenix Bar / Deck 4.
- 09.15 Pazifik Lounge / Deck 9: „**Mein Bild von Gott - Ihr Bild von Gott?**“ Bordpfarrer Hartwig Burgdörfer lädt Sie herzlich ein zur **ökumenischen Morgenandacht**.
- 09.30 Spielen Sie ein paar Partien **Shuffleboard** mit JP. Er erwartet Sie an der Phoenix Lounge / Deck 5, achtern.
- 10.05 **Quiz** mit Mandy in der Casablanca Bar / Deck 3.
- 10.05 Einfaches **Augentraining** mit Kiona - Besseres Sehen durch effektive Übungen im Sitzen in der Pazifik Lounge / Deck 9.
- 10.05 Atlantik Show Lounge / Deck 3: **Lissabon – Perle am Tejo** Lissabon ist die Hauptstadt des europäischen Staates Portugal. Es ranken sich viele Geschichten und Geschichtchen um diese interessante Stadt. Folgen Sie mir auf einen kleinen Streifzug durch die Stadt des Fados. Dieser interessante Vortrag von Axel Krack wird auch auf TV-Kanal 46 übertragen.
- 10.15 Casablanca Bar / Deck 3: **Tuchbindeshow!** Martina und Nicola zeigen Ihnen verschiedene überraschende, aber auch ganz einfache und praktische Tuch- und Schalbindetechniken! Das Buch „Tücher, Schals & Schokolade“ können Sie heute für nur € 9,90 statt € 15,90 erwerben!
- 10.15 Kommen Sie zum **Tischtennis** mit JP auf Deck 5, achtern!
- 11.00 **Boccia!** Treffen Sie JP auf dem Sonnendeck / Deck 9, mittschiffs, um eine „ruhige Kugel zu schieben“.
- 11.15 „**5 Elemente**“ - **Qi Gong für Anfänger!** Eine harmonische Verbindung von Atem, Aufmerksamkeit und Bewegung, die unsere Energie zum Fließen bringt. Kiona freut sich auf Sie am Pool / Deck 9.



ARTANIA

NACHMITTAG

- 14.00 **Skat-Turnier - Tag 2/2!** Alle Teilnehmer treffen sich mit Torsten in der Bibliothek / Deck 3.
- 14.30 Pazifik Lounge / Deck 9: **Die Europäische Währungsunion**
Erfahren Sie heute Interessantes und Wissenswertes über die Europäische Währungsunion von Diplom-Ökonom Matthias Uffelmann.
- 15.00 **Rücken Fit!** Tun Sie Ihrem Rücken etwas Gutes! Krankengymnastische Übungen mit Kiona in der Atlantik Lounge / Deck 3. Bitte bringen Sie das türkisfarbene Handtuch aus der Kabine mit.
- 15.00 **Dart** - Lassen Sie mit JP an der Phoenix Lounge / Deck 5 die Pfeile fliegen.
- 15.00 **Hula Hoop Kurs für Anfänger** - Treffen Sie Mandy am Pool / Deck 9, um diese Trendsportart auszuprobieren.
- 15.30-16.30 Lido Buffet-Restaurant / Deck 8:
„Alles Schokolade“ - Dieses Motto erwartet Sie heute unter anderem bei der Tee- und Kaffeestunde! Ihr Pâtisserie-Team hat für Sie köstliche Schokoladen-Spezialitäten zubereitet.
- 15.45 **Musik-Entspannung!** Gönnen Sie sich eine kleine Auszeit! Einfach relaxen mit Kiona in der Atlantik Lounge / Deck 3. Bitte bringen Sie das türkisfarbene Handtuch aus der Kabine mit.
- 15.45 Trainieren Sie Körper und Seele mit Blick auf's Meer bei der **Reling-Gymnastik** mit Mandy. Treffpunkt ist an der Phoenix Bar / Deck 4.
- 15.45 **„Jakkolo Time“** - JP spielt mit Ihnen das beliebte holländische Spiel in der Casablanca Bar / Deck 3.
- 16.30 **Bingo** mit Mandy & JP in der Casablanca Bar / Deck 3.
Eine Karte kostet € 5,-. Bitte bringen Sie Bargeld (kleine Scheine) mit.
- 17.00 **Yoga Walking!** Schritt für Schritt gelassener werden durch langsames Gehen, gezielter Atmung und einfachen Yoga-Übungen. Kiona erwartet Sie an der Phoenix Bar / Deck 4.

ABENDPROGRAMM

- 19.00 Bodega Bar / Deck 3: **Pichler's Wirtshaus Klassiker**
Für dieses besondere Abendessen war vorab eine Reservierung erforderlich.
Bitte bringen Sie Ihre Reservierungsbestätigung heute Abend mit.
- 19.30-22.30 Harry's Bar / Deck 3:
„The Glory of Cole Porter“
Freuen sie sich auf einige der bekanntesten Songs des berühmten Broadway Komponisten, wie „Night and Day“ oder „I love Paris“!
Präsentiert von unserem Pianisten **Mihaly Barabas**.
- 20.00-23.00 Casablanca Bar / Deck 3: Tanzen Sie zur Musik von Ihrer „**Artania Band**“!
- 20.30-00.00 Pazifik Lounge / Deck 9: Live-Musik von Ihrem „**Trio Bitter Lemon**“.



TAGESCOCKTAILS

Freedom Ship (alkoholisch)
zum Preis von nur € 3,70
(Gordon's Gin, Cherry Heering,
Martini bianco, Ginger Ale)

Sun & You (alkoholfrei)
zum Preis von nur € 2,50
(Bitter Lemon, Orangensaft,
Grenadine)

DIGESTIF

Gönnen Sie sich heute Abend
einen **Morande Williamine** für
€ 6,50 in unseren Bars!

LATE-NIGHT-SNACK

Genießen Sie in Harry's Bar /
Deck 3 von 22.00 - 23.00 Uhr
Würstchen-Käse-Konfekt.

FERNSEHEN

Informationen zum heutigen
Tagesprogramm und zu den fort-
laufenden Filmen im TV entneh-
men Sie bitte dem TV-Kanal 3.

Kanal 4: **Landgangs-, Hafen-
& Ausflugsinformationen**

Kanal 5+6+7: **Spielfilme**

Kanal 8: „**Auf ein Wort**“

Kanal 9: **Film dieser Reise**

Kanal 45: **Verrückt nach Meer**
„Große Gefühle in Ecuador“
(Staffel 7 / Folge 231)

WO IST DIE PHOENIX FLOTTE?

MS Amadea wird ab 31.03.2022
wieder im Einsatz sein

MS Amera

Sandnes / Norwegen

MS Deutschland wird ab
22.04.22 wieder im Einsatz sein

21.00 Atlantik Lounge / Deck 3:



Tim Boltz

„Der Geist ist willig aber das Fleisch ist zart!“

Spiegel-Bestsellerautor und Literatur Comedian Tim Boltz präsentiert Auszüge aus seinem gefeierten Bühnenprogramm. So erläutert er in seiner komödiantischen Lesung die Fallstricke eines ersten Dates im Veganerrestaurant. Werden Sie Zeuge des ersten rein vegetarischen Märchens und lauschen Sie Nonsense-Gedichten.

Diese Show wird auch auf TV-Kanal 46 übertragen.

22.15 Casablanca Bar / Deck 3:



Canada

„**The Voice of Asia**“

Erleben Sie Hits von Tom Jones,
Louis Armstrong, Engelbert Humperdinck,
präsentiert von einem großen
Talent aus den Reihen der Besatzung:

Canada Hipolito Largo!

LANDGANG IN LEIXÕES UND LISSABON / PORTUGAL

Alle Gäste, die in Leixões (18.03.) und Lissabon (19.03.) an Land gehen möchten, benötigen eine sogenannte „Passenger Locator Form“ (PLF). Eine detaillierte Anleitung zur Beantragung erhalten Sie mit dem heutigen Tagesprogramm auf Ihre Kabine. **Sie haben drei Möglichkeiten, diese Anmeldung durchzuführen - Eine Anmeldung für beide Häfen ist ausreichend!**

1. Mit Ihrem eigenen Smart Phone oder Tablet über das **kostenlose Bordportal**. Bitte erstellen Sie von der letzten Seite (Bestätigung mit QR Code) einen Screenshot.
2. Über die beiden **Computer in der Bibliothek** / Deck 3 über das kostenlose Bordportal. Bitte drucken Sie die letzte Seite (Bestätigung mit QR Code) in Papierform direkt dort aus.
3. Gegen eine Gebühr von € 19,- wird die Beantragung von unseren Kollegen übernommen. Bitte kontaktieren Sie in diesem Fall die Phoenix Reiseleitung an der Information oder dem Bordreisebüro / Deck 2.



ARTANIA

HEUTIGE DREHARBEITEN

09.00-10.30 Uhr: Dreharbeiten in Harry's Bar / Deck 3

10.30-16.00 Uhr:
Dreharbeiten an der Phoenix Bar / Deck 4 (bei unpassendem Wetter in Harry's Bar / Deck 3)

16.00-18.00 Uhr: Dreharbeiten im SPA / Deck 9



ARTANIA SPA / DECK 9

Augenbrauenkorrektur!

Einen strahlend schönen Rahmen für Ihre Augen verleiht die Augenbrauenkorrektur. Bei dieser Schönheitsbehandlung werden die Brauen klassisch mit einer Pinzette in Form gebracht. 15 Min. für € 10,-

BOUTIQUE / DECK 3

Die Boutique von Gebr. Heinemann lädt heute Vormittag besonders die Damen zum Bummeln und Schlendern zwischen Textilien der Marken Gerry Weber, Qui, Desigual oder Soyaconcept ein. Auf alle Damentextilien erhalten Sie heute 10% Rabatt

MITSPIELER GESUCHT!

In der Bibliothek / Deck 3 liegt eine Liste aus, um für Karten- und Gesellschaftsspiele Mitspieler zu suchen bzw. zu finden! Tragen Sie sich gerne dort ein oder kontaktieren Sie die bereits dort eingetragenen Gäste direkt!

RESTAURANTZEITEN

07.00 - 07.30	Early Bird	Pazifik Lounge / Deck 9
07.30 - 09.30	Frühstück	Restaurant Artania / Deck 3
08.00 - 10.00	Frühstück	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2
08.00 - 10.30	Frühstück	Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
		Frühstücks-Spezial! Bestellen Sie heute auf Wunsch in allen Restaurants ein Spanisches Omelette!
11.00 - 11.30	Kräftige Brühe	Phoenix Bar / Deck 4
12.30 - 14.00	Mittagessen	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2 & Restaurant Artania / Deck 3 & Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
15.30 - 16.30	„Alles Schokolade“	Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
18.00 - 20.30	Abendessen	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2 & Restaurant Artania / Deck 3 & Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
22.00 - 23.00	Late-Night-Snack	Harry's Bar / Deck 3
23.00 - 01.00	Wiener Würstchen	Pazifik Lounge / Deck 9

BARZEITEN

Harry's Bar	09.00 - 01.00 Uhr	Deck 3
Casablanca Bar	10.00 - 01.00 Uhr	Deck 3
Bodega Bar	21.00 - 24.00 Uhr	Deck 3
Phoenix Bar	ab 09.00 Uhr (wetterabhängig)	Deck 4
Kopernikus Bar	10.00 - 18.00 Uhr (wetterabhängig)	Deck 8
Pazifik Lounge	09.00 - 01.00 Uhr	Deck 9

ÖFFNUNGSZEITEN

Rezeption	24-Stunden	Deck 2	Tel. 2800
Bordreisebüro	09.30 - 12.30 Uhr	16.30 - 18.00 Uhr	Deck 2 Tel. 2881
Phoenix Information	09.30 - 12.30 Uhr	16.30 - 18.00 Uhr	Deck 2 Tel. 2904
Kreuzfahrtberatung	09.30-11.00/11.30-12.30/16.30 - 18.00	Deck 3	
Gold-, Silber-Service	09.30-10.00/11.30-12.30/16.30 - 18.00	Deck 3	Tel. 3800
E-Bike Ausflüge	09.30 - 11.30 Uhr	16.30 - 18.00 Uhr	Deck 2
Fotoshop	09.00 - 12.00 Uhr	16.00 - 22.00 Uhr	Deck 3 Tel. 3820
Videoshop	20.00 - 21.00 Uhr		Deck 3 Tel. 3820
Boutique	09.00 - 22.00 Uhr		Deck 3 Tel. 3803
SPA	08.00 - 20.00 Uhr		Deck 9 Tel. 8892
Sauna Damen	08.00 - 10.30 Uhr		Deck 9
Sauna Herren	10.30 - 13.00 Uhr		Deck 9
Sauna gemischt		13.00 - 15.30 Uhr	Deck 9
Jacuzzi / Pool	07.00 - 20.00 Uhr		Deck 8
Schiffsarzt / Hospital	09.30 - 11.00 Uhr	17.00 - 18.00 Uhr	Deck 1 Tel. 1997
Notfall	24 Stunden		Tel. 2800

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