

Sonnenaufgang: 06.12 Uhr

Sonnenuntergang: 18.40 Uhr

## AKTUELLES

### TEFRA-SERVICE / ABREISE DAKAR (20.03.)

Wenn Sie Ihr Gepäck für € 59,90 pro Gepäckstück mit TEFRA ab Düsseldorf, Frankfurt, München oder Berlin (**Abholung am Gepäckband**) nach Hause senden möchten, können Sie dies noch bis heute (16.03.) um **17.00 Uhr** am Bordreisebüro anmelden. **Bitte bringen Sie Ihren persönlichen Reiseplan mit.** Bei **Kreditkartenzahlung** werden pro Auftrag zusätzlich € 4,- berechnet.

### DER KREUZFAHRTKNIGGE

Kreuzfahrt sind so beliebt wie nie zuvor: Knapp zwei Millionen Deutsche buchen jährlich eine Reise mit dem Schiff. Doch welche Regeln gelten auf einem Luxus-Liner? Deutschlands Knigge-Experte Nr. 1 Rainer Wälde gibt Ihnen wertvolle Tipps, damit Ihre Kreuzfahrt zu einem unvergesslichen Erlebnis wird. Rainer Wälde ist Vorsitzender des Deutschen Knigge-Rats, Buchautor und Ausbilder von zertifizierten Knigge-Trainern. Wenn Sie diesen Kreuzfahrtnigge käuflich erwerben möchten, erhalten Sie diesen heute von 16.30 - 18.00 Uhr sowie auch die kommenden Tage während der Öffnungszeiten an der Phoenix Information / Deck 2. Der Preis beträgt € 8,90 und wird Ihrem Bordkonto belastet.

# TAGESPROGRAMM

## Donnerstag, 16. März 2023

### Erholung auf See

## VORMITTAGSPROGRAMM

- 09.00 **Starten Sie fit in den Tag!** Trainieren Sie Ihren Körper mit Übungen am Morgen mit Simone am Pool / Deck 9 auf der Sportfläche.
- 09.15 Bordkino / Deck 3: **„Gott liebt - und das befreit“**  
Bordpfarrer Rainer Mohren lädt alle Gäste herzlich zu einer **ökumenischen Morgenandacht** ein.
- 10.05 Treffen Sie JP auf eine Partie **Shuffleboard** auf Deck 5, achtern.
- 10.05 Lernen Sie neue **Line Dance Schritte** mit Simone an der Phoenix Bar / Deck 4.
- 10.05 Atlantik Lounge / Deck 3: **Lebenselement Feuer**  
Dualität des Seins: Feuer wärmt uns, macht unsere Nahrung genießbar – und es kann uns verletzen und verbrennen. Wenn wir von Vulkanen sprechen, vereinen sich diese scheinbaren Widersprüche: ohne Zerstörung kein Neuanfang. Einmal um die Welt: feurig. Dieser Vortrag von Jörg Hertel wird auch auf TV-Kanal 55 übertragen.
- 11.00 **Tischtennis-Treff** mit JP an den Platten auf Deck 5, achtern.
- 11.00 Beweisen Sie Ihr Wurfgeschick bei einer Runde **Soft-Boccia**. Mandy erwartet Sie in der Pazifik Lounge / Deck 9.
- 11.00 Zaubern Sie in der Bodega Bar / Deck 3 beim **„Dot-Painting“** oder **Mandala malen** mit Simone schöne Motive!
- 11.00 Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 3: **Servietten-Falten**  
Lassen Sie sich von **Maitre' D Gülten** und Ihrem Restaurant-Team verschiedene Variationen und Techniken für die festliche Tafel und eine gelungene Tischdekoration zeigen und erklären.
- 11.30 Bordkino / Deck 3: **Frieden im Innen – Frieden im Außen**  
Finde ich Frieden im Innen, erlebe ich Frieden im Außen. Bei Chai Min Werner haben Sie die Möglichkeit, Ihrem inneren Frieden einen zentralen Platz zu geben, so dass sie ihn als erlebbare Qualität spüren können.
- 12.15 Lassen Sie sich in der Casablanca Bar / Deck 3 überraschen, welches **Mittagsspiel** Mandy heute für Sie vorbereitet hat!



12.30-14.00 Kopernikus Bar / Deck 8 (wetterabhängig):  
**„Alles Pasta“!** Das Küchenteam hat köstliche Pasta mit einer Soßenauswahl für Sie zubereitet! Ihr Barteam empfiehlt dazu den Aperitif-Cocktail **„Aperol Spritz“** für € 5,40 oder ein Glas **afrikanischen Weiß- oder Rotwein** von der **Spezialkarte** für € 6,50.

## PROGRAMM AM NACHMITTAG

- 14.00 **Skat-Treff mit Siegerehrung!** Skatspieler treffen sich in der Bodega Bar / Deck 3.
- 14.30 Bordkino / Deck 3: **Einführung in die Smartphone-Nutzung**  
Michel Jentzsch zeigt Ihnen heute wie Sie ein Album auf Ihrem Smartphone erstellen und dieses auch richtig pflegen und einstellen.
- 15.00 **Bodyforming!** Kräftigen Sie einmal alles von Kopf bis Fuß mit Simone am Pool / Deck 9.
- 15.00 Spielen Sie eine Runde **Bingo** mit JP und Mandy in der Casablanca Bar / Deck 3.  
Eine Karte kostet € 5,-. Bitte bringen Sie Bargeld (kleine Scheine) mit.
- 16.00 **Jakkolo-Turnier** - Mandy freut sich in der Casablanca Bar / Deck 3 auf Sie!
- 16.00 **Stretching & Entspannung!** Zu mehr Beweglichkeit und Entspannung verhilft Ihnen Simone am Pool / Deck 9.
- 16.00 Harry's Bar / Deck 3: **Modenschau**  
Seien Sie dabei, wenn Ihre Mitreisenden zu Models werden und die Harry's Bar zu einem Laufsteg verwandeln. Wir präsentieren Ihnen unsere aktuellen Kollektionen von Tom Tailor, Gerry Weber, Fynch-Hatton, OUI, Campione, Colours & Sons und Desigual. Bitte beachten Sie, dass die Boutique von 15.30 bis ca. 17.00 Uhr geschlossen ist!
- 16.30 Pazifik Lounge / Deck 9 (Nichtraucherseite): Der **Gästechor** trifft sich zum gemeinsamen Singen mit Pianist Alexander Raytchev.
- 17.00 Bordkino / Deck 3: **Nautische Stunde**  
Unsere 2. Offizierin Madita Andresen berichtet über den Alltag auf der Brücke und den Beruf eines Nautikers.
- 17.00 Lassen Sie beim **Darts** die Pfeile fliegen mit JP auf Deck 5, achten!
- 17.00 Probieren Sie mit Mandy beim **Hula Hoop Kurs für Anfänger** diese Trendsportart aus.  
Treffpunkt ist am Pool / Deck 9.

## ABENDPROGRAMM

- 19.00 Bodega Bar / Deck 3: **„Kulinarische Safari“**  
Heute findet dieses besondere Abendessen statt. Vorab war eine Reservierung erforderlich - bitte bringen Sie diese heute Abend mit.
- 20.00-23.00 Harry's Bar / Deck 3: **Alexander Raytchev** unterhält Sie live am Piano.  
Sein heutiges Motto lautet **„Deutsche Chansons“** (Teil 2)



## TAGESCOCKTAILS

**Neptuns Nektar** (alkoholisch)  
zum Preis von nur € 4,50  
(Vodka Smirnoff, Grenadine,  
Apricot Brandy, Maracujasaft)

**American Caipirinha** (alkoholfrei)  
zum Preis von nur € 3,50  
(Apfel-, Limettensaft, Soda)

## DIGESTIF

Gönnen Sie sich heute Abend  
einen **Underberg** für € 3,50  
in unseren Bars!

## LATE-NIGHT-SNACK

Heute gibt es in Harry's Bar /  
Deck 3 von 22.00 - 23.00 Uhr  
**verschiedene Tatar-Variationen!**

## FERNSEHEN

Kanal 3: **Informationskanal**

Kanal 4: **Dokumentation**

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

Kanal 8: **Verrückt nach Meer**

Kanal 9: **Film dieser Reise**

Kanal 54: **Tagesschau v. Vortag**

## WO IST DIE PHOENIX FLOTTE?

### MS Amadea

Insel Jeju / Südkorea

**MS Amara:** Auf See, Kurs  
Puntarenas / Costa Rica

### MS Deutschland

ist im Sommer 2023 wieder für  
Phoenix Reisen im Einsatz.

20.00-23.00 Casablanca Bar / Deck 3:  
Die „**Artania Band**“ unterhält Sie mit schönen Rhythmen!

21.00-00.00 Pazifik Lounge / Deck 9:  
Live-Musik von Ihrer „**Spirit Band**“.

**21.00** Casablanca Bar / Deck 3:

## UNGESCHMINKT EHRlich

Romina Stella plaudert  
aus dem Nähkästchen und verrät,  
was es bedeutet,  
beruflich auf der Bühne zu stehen.

aus dem Leben einer Darstellerin  
Ein musikalisches Programm  
zum Schmunzeln und Nachdenken,  
ganz privat und gnadenlos ehrlich.

**21.30** Atlantik Show Lounge / Deck 3:

\*\*\* Die Besatzung von MS Artania \*\*\*  
lädt Sie ein zur

# CREW SHOW

Freuen Sie sich auf einen  
unterhaltsamen Abend  
mit Tanz und Musik!

Diese Show wird auch auf TV-Kanal 55 übertragen.

## „MAGIC BAG“

Lassen Sie Ihre Wäsche waschen und schrankfertig bügeln. Füllen Sie **einen** Wäschebeutel, den Sie auf Ihrer Kabine vorfinden, und bezahlen Sie nur **€ 30,-**. Einfach den Wäschebeutel und die ausgefüllte Wäscheliste auf das Bett legen und Ihr Kabinensteward kümmert sich um alles Weitere. Die Rücklieferung erfolgt innerhalb von **48** Stunden.  
**Dieses Angebot ist nur heute (16.03.) gültig.**

### ARTANIA SPA / DECK 9

#### Remineralisierendes Meerwasser-Spray!

Der belebende Frischekick aus natürlichem Meerwasser ist reich an 92 Mineralien und Spurenelementen. Ein revitalisierender Algenextrakt remineralisiert, hydratisiert und stärkt die Haut. Wirkung:

- belebt tiefenwirksam mit Mineralien
- unterstützt die Wirksamkeit der nachfolgenden Pflegeprodukte
- erhöht den Feuchtigkeitsgehalt der Haut

Sie erhalten das Produkt bei uns für € 41,- (150ml).

### BOUTIQUE / DECK 3

Unendliche Wüsten, raue Küsten, erfrischende Savannen, Tiger, Giraffen, Elefanten und Walfische - warmer Wind. Ihr Urlaub mag schon bald zu Ende sein, aber das bedeutet nicht, dass er zu einer fernen Erinnerung werden muss. Entdecken Sie unsere, von der "Vielfalt Afrikas" inspirierte Duftkollektion und gönnen Sie sich ein besonderes Souvenir von Ihrer Traumreise. Wenn Sie wieder zu Hause sind, wird er Sie stets an Ihren Lieblingsort zurückbringen.

### AUSLAUFMELODIE

#### „AUDEMUS“

Diese schöne Erinnerung an Ihre Kreuzfahrt können Sie über den Online-Shop [www.phoenixreisen.com/shop](http://www.phoenixreisen.com/shop) oder direkt bei [info@wendling-online.de](mailto:info@wendling-online.de) käuflich erwerben.

### RESTAURANT-EINLASSZEITEN

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 & Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
10.00 - 10.30	<b>Spätaufsteher-Frühstück</b>	Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
11.00 - 11.30	<b>Kraftbrühe &amp; Kaltschale</b>	Phoenix Bar / Deck 4
12.30 - 14.00	<b>Alles Pasta!</b>	Kopernikus Bar / Deck 8
12.30 - 14.00	<b>Mittagessen</b>	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2 & Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
Das Restaurant Artania / Deck 3 bleibt heute Mittag geschlossen.		
15.30 - 16.30	<b>Tee- und Kaffeestunde</b>	Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
18.00 - 20.30	<b>Abendessen</b>	Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 2 & Restaurant Artania / Deck 3 & Lido Buffet-Restaurant / Deck 8
22.00 - 23.00	<b>Late-Night-Snack</b>	Harry's Bar / Deck 3
23.00 - 01.00	<b>Wiener Würstchen</b>	Pazifik Lounge / Deck 9

### BARZEITEN

<b>Harry's Bar</b>	09.00 - 01.00	Deck 3
<b>Casablanca Bar</b>	10.00 - 01.00	Deck 3
<b>Bodega Bar</b>	21.30 - 24.00	Deck 3
<b>Phoenix Bar</b>	ab 09.00 (wetterabhängig)	Deck 4
<b>Kopernikus Bar</b>	10.00 - 18.00 (wetterabhängig)	Deck 8
<b>Pazifik Lounge</b>	08.30 - 01.00	Deck 9

### ÖFFNUNGSZEITEN

<b>Rezeption</b>	24-Stunden		Deck 2	Tel. 2800
<b>Bordreisebüro</b>	09.30 - 12.30	16.30 - 18.00	Deck 2	Tel. 2881
<b>Phoenix Information</b>	09.30 - 12.30	16.30 - 18.00	Deck 2	Tel. 2904
<b>Gold-, Silber-Service</b>	09.30 - 11.00	16.30 - 18.00	Deck 3	Tel. 3801
<b>Kreuzfahrtberatung</b>	09.30 - 12.00	16.30 - 18.00	Deck 3	Tel. 3818
<b>Videoshop</b>	10.30 - 11.30		Deck 3	
<b>Fotoshop</b>	09.00 - 12.00	16.00 - 22.00	Deck 3	Tel. 3820
<b>Boutique</b>	09.00 - 15.30	17.00 - 22.30	Deck 3	Tel. 3803
<b>SPA</b>	08.00 - 20.00		Deck 9	Tel. 8992
<b>Sauna Damen</b>	08.00 - 10.30		Deck 9	
<b>Sauna Herren</b>	10.30 - 13.00		Deck 9	
<b>Sauna gemischt</b>		13.00 - 20.00	Deck 9	
<b>Jacuzzi / Pool</b>	06.30 - 20.00		Deck 8	
<b>Schiffsarzt / Hospital</b>	09.30 - 10.30	17.00 - 18.00	Deck 1	Tel. 1997
<b>Notfall</b>	24 Stunden			Tel. 2800

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

