



Sonnenaufgang: 06.13 Uhr  
Sonnenuntergang: 21.02 Uhr

#### ZEITUNTERSCHIED

1 Stunde: 12.00 Uhr an Bord  
= 13.00 Uhr in Deutschland

#### FRÜHSTÜCKS-EXTRA

Genießen Sie heute  
**Shrimps-Rührei mit  
Dillschmand** in den  
Restaurants!

#### GOLD-/SILBER COCKTAIL

Der Gold-Silber Cocktail findet  
um 11.30 Uhr in der  
Lido Terasse / Deck 9 statt.

#### FEUERTÜREN

Aus Sicherheitsgründen bitten  
wir Sie, die geschlossenen  
Feuertüren des Kaisersaals  
nicht selbständig zu öffnen.

# TAGESPROGRAMM

## Donnerstag, 16. Mai 2019

### Auf See

#### VORMITTAG

- 08.00      Bringen Sie Ihren Kreislauf in Schwung mit **Frühsport!**  
Manuela erwartet Sie am Shuffleboardfeld / Deck 7.
- 08.30      **„Fit & Fun“** -Halten Sie sich fit mit einem **Ganzkörpertraining.**  
Trainiert wird mit Manuela am Shuffleboardfeld / Deck 7.  
Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.
- Schauen Sie dem Kapitän über die Schulter!** (wetterabhängig)  
Wir möchten Ihnen heute die Möglichkeit geben, einen kurzen Blick auf die  
Kommandobrücke zu werfen. Den Eingang zur Kommandobrücke erreichen  
Sie ausschließlich über Deck 9, im vorderen Bereich des Schiffes. Dort auf dem  
Außendeck nutzen Sie bitte auf der Steuerbordseite die Treppe, die auf  
Deck 8 hinunterführt. Informationen & Erläuterungen zur Kommandobrücke  
können während der Besichtigung nicht gegeben werden.  
Wir bitten Sie, nach Möglichkeit die folgende Einteilung zu beachten.
- |                           |                           |
|---------------------------|---------------------------|
| 09.00 - 09.30 Uhr: Deck 8 | 09.30 - 10.00 Uhr: Deck 7 |
| 10.00 - 10.30 Uhr: Deck 5 | 10.30 - 11.00 Uhr: Deck 4 |
- Gäste mit eingeschränkter Beweglichkeit treffen sich um 10.30 Uhr  
vor dem Bordkino / Deck 8. Von dort werden Sie zur Brücke geführt.
- 09.15      **„Die Kraft meines Lebens“**  
Ihr Bordgeistlicher Dr. Ingo Lembke lädt Sie recht herzlich  
zu einer **ökumenischen Morgenandacht** in die Lido Terasse / Deck 9 ein.
- 10.05      Beweisen Sie Ihren Teamgeist beim **Shuffleboard!**  
Treff mit Alena auf Deck 7.
- 10.05      **Der Lockruf des Goldes - Die zweite Welle - Drake, Hawkins u. die Holländer**  
Europas Seenationen lehnten die Vereinbarung des in Spanien geborenen  
Papstes Alexander VI. ab. « Die Sonne leuchtet für mich genauso wie für  
jeden anderen«, war die Antwort des französischen Königs Franz I.,(Portrait)  
gewesen, der eigene Pläne hatte. »Ich würde gern die Klausel in Adams  
Testament sehen, nach der ich von der Teilung der Welt ausgeschlossen bin!«  
erklärte er und ermutigte die Korsaren von Dieppe, La Rochelle und St. Malo,  
den Atlantik zu überqueren und sich zu nehmen, was ihnen zwischen die  
Finger geriet. Ein Vortrag Ihres Lektors Jan Holthuis im Kaisersaal / Deck 6.

11.00 - 12.00 Am Pool / Deck 9 (wetterabhängig):



# Weinfest



Genießen Sie ausgesuchte Weine zum Preis von € 3,90 pro Schoppen (0,25 l)

Probieren Sie dazu eine Spezialität der ungarischen Küche

- **frisch gebackenes Lángos** - oder **Schweizer Raclette!**

**DJ Heiko** sorgt für musikalische Unterhaltung.



- 11.00 Zielen Sie ins Schwarze beim **Darts!** Treff mit Alena auf Deck 7 am Shuffleboardfeld.
- 11.15 **Wer bekommt immer – seit 25 Jahren - die untere Hälfte des Brötchens – ungefragt? - Konstruktiver Umgang mit Irritationen in der Kommunikation -**  
Männer und Frauen kommunizieren unterschiedlich. Frauen artikulieren den Verlauf ihres Denkens und ihrer Entscheidungsfindung. Männer durchlaufen denselben Prozess intern, denken dabei aber nicht „laut“ nach. Das heißt: Männer warten üblicherweise bis sie eine Antwort oder die Lösung für ein Problem gefunden haben und verkünden sie dann, Frauen sprechen meist über ihre innere Analyse. Ein Seminar von Angela Kämper-Laube im Bordkino / Deck 8 (Teil 2 von 3).
- 12.00 Gewinnen Sie mit etwas Glück einen Cocktail des Tages beim **Aperitifspiel!**  
Alena erwartet Sie im Salon Lili Marleen / Deck 6.
- 12.30 - 14.00 Am Lido Grill / Deck 9 (wetterabhängig):

Ihr Küchenteam hat für Sie **Hähnchen Steak „Asia Style“** zubereitet!



## NACHMITTAG

- 14.00 **Feldenkrais® - Der Rücken kann mehr...** Wenn Sie die gewohnte Art, sich zu bewegen, verlassen, werden Türen geöffnet, Gefühle geweckt, der Körper wird beweglicher und Sie werden konzentrierter, kreativer und ausdauernder. Das Selbstgefühl und das Selbstvertrauen werden größer und Sie können leichter im Alltag mit anderen Menschen zusammenwirken. Gehen, Laufen, sich bewegen, Sport treiben oder das, was wir als Menschen täglich tun, wird ebenso einfacher und leichter. Angela Kämper-Laube lädt Sie in die Lido Terrasse / Deck 9 ein.
- 15.00 Treffen der **Service Clubs** (Rotary, Lions Club etc.) im Salon Lili Marleen / Deck 6.
- 15.15 **Spieletreff** (Bridge, Rommé, Uno etc.)! Alena erwartet Sie in der Lido Terrasse / Deck 9.
- 15.30 **Yoga für Anfänger** - Treff mit Manuela am Shuffleboardfeld / Deck 7. Bitte bringen Sie ein Handtuch mit.
- 16.00 Viel Glück beim **6 7 1 Bingo 5 9 2!**  
Alena lädt Sie in den Salon Lili Marleen / Deck 6 ein. Eine Bingokarte kostet € 5,00.
- 16.30  **Tuchbindekurs** im Bordkino / Deck 8  
Das Team der Bordboutique zeigt Ihnen heute verschiedene überraschende, aber auch ganz einfache und praktische Tuch- und Schalbindetechniken! Bringen Sie gerne Ihr eigenes Tuch mit!
- ab 17.00 **Cocktail-Stunde** im Salon Lili Marleen / Deck 6.  
Gönnen Sie sich den Cocktail **Touch Down** zum Preis von nur € 3,70.
- 17.00 **Power Walk - beim Gehen trainieren!** Treff mit Manuela an der Poolbar / Deck 9.
- 17.00 **Tischtennis-Treff** mit Alena auf Deck 7 (Backbord).
- 17.30 - 18.30 **Gold-Lounge** in der Bibliothek (Adlon Lounge) / Deck 8

## ABEND

### BEKLEIDUNGSEMPFEHLUNG FÜR DEN ABEND

Leichte Eleganz  
Herren: Sakko mit oder ohne  
Krawatte  
Damen: entsprechend

### TAGESCOCKTAILS

#### Touch Down

alkoholisch  
(Smirnoff Vodka, Apricot  
Brandy, Grenadine,  
Maracujasaft, Zitronensaft)  
zum Preis von nur € 3,70

#### Caribbean Sunset

alkoholfrei  
(Grenadine, Zitronensaft,  
Orangensaft, Ananassaft,  
Maracujasaft)  
zum Preis von nur € 2,50

### RESTAURANT

#### VIER JAHRESZEITEN

Auf Ihrer Reise bieten wir  
Ihnen an ausgewählten  
Abenden (kostenfrei) die  
Möglichkeit an einem  
**Spezialitäten-Menü**  
teilzunehmen. Ihre  
Reservierung nimmt unsere  
Maître d'hôtel Gülten Cebeci  
heute von **17.00 - 18.00 Uhr** im  
Restaurant Vier Jahreszeiten  
entgegen.

- 20.00 - 22.30 Im Salon Lili Marleen / Deck 6 spielt Ihr Duo **Maria und Adrian** flotte **Tanzmusik!** Gerne werden Ihre Musikwünsche erfüllt!
- 20.00 Stilvolle Unterhaltung mit **Vitaliy Shatov** in der Lido Terrasse / Deck 9.
- 20.30 Im Kaisersaal / Deck 6 spielt die **MS Deutschland Showband** Tanzmusik.
- 21.30 **Kinofilm** im Bordkino / Deck 8 (lt. TV-Kanal 3)
- 21.30 Im Kaisersaal / Deck 6:

# MUSIK IST TRUMPF

## Die Schlager-Revue

**Ab in die schrillen 70er Jahre, in die Zeit,  
wo Schlager noch Schlager war.**

Ihr

### MS Deutschland Showensemble & Eddy Teger

laden Sie ein zu einer Revue,  
mit Hits wie "Sag mir quando, sag mir wann",  
"Fiesta Mexicana", "Über den Wolken",  
"Tür an Tür mit Alice" und viele mehr!

Musikalische Begleitung: **MS Deutschland Showband**

Ab 22.30 beginnt im Salon Lili Marleen / Deck 6 die „Schlager-Party“!  
**DJ Heiko** spielt für Sie die beliebtesten Schlager-Hits!

- 22.30 - 23.30 Im Foyer vor dem Kaisersaal / Deck 6:  
Probieren Sie heute zum Late-Night-Snack **Mini Cheese-Burger!**

### WO IST DIE PHOENIX FLOTTE HEUTE?

<b>MS Amadea</b>	Bremerhaven / Deutschland
<b>MS Artania</b>	Bremerhaven / Deutschland
<b>MS Albatros</b>	Gaeta / Italien

## BOUTIQUE

Werten Sie Ihr Outfit mit einem modischen Tuch oder Schal auf! Unsere Bordboutique hält verschiedene Größen & Designs für Sie bereit. Unser Tipp: Das Buch „Tücher, Schals und Schokolade“ zeigt Ihnen die verschiedensten Tuchbinde-Variationen!

## JUWELIER LEICHT

Hochwertige Uhren aus Deutschland und der Schweiz, erhalten Sie bei Juwelier Leicht. Uhren von Frederique Constant-Geneve, Breitling, NOMOS-Glashütte, Nautische-Instrumente-Mühle-Glashütte, Hentschel Hamburg, OMEGA und Chopard. Ihr Juwelier Rolf Alexander Scholze berät Sie gerne.

## MS Deutschland via Satellit:

+87 0773 188 499  
0900 51 07 634  
(aus Deutschland)

## Durchwahl nach Deutschland:

+ 49 (Ortsvorwahl ohne 0),  
Österreich +43, Schweiz +41

## PHOENIX-INFORMATION

Haben Sie schon an Ihre Lieben daheim gedacht? Der heutige Seetag ist doch eine gute Gelegenheit zum Schreiben Ihrer Urlaubspost! Heute erhalten Sie an der Phoenix-Information drei Postkarten inklusive Porto für nur € 7,50!

Den aktuellen Routenstempel dieser Reise finden Sie ebenfalls bei uns. Ideal zum verschönern Ihrer Urlaubspost!

## ÖFFNUNGSZEITEN

<b>Rezeption</b>	24-Stunden	Deck 5	Tel. 5404
<b>Phoenix Information</b>	09.30 - 12.30 Uhr	16.30 - 19.00 Uhr	Deck 5
<b>Hospitality Desk</b>	09.30 - 10.30 Uhr	Deck 5	
<b>Gold-Lounge</b>		17.30 - 18.30 Uhr	Deck 8 / Bibliothek
<b>Kreuzfahrtberatung</b>	09.30 - 12.30 Uhr	16.30 - 19.00 Uhr	Deck 7
<b>Fotoshop</b>	10.00 - 12.00 Uhr	Deck 7	Tel. 7504
<b>Videoshop</b>		20.30 - 21.00 Uhr	Deck 6
<b>Boutique</b>	09.00 - 22.00 Uhr	Deck 7	Tel. 7305
<b>Juwelier Leicht</b>	09.00 - 12.00 Uhr	15.00 - 20.00 Uhr	Deck 7
<b>Schiffsarzt / Hospital</b>	09.30 - 11.00 Uhr	17.00 - 18.00 Uhr	Deck 3
<b>Notfall</b>	24 Stunden		Tel. 5404

## OCEAN SPA

### Source Marine- Meerestiefenbehandlung

Ein Frischekick mit intensiver Feuchtigkeitzufuhr: Die individuelle Gesichtsbehandlung auf Basis leistungsstarker maritimer Aktivstoffe schenkt Ihnen einen strahlend schönen, frischen Teint. Entspannungszeit 45 Minuten € 63,00 und 75 Minuten € 89,00

<b>Ocean Spa</b>	09.00 - 20.00 Uhr	Deck 3	Tel. 3412
<b>Friseursalon</b>	09.00 - 20.00 Uhr	Deck 7	Tel. 7313
<b>Innenpool</b>	08.00 - 20.00 Uhr	Deck 3	
<b>Außenpool</b>	07.00 - 20.00 Uhr	Deck 9	
<b>Fitnessraum</b>	07.00 - 24.00 Uhr	Deck 6	
<b>Sauna</b>	07.30 - 20.00 Uhr	Deck 6	

## RESTAURANTZEITEN

07.00 - 07.30	<b>Early Bird</b>	in der Lido Terrasse / Deck 9
07.30 - 10.30	<b>Frühstücks-Buffer</b>	im Lido-Restaurant / Deck 9, freie Platzwahl
08.00 - 10.00	<b>Frühstücks-Buffer</b>	im Restaurant Berlin / Deck 6, freie Platzwahl
		Frühstücks-Extra in den Restaurants: <b>Shrimps Rührei mit Dillschmand</b>
11.00 - 11.30	<b>Heiße Bouillon</b>	an der Lido Bar / Deck 9
		Auf Wunsch auch mit Schuss
12.30 - 14.00	<b>Mittagessen</b>	im Lido-Restaurant / Deck 9, freie Platzwahl
12.30 - 14.00	<b>Lido-Grill</b>	auf dem Lido-Deck 9 (wetterabhängig).
		Probieren Sie <b>Hähnchen-Steak „Asia Style“</b>
12.30 - 14.00	<b>Mittagessen</b>	im Restaurant Berlin / Deck 6, freie Platzwahl
15.30 - 16.30	<b>Tee- u. Kaffeestunde</b>	Lido-Restaurant / Deck 9
18.00 - 21.00	<b>Abendessen</b>	im Lido-Restaurant / Deck 9, freie Platzwahl
18.00	<b>Abendessen</b>	im Restaurant Berlin / Deck 6, <b>frühe</b> Tischzeit
19.00	<b>Spezialitäten Menü</b>	im Restaurant Vier Jahreszeiten / Deck 7
20.15	<b>Abendessen</b>	im Restaurant Berlin / Deck 6, <b>späte</b> Tischzeit
22.30 - 23.30	<b>Late-Night-Snack</b>	im Foyer vor dem Kaisersaal / Deck 6
		Es gibt <b>Mini Cheese-Burger</b>

## BARZEITEN

<b>Bar „Zum alten Fritz“</b>	Deck 7	ab 09.00 Uhr
<b>Pool Bar (wetterabhängig)</b>	Deck 9	11.00 - 17.00 Uhr
<b>Lido Bar (wetterabhängig)</b>	Deck 9	11.00 - 15.00 Uhr
<b>Salon „Lili Marleen“</b>	Deck 6	14.00 - 01.00 Uhr
<b>Lido Terrasse</b>	Deck 9	18.00 - 24.00 Uhr

Ihr MS Deutschland-Team wünscht Ihnen einen erholsamen Tag auf See!